

BAB IV

PENUTUP

A. Simpulan

Teknik self management melalui konseling kelompok digunakan untuk meningkatkan konsep diri siswa karena teknik ini digunakan untuk membantu konseli mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan menggunakan suatu teknik atau kombinasi teknik terapeutik.

Prosedur atau langkah-langkah teknik *self management* yang digunakan untuk membantu meningkatkan konsep diri siswa melalui konseling kelompok memiliki lima tahap yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan dimana dalam tahap ini dilaksanakan teknik *self management* melalui prosedur: mengidentifikasi perilaku sasaran, menjelaskan strategi, menyatakan persetujuan, memberikan intruksi, mengulangi pemahaman, menggunakan strategi dan membuat catatan, tahap penyimpulan dan tahap penutup.

Teknik *self management* melalui konseling kelompok efektif dalam peningkatan konsep diri siswa, hal ini karena teknik *self management* bertujuan untuk Membantu klien mengubah perilaku negatif dan mengembangkan perilaku positif dengan jalan mengamati diri sendiri, mencatat perilaku-perilaku tertentu (pikiran, perasaan, dan tindakannya) dan interaksinya dengan peristiwa-peristiwa lingkungannya. serta telah diteliti dalam penelitian terdahulu yang relevan dan hasilnya membuktikan bahwa teknik *self management* melalui konseling kelompok efektif untuk peningkatan konsep diri siswa.

B. Saran

1. Bagi Guru BK

Diharapkan dengan adanya penulisan skripsi ini guru BK untuk lebih terampil dalam menerapkan teknik *self management* melalui konseling kelompok untuk meningkatkan konsep diri siswa.

2. Bagi penulis

Melalui penulisan skripsi ini, diharapkan bagi penulis untuk lebih memahami dan menguasai teknik *self management* untuk peningkatan konsep diri siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Pendekatan Praktek*, Jakarta: Renaka Cipta
- Corey, Gerald. 2007. *Teori dan Praktek dan Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama
- Daradjat, E. 2001. *Cara Mengatasi Kecemasan*. Yogyakarta: Mutiara Media
- Fudyartanta, K, 2012. Psikologi Kepribadian, Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Fiets, Jess & Fiest Gregori J 2010. *Teori Kepribadian (Theoris of Personality)* Jakarta : Salemba Humanika
- Gufron, M, dkk,2011. Teori Teori Psikologi. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan
- Jalaluddin Rakhmat. 1996. Psikologi Komunikasi. (Bandung: Remaja Rosdakarya), hlm 101
- Komalasari, G, dkk., 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks
- Komalasari, Kokom. 2011. Pembelajaran Kontektual. Bandung : PT Rafika Aditama.
- Margono.2010. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta :Rineka Cipta.
- Nursalim. 2013. *Strategi dan Intervensi Konseling*. Jakarta. Akademika Permata
- Pudjiyanti, Clara Rosa, 1985, *Konsep Diri Dalam Proses Belajar Mengajar*, Jakarta: Pusat Penelitian Unika Atmajaya.
- Prayitno. 2013. *Dasar-Dasar Bimbingan Dab Konseling*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Poerwodarminto. 1997. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta. Balai Pustaka.
- Prijosaksono. 2003. *Self-Management: Guru Terbaik Sekaligus Musuh Terbesar Manusia*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Risnawati, M. N. G. & R. (2012). Teori-Teori Psikologi. Yogyakarta: Ar-ruzz Media.
- Sugiyono. (2017). Statistika Untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta.

- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta.
- Sukardi. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dsn Koseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sunanto. 2005. *Pengantar Penelitian Dengan Subyek Tunggal*. Cried. Univercity Of Tsukuba.
- Salbiah, 2003, *Konsep Diri*. Medan: USU Repository.
- Sandu, Syioto dan M. Ali Sodik. 2015. *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing
- Alamri. 2015. *Layanan Bimbingan dan Konseling dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah*. Studi Pada Siswa Kelas X SMA 1 Gebog Tahun 2014/2015. Diakses tanggal 02 Februari 2018. Jurnal.
- Anisa. 2013. *Strategi Self Management*. Diakses tanggal 02 Februari 2018. Makalah.
- Arrizki, Dkk. 2020. *Pengaruh Konseling Kelompok Teknik Self Management untuk Mengurangi Kebiasaan Merokok pada siswa kelas XI Gita Bahari Semarang 2020*. Jurnal Bimbingan Konseling vol 6, No 1.
- Amaliyah, Dkk. 2018. *Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management untuk Mengurangi Perilaku Siswa Membolos di SMPN 29 Banjarmasin*. Uniska-Bjm, ac. Id Vol 4, No 1.
- Burns, R. B. 1979. *Konsep Diri: Teori, Pengukuran, Perkembangan, dan Perilaku*. Terjemahan oleh Eddy. (Jakarta: Arcan)
- Esty, Dkk. 2019. *Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management untuk Menurunkan Prasangka Sosial Peserta Didik*. Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol 4, No 2.
- Farida, dkk. 2017. *Pengembangan Model Konseling Kelompok Teknik Self Management untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa*. Studi pada siswa SMP Negeri Pati Tahun 2016/2017. Diakses Desember 2017.
- Hurlock, E. B. 1976. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Terjemahan oleh Med. Meitasari. Tjandrasa & Muslichah Zarkasih. (Jakarta: Erlangga)
- Irzal, 2021. *Pengaruh Strategi Self Management dalam Konseling Kelompok terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa kelas XI IPS SMA Giki 1 Surabaya*. Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam Vol 6, No 1

Jainal. 2014. *Modifikasi Perilaku : Teknik Self Management*. Diakses tanggal 02 Februari 2018.

Murmanto, M.D., 2007, *Pembentukan Konsep Diri Siswa Melalui Pembelajaran Partisipatif*. Journal Pendidikan Penabur - No.08/Th.VI/Juni 2007.

Pudjjogyanti. 1995. *Konsep Diri dalam Pendidikan*. (Jakarta: Arcan)

Gurumuda. 2009. *Konsep Diri Kunci Pembuka Harta Karun Potensi Siswa*, (Online), <http://www.Gurumuda2.blogspot.com>, diakses 28 januari 2018, hlm 2.

Pengembangan Model Konseling Kelompok Teknik *Self-Management* untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa

Farida Nurul Aisah¹, Mungin Eddy Wibowo² & Edy Purwanto²

¹MTs. Tarbiyatus Sibyan, Ketanggan, Gembong, Pati

²Prodi Bimbingan Konseling, Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel
Diterima:
Desember 2016
Disetujui:
Januari 2017
Dipublikasikan:
Desember 2017

Keywords:
group counseling,
self-management,
self-concept

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah (1) Memperoleh gambaran pelaksanaan konseling kelompok di SMP Negeri Kabupaten Pati, (2) Memperoleh gambaran tingkat konsep diri siswa di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati, (3) Menghasilkan model layanan konseling kelompok melalui teknik *self-management* agar dapat meningkatkan konsep diri siswa, (4) Mengetahui tingkat efektifitas model layanan konseling kelompok melalui teknik *self-management* untuk meningkatkan konsep diri siswa. Penelitian ini menggunakan metode *Research and Development* (R&D). Hasil penelitian menunjukkan: (1) Layanan konseling kelompok di SMP Negeri Kabupaten Pati telah terencana dalam program bimbingan dan konseling akan tetapi pelaksanaannya masih kurang optimal, (2) Tingkat konsep diri Siswa di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati pada kategori sangat rendah adalah 1,4%, kategori rendah 30,3%, kategori sedang 43,8%, dan kategori tinggi 24,5%, (3) Dihasilkan model konseling kelompok teknik *self-management* untuk meningkatkan konsep diri siswa, dan (4) Model konseling kelompok teknik *self-management* efektif dalam meningkatkan konsep diri siswa.

Abstract

The purpose of this study were: (1) to get portrait of group counseling employment in Pati Regency Junior High School. (2) To get portrait of the students' self-concept of 1 Tlogowungu Junior High School. (3) To produce counseling group service model through self-management technique to improve student self-concept. (4) To figure out the effectiveness level of group self-management counseling technique to improve students' self-concept. This study applied Research and Development (R&D) method. Results showed (1) Group counseling service of the school has been well planned in the guidance and counseling program, however it is not optimally employed. (2) The students' self-concept level in which in the lowest level is 1.4%, low level is 30.3%, medium level is 43.8%, and top level is 24.5%, (3) It is produced self-management group counseling model to improve students' self-concept, and (4) self-management group counseling technique model is proven effectively to improve the students' self-concept.

© 2017 Universitas Negeri Semarang

^{Correspondence} Alamat korespondensi:
Ketanggan Gembong Pati, Kec. Gembong Kab. Pati
E-mail: nurul532@gmail.com

p-ISSN 2252-6889
e-ISSN 2502-4450

RISDA : Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam

Volume. 6, Number. 1, April 2021

p-ISSN : 2540-8097, e-ISSN : 2776-1517

Hlm : 1-9

Journal Home Page : <https://ejournal.staiarroseyid.ac.id/index.php/risda/index>

**PENGARUH STRATEGI *SELF MANAGEMENT* DALAM KONSELING
KELOMPOK TERHADAP KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA KELAS
XI IPS 2 SMA GIKI 1 SURABAYA**

Much Irzal Ardiansyah

Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

Irzal2896@gmail.com

Sutijono

Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

Sujitono@unipasby.ac.id

Abstract

Education can not be separated from the emergence of various problems, one of which is the lack of discipline in student learning in the learning process. The purpose of this study was to determine the effect of group counseling services with self-management strategies on the discipline of learning of class XI IPS 2 SMA GIKI 1 Surabaya. The data collection instruments used in this research were observation and measurement scale. The sampling technique used was purposive sampling. The sample obtained amounted to 5 students with low criteria. The research data analysis technique used the normality test and the t test. The results of data analysis show that the results of learning discipline that have been treated with self-management strategies are better than before getting treated. The result of the hypothesis test is a pretest of 93.80 and a posttest value of 122.0, namely $122.0 > 93.80$, while the results of the t test show $0.00 < 0.05$. So it can be concluded that there is a significant increase in the results of learning discipline using group counseling with self-management strategies in class XI IPS 2 SMA GIKI 1 Surabaya.

Keywords: *Self-management strategies in group counseling and discipline learning.*

RISDA : Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam

Volume. 6, Number. 1, April 2021

p-ISSN : 2540-8097, e-ISSN : 2776-1517

Hlm : 1-9

Journal Home Page : <https://ejournal.staiarrosyid.ac.id/index.php/risda/index>

**PENGARUH STRATEGI *SELF MANAGEMENT* DALAM KONSELING
KELOMPOK TERHADAP KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA KELAS
XI IPS 2 SMA GIKI 1 SURABAYA**

Much Irzal Ardiansyah

Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

Irzal2896@gmail.com

Sutijono

Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

Sujitono@unipasby.ac.id

Abstract

Education can not be separated from the emergence of various problems, one of which is the lack of discipline in student learning in the learning process. The purpose of this study was to determine the effect of group counseling services with self-management strategies on the discipline of learning of class XI IPS 2 SMA GIKI 1 Surabaya. The data collection instruments used in this research were observation and measurement scale. The sampling technique used was purposive sampling. The sample obtained amounted to 5 students with low criteria. The research data analysis technique used the normality test and the t test. The results of data analysis show that the results of learning discipline that have been treated with self-management strategies are better than before getting treated. The result of the hypothesis test is a pretest of 93.80 and a posttest value of 122.0, namely $122.0 > 93.80$, while the results of the t test show $0.00 < 0.05$. So it can be concluded that there is a significant increase in the results of learning discipline using group counseling with self-management strategies in class XI IPS 2 SMA GIKI 1 Surabaya.

Keywords: *Self-management strategies in group counseling and discipline learning.*



**KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF MANAGEMENT UNTUK
MENURUNKAN PRASANGKA SOSIAL PESERTA DIDIK**

**Counseling Group With Self Management Techniques To Reduce Social
Prejudice Learners**

¹Esty Ariyani Safithry, ²Niky Anita

¹Universitas Muhammadiyah palangkaraya, Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

²Universitas Muhammadiyah palangkaraya, Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

ARTIKEL INFO

ABSTRAK

Diterima
Januari 2019

Dipublikasi
Februari 2019

*E-mail:
estyaryanisafithry@gmail.com

Orchid:

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui layanan konseling kelompok dengan teknik self management dalam menurunkan prasangka social peserta didik. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan teknik Pre-Eksperiment dangn bentuk One-Group Pretest-Posttest Design. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas X mipa-7 di SMAN 2 Palangka Raya yang berjumlah 40 orang, dengan sampel 9 orang peserta didik yang teridentifikasi memiliki tingkat prasangka social yang tinggi. Data di analisis dengan uji T Test Menggunakan aplikasi Software SPSS versi 20.00. teknik pengumpulan data menggunakan, observasi dan skala prasangka sosial. Berdasarkan hasil Pre-test sebelum pemberian treatment subjek mendapatkan nilai skor rata-rata 86-114 masuk dalam kategori tinggi , dan setelah pemberian treatmenten berdasarkan hasil Post-test rata-rata subjek mendapatkan nilai skor 57-85 dan masuk dalam kategori sedang. Pada observasi awal sebelum pemberian treatment mendapatkan nilai skor 9-13 masuk dalam kategori rendah dan setelah pemberian treatment pada observasi akhir rata-rata subjek mendapatkan nilai skor 4-8 masuk dalam kategori rendah. Hasil penelitian menunjukan kesembilan peserta didik yang diberikan treatment mengalami penurunan perilaku prasangka sosial sesudah pemberian treatment yang diketahui dari hasil perbandingan Pretest-Posttest.

Kata kunci: Konseling Kelompok, Self Management, Prasangka Sosial

ABSTRACT

This study aims to determine group counseling services with self management techniques in reducing the social prejudices of students. The type of research used is quantitative with Pre-Experiment technique and the form of One-Group Pretest-Posttest Design. The population in this study were students of class X mipa-7 at SMAN 2 Palangka Raya, amounting to 40 people, with a sample of 9 students identified as having a high level of social prejudice. The data is analyzed with the T Test using the SPSS software version 20.00. data collection techniques using, observation and social prejudice scale. Based on the results of the Pre-test before administering the treatment the subjects got an average score score of 86-114 in the high category, and after giving treatment based on the results the average post-test subjects got a score of 57-85 and were in the medium category. In the initial observation before giving treatment, the score of 9-13 was included in the low category and after giving treatment on the final observation, the average subject scored 4-8 in the low category. The results showed that the nine students given treatment experienced a decrease in social prejudice behavior after treatment which was known from the results of the Pretest-Posttest comparison.

Keywords: Group Counseling, Self Management, Social Prejudice

**LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT*
UNTUK MENGURANGI PERILAKU SISWA MEMBOLOS DI SMPN 29
BANJARMASIN TAHUN AJARAN 2017/2018**

Amaliyah, Hamzah, Fariat
Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari
amaliyah21@yahoo.com

ABSTRAK

Latar belakang yang terjadi bahwa adanya siswa kelas IX SMPN 29 Banjarmasin yang suka membolos. Dengan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* diharapkan perilaku siswa membolos dapat dikurangi. Tujuan utama dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* dapat mengurangi perilaku siswa membolos. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) yang dilaksanakan dengan 2 siklus. Subyek penelitian ini yaitu lima orang siswa kelas IX SMPN 29 Banjarmasin yang teridentifikasi pernah membolos. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif kualitatif. Setelah mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* siklus 1 dengan dua kali pertemuan terdapat satu orang siswa yang tidak membolos lagi siswa tersebut adalah MAR, sedangkan empat orang siswa lainnya mengalami penurunan dalam perilaku membolos yaitu PAS menjadi dua kali, MIAF menjadi satu kali, MAK menjadi dua kali, dan SN menjadi dua kali. Dan setelah siswa mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* siklus 2 dengan satu kali pertemuan terdapat dua orang siswa yang tidak pernah membolos lagi siswa tersebut adalah PAS, dan MIAF sedangkan dua orang siswa lainnya masih membolos satu kali siswa tersebut adalah MAK dan SN. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* dapat mengurangi perilaku siswa membolos di SMPN 29 Banjarmasin. Saran yang dapat direkomendasikan peneliti kepada konselor sekolah adalah agar konselor sekolah dapat memberikan layanan yang ada di Bimbingan dan konseling kepada siswa SMPN 29 Banjarmasin.

Kata Kunci : Konseling Kelompok, Perilaku Membolos, *Self Management*.

ABSTRACT

Background that happened that the existence of students of class IX SMPN 29 Banjarmasin who like skipping. With group counseling services with self management techniques expected to trespass students can be reduced. The main purpose of this study was to find out whether group counseling services with self-management techniques can reduce the behavior of truant students. The type of research used in this study is Research Guidance and Counseling (PTBK) which is implemented with 2 cycles. The subjects of this research is five students of class IX SMPN 29 Banjarmasin who have been identified truant. The method used in this research is qualitative descriptive analysis. After attending a group counseling service with self management cycle 1 with two meetings there is one student who does not ditch again the student is MAR, while four other students have decreased in skipping behavior ie PAS twice, MIAF become one time, MAK become twice, and SN becomes twice. And after students follow group counseling service with self management technique cycle 2 with one meeting there are two students who never ditch again the student is PAS, and MIAF while two other students still ditch one time the student is MAK and SN. The conclusion of this research is that group counseling service with self management technique can reduce the behavior of truant student in SMPN 29 Banjarmasin. Suggestions that researchers can recommend to school counselors are so that school counselors can provide services that exist in Guidance and counseling to students SMPN 29 Banjarmasin.

Keywords: Group Counseling, Skipping Behavior, *Self Management*.

Dipublikasikan Oleh:
UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal
Universitas Islam Kalimantan Muhammad Asyad Al-Banjarmasin