

DAFTAR PUSTAKA

- Amri, Sofan. 2013. *Pengembangan & Model Pembelajaran*. Jakarta: PT. Prestasi Pusta Karya.
- Arikunto, Suharsimi. 1990. *Manajemen Pengajaran Secara Manusiawi*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Azwar, Saifudin. 2014. *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka pelajar.
- Bandura, A. (1977). *Teori Belajar Sosial*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Corey, Gerald. 2013. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi* . Bandung: PT. Refika Aditama.
- Elvina, Siska Novra. 2019. "Teknik Self Management dalam Pengelolaan Strategi Waktu Kehidupan Pribadi yang Efektif." *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 123-128.
- Fatimah, Annisa Nurul. 2019. "Efektivitas Teknik Self Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa SMA ." *Jurnal Fokus*, 24-29.
- Fajrani. dkk. (2016). Self Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa: Studi Kasus di SMA Negeri 5 Banda Aceh. *Jurnal Pencerahan*, 10, 95-102.
- Furqon. 2014. *Statistika Penerapan untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Gagne. (2016, Januari). Retrieved from Pengertian Belajar dan teori belajar menurut para ahli: <https://laodesyamri.net/2016/01/06/11-pengertian-belajar-dan-teori-belajar-menurut-para-ahli/amp/>
- Hartono, Boy Soedarmadji. 2012. *Psikologi Konseling*. Jakarta: Prenamedia Group.
- Isnaini, Faiqotul. 2014. *Strategi Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta Press.

- Isnaini, Faiqotul & Taufik. 2015. "Strategi Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar". *Jurnal Penelitian Humaniora*. 16. 2. 33-42.
- Kristiyanti. 2016. *Hubungan Disiplin Belajar dengan Hasil Belajar PKN Siswa Kelas IV SD Se-Gugus Diponegoro Kecamatan Banyu biru Kabupaten Semarang*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Nindi, Lucky. 2020. *Panduan Praktis Metode Penelitian Kuantitatif dalam Ilmu Sosial* . Jakarta: Adhi Sarana Nusantara Press.
- Prayitno, Erman Amti. 2015. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Romlah, Tatiek. 2006. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang Press.
- Sarumpaet. 2001. *Rahasia Mendidik Anak Bandung Indonesia*. Bandung: Indonesia Publishing House.
- Sedanayasa, Gede. 2014. *Pengembangan Pribadi Konselor*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sisca Folastri, Itsar Bolo rangka. 2016. *Prosedur Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok (Panduan Praktis Menyeluruh)*. Bandung: Mujahid Press.
- Suarmingsih, Maria Ulfa & Ni Komang. 2018. "Efektifitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas VII SMPN 1 Kapontori ." *Jurnal Psikologi Konseling* 120-132.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharya, dkk. 2018. "Hubungan Antara Disiplin Belajar dengan Hasil Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Matematika." *Jurnal Prosiding Seminar Nasional Pendidikan* 17-24.
- Suradi. 2011. *Pentingnya Penerapan Disiplin* . Jakarta: PT. Bumi AKsara.

- Suryabrata, Sumadi. 2014. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rajawali Press.
- Susilowati, Harning Setyo. 2005. *Pengaruh Disiplin Belajar, Lingkungan Keluarga, Lingkungan Sekolah Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas X Semester 1 Tahun Ajaran 2004/2005 SMAN 1 Semolong Kabupaten Sragen*. Semarang: Universitas Negeri Semarang Press.
- Suwanto, Insan. 2016. "Konseling Behavioral dengan Teknik Self Management untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK." *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia* 1-5.
- Slavin. 2000. *Psikologi Pendidikan Teori dan Praktik*. Jakarta: PT.Indeks.
- Tu'u, Tulus. 2004. *Peran Disiplin Pada Perilaku dan Prestasi Belajar*. Jakarta: Grasindo.
- Widosari. 2014. Upaya Meningkatkan Kedisiplinan Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Behavior pada Siswa. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Bimbingan dan Konseling*, 56-62.
- Yuliantika, Siska. 2017. Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Disiplin Belajar Siswa Kelas X, XI, dan XII di SMA Bhakti Yasa Singaraja Tahun Ajaran 2016/2017. *E-Journal Jurusan Pendidikan Ekonomi*. 9. 1. 1-15.

SURAT IJIN PENELITIAN



FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

Kampus 1 : Jl. Smpul Dadi III-8377 Jlg. 49111/491121, 6000172, 49111/492041 Surabaya 60127
Kampus 2 : Jl. Sukoharjo Merganggi 301 Telp. 49111/4201141, 4201142, 4201143 Surabaya 60214.

Nomor : 28/Ak.I/PPP/XI/2020
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth. Bapak/Ibu Kepala/Ketua
SMP Negeri 24 Surabaya
Jalan Kebraon Indah Permai, Kec. Karang pulang, Kebraon, Surabaya, 60222.
di Surabaya

Dengan hormat,

Sesuai dengan kurikulum Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, untuk penyelesaian akhir masa studi, mahasiswa diwajibkan menulis skripsi. Berkaitan dengan ini, mohon dengan hormat Bapak/Ibu Kepala/Ketua SMP Negeri 24 Surabaya berkenan memberikan izin penelitian kepada mahasiswa:

Nama : Adam Achmadi
NIM : 175000024
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Pedagogi dan Psikologi
Judul Penelitian : Penggunaan Teknik Self Management dalam Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas IX di SMP Negeri 24 Surabaya

Demikian permohonan ini disampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Surabaya, 30 November 2020



Dr. Sulaiman Resnika Hadi, M.Kes.
NIP. 196702091992031002

Terselamatkan :

1. Wakil Dekan I
2. Kaprodi

SURAT BALASAN PENELITIAN



PEMERINTAH KOTA SURABAYA
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 24 SURABAYA
Jl. Kebraon Indah Permai Blok K/23 A Surabaya, 60222
Telp. (031) 7675168

Surabaya, 20 Januari 2021

Nomor	: 423.4/18.1/436.7.1.P24/2021	Kepada,	Yth. Dekan
Sifat	: -		Fakultas Pedagogi dan Psikologi
Lampiran	: -		Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
Hal	: <u>Balasan</u>		d-

SURABAYA

Menindaklanjuti surat dari Dekan Fakultas Pedagogi dan Psikologi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya 30 November 2020, Nomor : 28/Ak.1/FPP/XI/2020, Perihal : Permohonan Izin Penelitian dengan judul "Penggunaan Teknik Self Management dalam Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa kelas IX di SMPN 24 Surabaya".

Maka dengan ini kami menerima dan memberikan ijin untuk melakukan penelitian kepada mahasiswa :

Nama	: Adam Achmadi
NIM	: 175000024
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling

Adapun ketentuan dari SMP Negeri 24 Surabaya adalah mahasiswa tersebut harus mematuhi tata tertib yang berlaku di SMP Negeri 24 Surabaya selama melaksanakan penelitian dan menyerahkan laporan/hasil penelitian (minimal 1 exemplar) kepada pihak sekolah sebagai bukti telah melaksanakan penelitian.

Demikian surat ini kami sampaikan dan atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih



e-mail : smpn24spendapat@gmail.com

SURAT KETERANGAN PENELITIAN



PEMERINTAH KOTA SURABAYA
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 24 SURABAYA
Jl. Kebraon Indah Permai Blok K/23a Surabaya, 60222
Telp. (031) 7675188, Fax. (031) 99017007

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKSANAKAN PENELITIAN

Nomor : 423.4/56/436.7.1.P24/2021

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **Budi Setyawan, S.Pd, MM**
NIP : 19690303 199803 1 009
Pangkat/Gol. Ruang : Pembina, IV/a
Jabatan : Kepala Sekolah

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Adam Achmadi
NIM : 175000024
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Pedagogi dan Psikologi
Judul Penelitian : Penggunaan Teknik Self Management
dalam Konseling Kelompok untuk Meningkatkan
Kedisiplinan Belajar Siswa kelas IX di SMPN 24 Surabaya.

Telah melaksanakan Penelitian di SMP Negeri 24 Surabaya, pada tanggal 8 s/d 11 Februari 2021 pada kelas IX-A, B, C dan E.

Demikian Surat Keterangan ini kami berikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Surabaya, 15 Februari 2021
Kepala Sekolah,

Budi Setyawan, S.Pd, MM
NIP. 19690303 199803 1 009

LAMPIRAN

Analisis Data Validitas dan Reliabilitas pada SPSS *for Windows* Versi 26.0

Lampiran instrumen penelitian sebelum validasi

Angket kedisiplinan belajar

Pengantar

- Angket ini digunakan untuk mengetahui tingkat kedisiplinan belajar pada anak didik.
- Angket ini tidak mempengaruhi nilai pada mata pelajaran.

Petunjuk:

- Jawablah dengan sejujurnya!
- Isilah identitas anda terlebih dahulu.
- Bacalah pernyataan di bawah ini dengan saksama!

Ss: sangat setuju

S: setuju

R: ragu-ragu

Ts: tidak setuju

Sts: sangat tidak setuju

- Pilihlah jawaban yang sesuai dengan keadaan kalian sekarang.

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban				
		Ss	S	R	Ts	Sts
1	Saya aktif mengikuti pembelajaran daring					
2	Saya memperhatikan guru saat menyampaikan materi					
3	Saya mencatat materi saat guru menjelaskan					
4	Saya selalu mengerjakan pekerjaan rumah					
5	Saya mengerjakan tugas berdasarkan arahan dari guru.					
6	Saya hadir tepat waktu ketika					

	mengikuti pembelajaran daring					
7	Saya selalu mengikuti semua pembelajaran daring					
8	Saya mencontek saat mengerjakan tugas sw					
9	Saya mengerjakan pr tanpa mencontek					
10	Saya menyiapkan pelajaran untuk besok					
11	Saya selalu menata peralatan belajar sebelum memulai pembelajaran daring					
12	Saya tidak menyiapkan peralatan belajar ketika ada pembelajaran daring					
13	Saya tidak menonaktifkan kamera ketika penjelasan pembelajaran daring					
14	Saya tidak ramai saat ada penjelasan guru saat pembelajaran daring					
15	Saya member tahu teman ketika dia kesulitan dalam suatu pelajaran					
16	Saya sw mengerjakan tugas dari yang termudah hingga yang tersulit					
17	Saya belajar untuk mata pelajaran besok					
18	Saya selalu mengulang materi yang disampaikan guru					
19	Saya selalu bertanya kepada guru ketika saya tidak memahami materi					
20	Saya tidak chatting wa dengan teman saat pembelajaran daring					
21	Saya tidak meninggalkan pembelajaran daring saat ada guru menjelaskan					
22	Saya hadir dalam semua mata pelajaran saat daring					
23	Saya selalu mendengarkan guru dan mengaktifkan kamera saya serta mikrofon saat sesi tanya jawab					
24	Saya selalu mengumpulkan tugas tepat waktu					

25	Saya pasti mengerjakan tugas tanpa perintah guru					
26	Saya tertib mengikuti pembelajaran daring hingga saya selesai					
27	Saya ijin ke guru sebelum pergi ke kamar mandi ketika ada pembelajaran daring					
28	Saya selalu mendahulukan belajar daripada bermain game					
29	Saya tidak lupa ketika ada jam pembelajaran daring					
30	Saya selalu menaati tat tertib pembelajaran daring					
31	Saya mengerjakan tugas tanpamenunda-nundanya					
32	Saya selalu mengerjakan pekerjaan rumah di rumah					
33	Saya tidak menyepelekan pembelajaran daring					
34	Saya tidak menghiraukan saat ada guru menjelaskan pada pembelajaran daring					
35	Saya menonaktifkan kamera saya sat pembelajaran daring					
36	Saya mengaktifkan mikrofon ketika ada penjelasan guru					
37	Saya mengobrol dengan teman ketika ada guru memaparkan materi					
38	Saya tidak pernahmengumpulkan tugas					
39	Saya tidak pernah mencatat materi saya saat guru menjelaskan materi					
40	Saya meninggalkan pembelajaran daring tanpaijin guru					

Uji Reliabilits Instrumen Penelitian

Scale: ALL VARIABLES

<i>Case Processing Summary</i>			
		N	%
<i>Cases</i>	<i>Valid</i>	40	100,0
	<i>Excluded^a</i>	0	,0
	<i>Total</i>	40	100,0
a. <i>Listwise deletion based on all variables in the procedure.</i>			

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
,905	40

<i>Item-Total Statistics</i>				
	<i>Scale Mean if Item Deleted</i>	<i>Scale Variance if Item Deleted</i>	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	<i>Cronbach's Alpha if Item Deleted</i>
soal1	150,28	205,897	,459	,902
soal2	150,33	207,302	,513	,903
soal00003	150,43	203,071	,576	,901
soal00004	150,43	201,379	,631	,900
soal00005	150,23	203,563	,573	,901
soal00006	150,58	202,507	,592	,901
soal00007	150,55	199,741	,611	,900
soal00008	150,90	198,913	,509	,901
soal00009	150,55	200,818	,560	,901
soal00010	150,68	202,840	,418	,903
soal00011	150,53	200,974	,493	,902
soal00012	150,73	204,307	,292	,905
soal00013	150,85	209,874	,086	,909

soal00014	150,33	209,610	,120	,907
soal00015	150,28	208,307	,262	,904
soal00016	150,38	203,676	,390	,903
soal00017	150,85	201,208	,588	,901
soal00018	150,68	203,353	,581	,901
soal00019	150,63	201,574	,584	,901
soal00020	150,55	205,844	,297	,904
soal00021	150,10	204,554	,543	,902
soal00022	150,63	200,702	,596	,900
soal00023	150,60	203,785	,429	,902
soal00024	150,73	201,230	,643	,900
soal00025	150,80	206,626	,302	,904
soal00026	150,35	205,156	,351	,904
soal00027	150,55	207,074	,256	,905
soal00028	150,33	200,892	,590	,900
soal00029	150,28	200,256	,628	,900
soal00030	150,15	203,105	,564	,901
soal00031	150,60	200,144	,634	,900
soal00032	150,10	202,810	,718	,900
soal00033	150,33	202,584	,569	,901
soal00034	151,35	221,515	-,250	,917
soal00035	151,25	204,756	,244	,906
soal00036	151,23	207,102	,172	,907
soal00037	150,40	202,605	,411	,903
soal00038	150,48	197,538	,636	,899
soal00039	150,28	197,743	,686	,899
soal00040	150,40	198,195	,536	,901

Uji Validitas Instrumen Penelitian

<i>Correlations</i>				
TOTAL				
	<i>Pearson Correlation</i>	<i>Sig. (2-tailed)</i>	N	Kategori
Soal01	,489**	,001	40	VALID
Soal02	,534**	,000	40	VALID
Soal03	,604**	,000	40	VALID
Soal04	,658**	,000	40	VALID
Soal05	,600**	,000	40	VALID
Soal06	,620**	,000	40	VALID
Soal07	,644**	,000	40	VALID
Soal08	,557**	,000	40	VALID
Soal09	,596**	,000	40	VALID
Soal10	,465**	,003	40	VALID
Soal11	,537**	,000	40	VALID
Soal12	,354*	,025	40	VALID
Soal13	,157	,332	40	TIDAK VALID
Soal14	,181	,263	40	TIDAK VALID
Soal15	,303	,057	40	TIDAK VALID
Soal16	,438**	,005	40	VALID
Soal17	,619**	,000	40	VALID
Soal18	,608**	,000	40	VALID
Soal19	,615**	,000	40	VALID
Soal20	,348*	,028	40	VALID
Soal21	,570**	,000	40	VALID
Soal22	,628**	,000	40	VALID
Soal23	,470**	,002	40	VALID
Soal24	,669**	,000	40	VALID
Soal25	,347*	,028	40	VALID
Soal26	,397*	,011	40	VALID
Soal27	,307	,054	40	TIDAK VALID
Soal28	,622**	,000	40	VALID
Soal29	,658**	,000	40	VALID
Soal30	,593**	,000	40	VALID
Soal31	,663**	,000	40	VALID

Soal32	,734**	,000	40	VALID
Soal33	,599**	,000	40	VALID
Soal34	-,167	,303	40	TIDAK VALID
Soal35	,314*	,049	40	VALID
Soal36	,243	,130	40	TIDAK VALID
Soal37	,460**	,003	40	VALID
Soal38	,670**	,000	40	VALID
Soal39	,715**	,000	40	VALID
Soal40	,582**	,000	40	VALID
TOTAL	1		40	

Reliability

Scale: All Variables

<i>Case Processing Summary</i>			
		N	%
<i>Cases</i>	<i>Valid</i>	40	100,0
	<i>Excluded^a</i>	0	,0
	<i>Total</i>	40	100,0
a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.			

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
,756	35

Item-Total Statistics

	<i>Scale Mean if Item Deleted</i>	<i>Scale Variance if Item Deleted</i>	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	<i>Cronbach's Alpha if Item Deleted</i>
soal00001	247,23	1895,563	,657	,751
soal00002	247,30	1889,497	,779	,750
soal00003	247,38	1887,010	,722	,750
soal00004	247,28	1897,281	,637	,751
soal00005	247,13	1891,907	,710	,751
soal00006	247,48	1898,769	,608	,752
soal00007	247,53	1875,487	,770	,748
soal00008	247,75	1888,654	,589	,750
soal00009	247,45	1891,382	,644	,751
soal00010	247,58	1893,379	,601	,751
soal00011	247,53	1878,769	,690	,749
soal00012	247,88	1858,830	,708	,746
soal00013	247,38	1875,420	,733	,748
soal00014	247,73	1888,307	,721	,750
soal00015	247,63	1888,240	,783	,750
soal00016	247,53	1890,307	,697	,750
soal00017	247,50	1882,769	,629	,749
soal00018	247,10	1875,733	,740	,748
soal00019	247,53	1883,640	,736	,749
soal00020	247,63	1887,369	,657	,750
soal00021	247,58	1893,840	,735	,751
soal00022	247,75	1891,782	,604	,751
soal00023	247,30	1888,523	,612	,750
soal00024	247,30	1873,344	,756	,748
soal00025	247,23	1879,974	,767	,749
soal00026	247,08	1887,097	,724	,750
soal00027	247,48	1880,204	,764	,749
soal00028	247,03	1888,076	,816	,750
soal00029	247,25	1884,346	,751	,749
soal00030	248,25	1888,603	,471	,751
soal00031	247,85	1849,721	,695	,745
soal00032	247,38	1872,958	,805	,748

soal00033	247,25	1869,987	,835	,747
soal00034	247,35	1878,438	,668	,749
TOTAL	125,58	484,969	1,000	,968

Correlations

<i>Descriptive Statistics</i>			
	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>	N
PERNYATAAN00001	3,93	,764	40
PERNYATAAN00002	3,85	,736	40
PERNYATAAN00003	3,78	,832	40
PERNYATAAN00004	3,88	,757	40
PERNYATAAN00005	4,03	,768	40
PERNYATAAN00006	3,68	,764	40
PERNYATAAN00007	3,63	,952	40
PERNYATAAN00008	3,40	,982	40
PERNYATAAN00009	3,70	,853	40
PERNYATAAN00010	3,58	,874	40
PERNYATAAN00011	3,63	1,005	40
PERNYATAAN00012	3,28	1,301	40
PERNYATAAN00013	3,78	1,000	40
PERNYATAAN00014	3,43	,813	40
PERNYATAAN00015	3,53	,751	40
PERNYATAAN00016	3,63	,807	40
PERNYATAAN00017	3,65	1,027	40
PERNYATAAN00018	4,05	,986	40
PERNYATAAN00019	3,63	,868	40
PERNYATAAN00020	3,53	,905	40
PERNYATAAN00021	3,58	,712	40
PERNYATAAN00022	3,40	,900	40
PERNYATAAN00023	3,85	,949	40
PERNYATAAN00024	3,85	1,001	40
PERNYATAAN00025	3,93	,888	40
PERNYATAAN00026	4,08	,829	40
PERNYATAAN00027	3,68	,888	40

PERNYATAAN00028	4,13	,723	40
PERNYATAAN00029	3,90	,841	40
PERNYATAAN00030	2,90	1,215	40
PERNYATAAN00031	3,30	1,471	40
PERNYATAAN00032	3,78	,947	40
PERNYATAAN00033	3,90	,955	40
PERNYATAAN00034	3,80	1,043	40
TOTAL	125,58	22,022	40

Report

TOTAL	
Mean	125,57
N	40
Std. Deviation	22,022
Maximum	170
Minimum	83
Range	87
Sum	5023
Variance	484,969

Lampiran Instrumen Penelitian Setelah Validasi

Angket kedisiplinan belajar

Pengantar

1. Angket ini digunakan untuk mengetahui tingkat kedisiplinan belajar pada anak didik.
2. Angket ini tidak mempengaruhi nilai pada mata pelajaran.

Petunjuk:

1. Jawablah dengan sejujurnya!
2. Isilah identitas anda terlebih dahulu.
3. Bacalah pernyataan di bawah ini dengan saksama!

Ss: sangat setuju

S: setuju

R: ragu-ragu

Ts: tidak setuju

Sts: sangat tidak setuju

4. Pilihlah jawaban yang sesuai dengan keadaan kalian sekarang.

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban				
		Ss	S	R	T s	Sts
1	Saya aktif mengikuti pembelajaran daring					
2	Saya memperhatikan guru saat menyampaikan materi					
3	Saya mencatat materi saat guru menjelaskan					
4	Saya rajin mengerjakan pekerjaan rumah (tugas)					
5	Saya mengerjakan tugas berdasarkan arahan dari guru.					
6	Saya hadir tepat waktu ketika mengikuti pembelajaran daring					
7	Saya mengikuti semua pembelajaran daring					
8	Saya melihat pekerjaan teman saat mengerjakan tugas					
9	Saya mengerjakan pekerjaan rumah swecara mandiri					
10	Saya mempersiapkan pelajaran untuk besok					
11	Saya menata peralatan belajar sebelum memulai pembelajaran daring					
12	Saya tidak menyiapkan peralatan belajar ketika ada pembelajaran daring					
13	Saya mengerjakan tugas dari yang termudah hingga yang					

	tersulit						
14	Saya belajar untuk mata pelajaran besok						
15	Saya mempelajari kembali yang telah disampaikan guru						
16	Saya bertanya kepada guru ketika tidak memahami materi						
17	Saya tidak chatting wa dengan teman saat pembelajaran daring						
18	Saya tidak meninggalkan pembelajaran daring saat guru menjelaskan						
19	Saya hadir dalam semua mata pelajaran saat daring						
20	Saya mendengarkan guru dan mengaktifkan kamera saya serta mikrofon saat sesi tanya jawab						
21	Saya mengumpulkan tugas tepat waktu						
22	Saya mengerjakan tugas tanpa harus diperintah guru						
23	Saya tertib mengikuti pembelajaran daring hingga saya selesai						
24	Saya lebih mendahulukan belajar daripada bermain <i>game</i>						
25	Saya tidak lupa ketika ada jam pembelajaran daring						
26	Saya menaati tata tertib pembelajaran daring						
27	Saya mengerjakan tugas tanpa menunda-nundanya						
28	Saya mengerjakan pekerjaan rumah di rumah bersama teman						
29	Saya tidak menyepelekan pembelajaran daring						

30	Saya menonaktifkan kamera saya saat pembelajaran daring					
31	Saya mengobrol dengan teman ketika ada guru memaparkan materi					
32	Saya terlambat mengumpulkan tugas					
33	Saya tidak mencatat materi saya saat guru menjelaskan					
34	Saya meninggalkan pembelajaran daring tanpa izin guru					

Correlations

TOTAL

Kategori

	<i>Pearson Correlation</i>	<i>Sig. (2-tailed)</i>	N	
PERNYATAAN00001	,667**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00002	,786**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00003	,731**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00004	,647**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00005	,718**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00006	,619**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00007	,778**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00008	,603**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00009	,655**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00010	,614**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00011	,702**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00012	,722**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00013	,743**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00014	,729**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00015	,789**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00016	,707**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00017	,643**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00018	,750**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00019	,745**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00020	,669**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00021	,742**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00022	,617**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00023	,625**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00024	,766**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00025	,776**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00026	,733**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00027	,773**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00028	,822**	,000	40	VALID

PERNYATAAN00029	,759**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00030	,493**	,001	40	VALID
PERNYATAAN00031	,712**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00032	,813**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00033	,841**	,000	40	VALID
PERNYATAAN00034	,681**	,000	40	VALID
TOTAL	1		40	VALID

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hasil Nilai Pretest Kela IX A

Responden	so al 1	so al 2	so al 3	so al 4	so al 5	so al 6	so al 7	so al 8	so al 9	so al 10	so al 11	so al 12	so al 16	so al 17	so al 18	so al 19	so al 20	so al 21	so al 22	so al 23	so al 24	so al 25	so al 26	so al 28	so al 29	so al 30	so al 31	so al 32	so al 33	so al 35	so al 37	so al 38	so al 39	so al 40	Total	
1	5	4	4	4	4	4	2	3	3	2	4	1	3	2	2	3	3	4	3	3	3	4	4	2	3	4	2	4	3	1	2	4	3	2	104	
2	4	4	3	3	5	4	4	5	4	3	4	2	3	3	4	5	5	5	3	4	3	3	5	5	3	5	5	5	5	2	5	5	5	5	138	
3	4	4	5	4	5	4	3	3	5	4	2	2	4	3	3	3	4	5	4	5	3	3	4	4	4	5	4	4	5	4	4	5	4	1	130	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	133	
5	3	4	4	3	4	3	3	5	5	3	4	4	4	4	3	4	5	5	3	3	4	4	4	4	5	5	3	4	4	4	3	5	4	4	3	132
6	3	4	3	4	4	2	4	3	3	2	4	3	2	2	3	4	4	5	3	4	3	3	4	3	5	5	3	4	5	4	3	4	4	4	120	
7	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	4	2	1	3	2	3	86
8	4	4	4	3	4	4	4	2	2	4	3	4	2	4	4	4	5	5	3	4	3	4	5	4	4	4	5	4	4	4	1	5	4	4	5	129
9	3	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	105
10	5	4	5	5	5	5	4	4	4	4	2	2	5	3	4	4	3	5	4	3	3	5	5	4	5	4	4	5	5	3	4	4	5	5	141	
11	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	136	
12	3	3	4	4	3	4	3	2	4	3	2	2	3	4	3	4	3	4	2	3	4	2	4	3	2	3	4	4	2	2	1	2	3	2	101	

29	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	5	5	3	4	4	5	5	5	5	3	5	5	1	2	5	5	5	1	3	1
30	3	2	2	4	4	3	2	3	3	2	3	1	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	1	1	2	2	3	3	8	4		
31	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	0	
32	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	1	3	0	
33	5	4	4	5	5	4	4	3	3	5	5	4	5	4	4	3	5	5	5	2	4	4	5	4	4	5	4	4	4	1	4	4	5	4	1	4	0		
34	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	6	
35	3	3	3	4	3	4	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	1	1	3	2	2	2	3	4	2	4	2	2	3	3	3	2	3	3	8	6			
36	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	1	2	6		
37	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5	5	5	4	5	5	2	5	5	5	5	1	5	0		
38	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	1	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	1	2	3	3	3	8	5			
39	4	4	5	4	5	3	4	2	4	5	3	5	4	4	4	5	5	5	5	4	5	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	1	3	8		
40	5	5	4	4	5	4	2	2	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	3	1

Pengkategorian Hasil Kelas IX A

Mengkategorikan kelas pada hasil pretest di atas menggunakan rumus rentang nilai (Sugiyono, 2010)

Skor tertinggi- Skor terendah

$$\frac{170 - 97}{5}$$
$$150,6 = 150$$

Tabel 4.1 Rentang Nilai (Sugiyono, 2010)

170 – 153	Sangat tinggi
152 – 135	Tinggi
134 – 117	Sedang
116 – 99	Rendah
98 – 81	Sangat Rendah

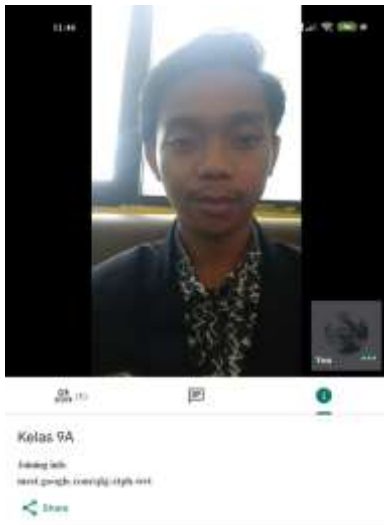
Teknik Analisis Data dengan Uji *Wilcoxon*

Descriptive Statistics					
	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>	<i>Minimum</i>	<i>Maximum</i>
<i>pre</i>	10	93,00	8,969	83	105
<i>post</i>	10	149,20	5,224	141	157

Ranks				
		<i>N</i>	<i>Mean Rank</i>	<i>Sum of Ranks</i>
<i>post - pre</i>	<i>Negative Ranks</i>	0 ^a	,00	,00
	<i>Positive Ranks</i>	10 ^b	5,50	55,00
	<i>Ties</i>	0 ^c		
	Total	10		
a. <i>post</i> < <i>pre</i>				
b. <i>post</i> > <i>pre</i>				
c. <i>post</i> = <i>pre</i>				

Test Statistics^a	
	<i>post - pre</i>
<i>Z</i>	-2,807 ^b
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	,005
a. Wilcoxon Signed Ranks Test	
b. Based on negative ranks.	

Foto pada *Google Meet* Saat Pemberian Layanan Kepada Anak Didik.



Hasil Perlakuan Teknik *Self Management* Berupa Manajemen Diri Pada Lampiran Kegiatan Mencatat Jadwal Kegiatan Di Rumah dan Sekolah.

9:08 ...0,2KB/d ...

1. Apakah ada saja yang di bag di rumah dengan manajemen manajemen waktu dan pekerjaan rumah (sebelum dan sesudah)?

☑ Saya akan mengatur dan mendistribusikan waktu antara bermain dan belajar

No	Waktu	Kegiatan
1.	04.30 - 04.45	Sarung, makan tidur.
2.	05.00 - 05.30	Melakukan pekerjaan rumah.
3.	06.30 - 07.00	Makan dan minum sarung.
4.	08.00 - 08.15	Menyikat gigi.
5.	08.00 - 08.00	Pelatihan gerak berirama.
6.	08.00 - 08.10	Makan & istirahat?
7.	08.30 - 09.05	Latihan membaca & menulis.
8.	09.00 - 09.10	Makan & istirahat.
9.	09.10 - 09.30	Pelatihan membaca & menulis.
10.	09.00 - 09.10	Pelatihan membaca & menulis.
11.	09.30 - 09.45	Sholat.
12.	09.45 - 10.00	Makan & istirahat.
13.	10.00 - 10.15	Makan & istirahat.
14.	10.15 - 10.30	Makan & istirahat.
15.	10.30 - 10.45	Makan & istirahat.
16.	10.45 - 11.00	Makan & istirahat.
17.	11.00 - 11.15	Makan & istirahat.
18.	11.15 - 11.30	Makan & istirahat.
19.	11.30 - 11.45	Makan & istirahat.
20.	11.45 - 12.00	Makan & istirahat.
21.	12.00 - 12.15	Makan & istirahat.
22.	12.15 - 12.30	Makan & istirahat.

2. Perhatikan lu hasil di atas! Apakah masalah dari jadwal tersebut?

☑ Jadwal ini sangat sibuk, karena ada jadwal belajar, istirahat, makan, sholat, dan kegiatan lainnya. Oleh karena itu, manajemen waktu sangat penting dalam mengatur jadwal.

1. Apakah masalah dari jadwal kerja harian yang bisa dipecahkan?
 - ☑ Agar bisa membuat jadwal yang lebih baik, maka perlu ada manajemen waktu yang baik.
2. Apakah jadwal tersebut akan membantu waktu yang bisa dipecahkan?
 - ☑ Agar bisa lebih baik dan lebih produktif, maka perlu ada manajemen waktu yang baik.
3. Apakah jadwal tersebut akan membantu waktu yang bisa dipecahkan?
 - ☑ Jadwal yang baik akan membantu waktu yang bisa dipecahkan.
4. Bagaimana cara agar bisa membuat jadwal yang baik dan tepat waktu?
 - ☑ Dengan cara membuat jadwal yang baik dan tepat waktu.
5. Apakah jadwal tersebut akan membantu waktu yang bisa dipecahkan?
 - ☑ Jadwal yang baik akan membantu waktu yang bisa dipecahkan.
6. Apakah jadwal tersebut akan membantu waktu yang bisa dipecahkan?
 - ☑ Jadwal yang baik akan membantu waktu yang bisa dipecahkan.
7. Apakah jadwal tersebut akan membantu waktu yang bisa dipecahkan?
 - ☑ Jadwal yang baik akan membantu waktu yang bisa dipecahkan.
8. Apakah jadwal tersebut akan membantu waktu yang bisa dipecahkan?
 - ☑ Jadwal yang baik akan membantu waktu yang bisa dipecahkan.

1. Apakah masalah dari jadwal kerja harian yang bisa dipecahkan?
 - ☑ Agar bisa membuat jadwal yang lebih baik, maka perlu ada manajemen waktu yang baik.
2. Apakah jadwal tersebut akan membantu waktu yang bisa dipecahkan?
 - ☑ Agar bisa lebih baik dan lebih produktif, maka perlu ada manajemen waktu yang baik.
3. Apakah jadwal tersebut akan membantu waktu yang bisa dipecahkan?
 - ☑ Jadwal yang baik akan membantu waktu yang bisa dipecahkan.
4. Bagaimana cara agar bisa membuat jadwal yang baik dan tepat waktu?
 - ☑ Dengan cara membuat jadwal yang baik dan tepat waktu.
5. Apakah jadwal tersebut akan membantu waktu yang bisa dipecahkan?
 - ☑ Jadwal yang baik akan membantu waktu yang bisa dipecahkan.
6. Apakah jadwal tersebut akan membantu waktu yang bisa dipecahkan?
 - ☑ Jadwal yang baik akan membantu waktu yang bisa dipecahkan.
7. Apakah jadwal tersebut akan membantu waktu yang bisa dipecahkan?
 - ☑ Jadwal yang baik akan membantu waktu yang bisa dipecahkan.
8. Apakah jadwal tersebut akan membantu waktu yang bisa dipecahkan?
 - ☑ Jadwal yang baik akan membantu waktu yang bisa dipecahkan.
9. Apakah jadwal tersebut akan membantu waktu yang bisa dipecahkan?
 - ☑ Jadwal yang baik akan membantu waktu yang bisa dipecahkan.
10. Apakah jadwal tersebut akan membantu waktu yang bisa dipecahkan?
 - ☑ Jadwal yang baik akan membantu waktu yang bisa dipecahkan.

RPL Layanan Kegiatan Konseling Kelompok

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK “KEDISIPLINAN DALAM BELAJAR”

A	Komponen	Layanan Dasar
B	Bidang Layanan	Kelompok
C	Topik/Tema Layanan	Kedisiplinan dalam belajar
D	Fungsi Layanan	Pemahaman
E	Tujuan umum	<ul style="list-style-type: none">- Membantu konseli mengetahui hal-hal yang menjadikan disiplin belajar- Memperkenalkan cara apa saja untuk meningkatkan kedisiplinan belajar- Menjadikan konseli sebagai siswa yang memahami cara belajarnya.
F	Tujuan khusus	Siswa dapat mengetahui hal-hal yang menjadikan disiplin belajar
G	Sasaran Layanan	Siswa kelas IX
H	Materi Layanan	<ul style="list-style-type: none">- Pembentukan kelompok- Pengenalan Konseling kelompok dengan teknik <i>self management</i>- Pemaparan masalah- Monitor diri dan Evaluasi- Pemecahan masalah (perbandingan hasil catatan dan target tingkah laku)- Menyimpulkan kegiatan- Rangkuma, kesan, kontrak selanjutnya- Penutup.
I	Waktu	1x40 menit
J	Sumber Bacaan	Corey, G (2005). <i>Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi.</i>

		<p><i>Bandung. Refika Aditama Romlah, T. (2006). Bimbingan Kelompok. Malang: UM Unipress.</i></p> <p><i>Romlah, T. (2006). Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok. Malang: Universitas Negri Malang.</i></p>
K	Metode/Teknik	Konseling Kelompok Teknik <i>Self Management.</i>
L	Media/Alat	Google Meet meet.google.com/qkj-ztph-wvt , Hp, Power point.
M	Uraian Kegiatan	
	1. Tahap Awal/Pendahuluan	
	a. Pernyataan/Tujuan	<ul style="list-style-type: none"> - Guru BK membuka dengan salam dan doa - Membina hubungan baik (menanyakan kabar, pelajaran sebelumnya, ice breaking) - Menyampaikan tujuan
	b. Pembentukan kelompok (penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan)	<ul style="list-style-type: none"> - Sebelum membahas materi, siswa akan membuat kesepakatan kelompok - Kesepakatan layanan
	c. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Guru BK memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan

d. Tahap peralihan (Transisi)	Guru BK menanyakan kesiapan siswa melaksanakan kegiatan dan memulai ke tahap inti
2. Tahap Inti/Kerja	
a. Kegiatan siswa	Siswa melakukan berbagai kegiatan sesuai langkah-langkah dan tugas serta tanggungjawab yang telah dijelaskan
b. Kegiatan Guru BK	Guru BK memberikan materi yang telah disiapkan
3. Tahap Penutup	
	<ul style="list-style-type: none"> - Guru BK memberikan penguatan atau - Merencanakan tindak lanjut
Evaluasi	
a. Evaluasi Proses	<p>Guru BK melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mengadakan refleksi - Sikap siswa dalam mengikuti kegiatan - Cara siswa menyampaikan pendapat/bertanya: sesuai dengan topik/kurang sesuai dengan topik/tidak sesuai dengan topik - Cara siswa memberikan penjelasan terhadap pertanyaan Guru BK: mudah dipahami/tidak mudah/sulit dipahami
b. Evaluasi Hasil	<p>Evaluasi setelah mengikuti kegiatan klasikal, antara lain:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Merasakan suasana pertemuan:

		<p>menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Topik yang dibahas: sangat penting/kurang penting/tidak penting - Cara Guru BK menyampaikan: mudah dipahami/tidak mudah/sulit dipahami - Kegiatan yang diikuti: menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti
--	--	---

LAMPIRAN-LAMPIRAN

1. Materi layanan
2. Instrumen Evaluasi Ketercapaian
3. Pedoman Penskoran

Mengetahui, Guru Bk

Surabaya, 9 Februari 2021
Mahasiswa



Dra. Murtiningsih, M.Pd.
NIP. 19610651986032010



Adam Achmadi
NIM : 175000024

Power Point Teknik Self Management



Self Management.

Self management atau pengelolaan diri berasal dari bahasa Perancis *bono-patu management*, yang artinya adalah seni mengatur dan mengelola. Self management merupakan pengelolaan diri terhadap pikiran, sikap, dan perilaku yang dilakukan, sehingga membentuk pola-penghidupan diri terhadap hal-hal yang baik, baik dan meningkatkan perbuatan yang baik dan benar.



Masalah-masalah yang dapat ditangani dengan teknik **self management**

- 1. Perilaku yang tidak berkesinambungan dengan orang lain tetapi menganggap orang lain dan diri sendiri.
- 2. Perilaku yang bersifat egois dan tidak berimbang, sebagai contoh adalah menganggap orang lain lebih penting dibandingkan dengan diri sendiri.
- 3. Perilaku asasi yang bertentangan dengan diri berkecukupan dengan masalah diri dan orang lain. Biasanya perilaku seperti ini dapat dihindari.
- 4. Menganggap bahwa diri sendiri adalah pusat perhatian, padahal sebenarnya orang lain adalah yang paling penting. Contoh: seseorang yang sedang berbicara dengan orang lain.

Tujuan Self Management

Tujuan utama pengendalian diri atau self management adalah untuk memperoleh kebahagiaan terutama kebahagiaan diri sendiri. Keberhasilan diri sendiri, serta agar individu dapat menempatkan diri dalam situasi-situasi tertentu yang akan dilakukannya juga mencegah timbulnya suatu tindakan yang dapat mengelola pikirannya, ucapannya, perasaannya juga perbuatannya.



Soekadji (dalam Purwanta, 2012: 181-183), ada empat tahap untuk menerapkan teknik self management ini

Tahap Kedua

Mengatur lingkungan

Pada tahap ini lingkungan perlu diatur, sehingga dapat mengurangi atau bahkan meniadakan perilaku-perilaku yang memungkinkan mendapatkan pengukuhan segera.



Tahap Ketiga

Tahap evaluasi diri

Pada tahap ini subjek akan membandingkan apa yang tercatat sebagai kenyataan dengan apa yang seharusnya dilakukan. Catatan data observasi perilaku yang tercatat sangat penting untuk mengevaluasi efisiensi dan efektivitas program. Bila evaluasi data menunjukkan bahwa program tidak berhasil, maka perlu ditinjau kembali.



Tahap Keempat

Tahap pemberian pengukuhan, penghapusan atau hukuman

Pada tahap ini diperlukan kemauan diri yang kuat untuk menentukan dan memilih pengukuhan apa yang perlu segera dihadirkan atau perilaku mana yang perlu untuk segera dihapus dan bahkan hukuman bagi diri sendiri, berkaitan dengan apa yang harus segera diterapkan.

12

Kelebihan

Pelaksanaannya cukup sederhana, mudah dan tidak mahal

Mempunyai labelisasi diri ketegangan dan control orang lain

Keterlibatan diri perubahan perilaku relatif sedikit

Dapat mengubah perilaku individu secara langsung berdasarkan sikap dan perasaannya

Perubahan tingkah laku yang diperoleh lebih tahan lama

14

Kekurangan

1

Sangat tergantung pada individu.

2

Tugas perilaku seringkali bersifat pribadi dan pesepornya sangat subjektif terhadap hasil dibelajarkannya, sehingga ahli pengabdian perilaku sulit untuk menentukan cara monitoring dan mengevaluasi.

3

Lingkungan sekitar dan keadaan diri individu dewasa mendasar sering tidak dapat diukur dan diprediksikan dan bersifat kompleks.

4

Individu bersifat independen.

5

Tidak ada dukungan dari lingkungan.