

## **BAB IV**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan pada pembahasan masalah maka penulis dapat menarik kesimpulan sebagai berikut:

Alasan penggunaan teknik *self management* untuk mengurangi perilaku membolos siswa karena, teknik *self management* dapat membantu siswa menempatkan diri dalam situasi-situasi yang menghambat tingkah laku yang hendak dihilangkan seperti perilaku membolos dan mencegah timbulnya perilaku atau masalah yang tidak dihendaki misalnya tidak naik kelas, gagal dalam ujian, tidak bertanggung jawab penguasaan materi tertinggal dari teman lainnya.

Prosedur penerapan teknik *self management* melalui tiga tahap yaitu *self-monitoring* (pemantauan diri), *stimulus-control* (pengendalian rangsang) *self-reward* (penghargaan diri). Dengan tiga tahap tersebut siswa diharapkan dapat mengontrol diri dan merubah perilaku membolos yang merugikan dirinya sendiri.

Efektifitas teknik *self management* untuk mengurangi perilaku membolos pada siswa didukung oleh Hasil penelitian Hidayatul (2018) dengan judul efektifitas teknik *self management* untuk mengurangi perilaku membolos siswa kelas VIII-E SMPN 3 Kediri.

Sebelum diterapkan teknik *self management* hasil penelitian menunjukkan bahwa ada 10 orang siswa yang sering membolos dan setelah diterapkan

teknik *self management* 6 diantaranya mulai menunjukkan perubahan yaitu tidak lagi membolos. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa teknik *self management* efektif mengurangi perilaku membolos pada siswa..

## **B. Saran**

Berdasarkan simpulan di atas penulis memberikan saran sebagai berikut:

### 1. Bagi Pembaca (Pemerhati masalah BK)

Pemerhati masalah BK diharapkan dapat mengkaji lebih jauh mengenai penggunaan teknik *self management* yang dapat membantu mengurangi perilaku membolos pada siswa.

### 2. Bagi Penulis

Penulis diharapkan agar berupaya untuk meningkatkan wawasan, pengetahuan dan keterampilan tentang teknik *self management* yang dapat diterapkan untuk mengurangi perilaku membolos siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. 2013. *Prosedur penelitian suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta :Rineka cipta
- Cormier, L.J. 2009. *Interviewing Strategies For Helpers*. Ed : Monterey,California : Books/Code Publishing Company.
- Hakim. 2002. *Mengatasi rasa tidak percaya diri*. Jakarta: Puspa swara
- Hasan M, Iqal. 2002. *Pokok pokok materi metodologi penelitian dan aplikasinya*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Jawwad, Ahmad Abdul. 2007.*ManajemenDiri*. Bandung:SaveiGeneration.
- Komalasari. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks.
- Kearney. 2001. *A Fungsional Approach To Assessment and Treatment*. Washington DC: American Psychological Association.
- Kartono.1985. *Bimbingan Bagi Anak dan Remaja yang Bermasalah*. Jakarta: CV Rajawali.
- Kuncoro, Mudrajat. 2009. *Metode Riset untuk Bisnis & Ekonomi*.Jakarta: Edisi Ketiga, Erlangga.
- Mundiri. 2000. *Logika*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Nursalim, M. 2013. *Strategi Konseling*. Surabaya : Unesa University Press
- Prijaksono. 2003. *Tujuan Self Management (control life)*. Jakarta: Gramedia.
- Silalahi. 2012. *Metode Penelitian Sosial*. Bandung: Refika Aditama.
- Setyowati. 2004. *Pola Komunikasi Keluarga dan Perkembangan Emosi Anak*. Yogyakarta: Unes.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta.
- \_\_\_\_\_.2012. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Supriyo. 2008. *Studi Kasus Bimbingan Konseling*. Semarang: CV. Nieuw Setapak
- Zed, Mestika. 2003. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta : Yayasan Obor Indonesia.

### **Jurnal :**

- Ach. Zayul, (2019) “*Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Menggunakan Pendekatan Behavioral dan Teknik Self Management Pada Siswa kelas X SMAN 1 Tegaldlimo Tahun Ajaran 2018/2019*”. Jurnal Sosioedukasi. Vol. 08 No. 02.
- Amaliyah, (2018) “*Layanan konseling kelompok dengan teknik self management untuk mengurangi perilaku siswa membolos di SMPN 29 Banjarmasin Tahun Ajaran 2017/2018*”. Jurnal mahasiswa BK. Vol 04 No. 01
- Damayanti (2013), dengan judul “*Studi Tentang Perilaku Membolos Siswa SMA Swasta Di Surabaya*”. Jurnal Mahasiswa. Vol. 03 No.01.
- Hariyanto. 2019. *Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Dengan Pendekatan Behavior Teknik Self Management Pada Siswa Kelas XII TSM SMK PGRI 1 Pogalan Trenggalek*. Vol. 03No.01
- Hendry, K. 2007. *Ciri anak membolos*. Jurnal Kesehatan Sekolah, Vol. 77, hal 29-35
- Hidayatul Khoiriyah (2018) “*Efektivitas teknik self management untuk mengurangi perilaku membolos siswa kelas VIII-E SMPN 3 Kediri tahun ajaran 2017/2018*”. Simki Pedagogia. Vol.02 No.03.
- Makhfud. 2011. *Hubungan Antara Manajemen Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Aktif di Bem Iain Sunan Ampel Surabaya*. Psikologi Pendidikan dan Bimbingan volume 10.
- Reid, K. 2004. “*Pendekatan Strategis Untuk Mengatasi Bolos dan Ketidakhadiran Di Sekolah*”. Jurnal Bimbingan dan Konseling

### **Skripsi :**

- Annisa, A. 2017. “*Efektifitas Konseling Behavioral dengan Teknik Self Management untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa VII SMP N 19 Banda Lampung 2017/2018*”. Bandar Lampung: UIN Raden Intan Lampung.
- Astriyani. 2010. “*Kemampuan Management Diri Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling di Universitas Negeri Semarang*”. Hasil Penelitian. Semarang: Unnes University Press
- Erasianingsari, Tri. 2009. “*Efektifitas Konseling Behavioral Dalam Mengurangi Kebiasaan Membolos Siswa*”. Skripsi. BK-UMM