

**EFEKTIVITAS PENGGUNAAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* MELALUI
LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
UNTUK PENINGKATAN DISIPLIN SISWA DI SEKOLAH**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Panitia Ujian Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**

OLEH

LEONORA HERMINA DUKA

NIM : 11115008

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

JURUSAN ILMU PENDIDIKAN



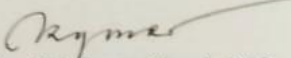
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDIRA
KUPANG
2021**

LEMBAR PENGESAHAN

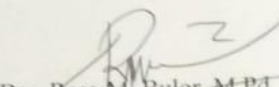
Skripsi ini telah disetujui dan disahkan pada tanggal 01 Juli 2021

Oleh

Dosen Pembimbing I

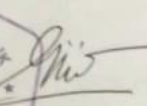


Drs. Kristianus Manek, M.Sc
NIDN. 0813015201

Dosen Pembimbing II


Dra. Rosa M. Bulor, M.Pd
NIDN. 0807056401

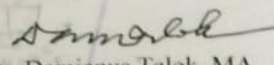

Mengetahui

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling



Dra. Maria Erlinda, M.Pd
NIDN. 0815056602

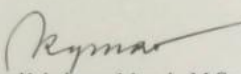
Mengesahkan

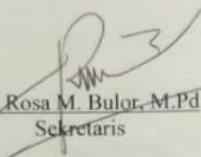
Dekan FKIP Unika Widya Mandira




Dr. Damianus Talok, MA
NIDN. 0812026001

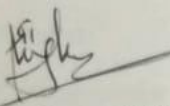
Skripsi ini telah dipertanggungjawabkan di hadapan panitia ujian skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Program Studi Bimbingan dan Konseling, dan diterima untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Jenjang Strata I pada tanggal 01 Juli 2021

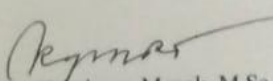
Panitia Ujian


Drs. Kristianus Manek, M.Sc
Ketua


Dra. Rosa M. Bulor, M.Pd
Sekretaris


Dra. Maria Erlinda, M.Pd
Penguji I


Drs. Yohanes Demon, M.Si
Penguji II


Drs. Kristianus Manek, M.Sc
Penguji III

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto :

Hari ini harus lebih baik dari hari kemarin dan hari esok adalah harapan.

(Refleksi Pribadi)

Persembahan

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Bapak dan Mama tercinta Robert M Duka dan Jublina K Duka serta kakak adik tercinta, Andy, Lenna, Gres, dan Petrus.
2. Almamaterku tercinta Universitas Katolik Widya Mandira.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik. Adapun judul skripsi ini tentang efektivitas penggunaan teknik *self management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk peningkatan disiplin siswa di sekolah.

Masalah yang dikaji dalam skripsi ini: (1) Mengapa teknik *self management* melalui layanan bimbingan kelompok dapat digunakan untuk peningkatan disiplin siswa di sekolah, (2) Bagaimana prosedur penggunaan teknik *self management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk peningkatan disiplin siswa di sekolah, (3) Apakah penggunaan teknik *self management* melalui layanan bimbingan kelompok efektif untuk peningkatan disiplin siswa di sekolah

Tujuan dari penulisan skripsi ini untuk mengetahui (1) Alasan penggunaan teknik *self management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk peningkatan disiplin siswa di sekolah, (2) Prosedur penggunaan teknik *self management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk peningkatan disiplin siswa di sekolah, (3) Efektivitas teknik *self management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk peningkatan disiplin siswa di sekolah.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulisan skripsi ini dapat diselesaikan dengan bantuan dan saran dari berbagai pihak. Berkenaan dengan itu, penulis hendak menyampaikan rasa terima kasih yang berlimpah kepada:

1. Dr. Damianus Talok, MA., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ktolik Widya Mandira
2. Dra. Maria Erlinda, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan pengarahan, bimbingan dan masukan dalam melakukan penulisan skripsi ini.
3. Drs. Kristianus Manek, M.Sc., selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan pengarahan, bimbingan, dan masukan kepada penulis dalam penulisan skripsi ini.
4. Dra. Rosa M Bulor, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan pengarahan, bimbingan, dan masukan kepada penulis dalam penulisan skripsi ini.
5. Bapak/Ibu dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan dukungan, pengarahan serta bimbingan kepada penulis dalam penulisan skripsi ini.
6. Ibu Martini A. Setu, ST, selaku Pegawai Tata Usaha Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah membantu penulis dalam pengurusan administrasi yang berkaitan dengan penulisan skripsi ini.
7. Bapak dan Mama tercinta Roberth M. Duka dan Jublina K. Duka serta kakak adik tercinta Andi, Lenna, Gres, dan Petrus yang selalu memberikan dukungan, doa,

perhatian, nasihat dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.

8. Ibu Vikaris Agustina Susana Retebana, S.Th yang selalu memberikan dukungan, doa, motivasi serta refleksi-refleksi sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
9. Sahabat serta orang-orang terkasih Seni, Patris, Lany, Thya, Melan, Wildha, Yanti, Ratna, serta semua teman-teman seperjuangan pada Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2015 yang selalu membantu dan memberikan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca sangat diharapkan penulis guna penyempurnaan tulisan ini.

Kupang, Maret 2021

Penulis

ABSTRAK

Skripsi ini menelaah tentang efektivitas penggunaan teknik *self management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk peningkatan disiplin siswa di sekolah. Masalah dalam penelitian ini adalah 1) Mengapa teknik *self management* melalui layanan bimbingan kelompok digunakan untuk peningkatan disiplin siswa di sekolah. 2) Bagaimana prosedur penggunaan teknik *self management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk peningkatan disiplin siswa di sekolah. 3) Apakah penggunaan teknik *self management* melalui layanan bimbingan kelompok efektif untuk peningkatan disiplin siswa di sekolah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui 1) Alasan penggunaan teknik *self management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk peningkatan disiplin siswa di sekolah. 2) Prosedur penggunaan teknik *self management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk peningkatan disiplin siswa di sekolah. 3) Efektivitas teknik *self management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk peningkatan disiplin siswa di sekolah. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dengan metode studi kepustakaan. Objek kajian dalam penelitian ini adalah teknik *self management*, layanan bimbingan kelompok dan disiplin siswa di sekolah. Sumber data yang digunakan penulis adalah data sekunder berupa buku, artikel dan jurnal yang berkaitan dengan penelitian ini. Hasil pembahasannya adalah teknik *self management* melalui layanan bimbingan kelompok dapat digunakan untuk peningkatan disiplin siswa di sekolah karena, dengan teknik *self management* melalui bimbingan kelompok siswa dapat mengontrol kondisi diri dan lingkungannya sendiri dengan mengubah perilaku sendiri ke arah yang lebih baik. Prosedur penerapan teknik *self management* untuk peningkatan disiplin siswa di sekolah dilakukan melalui empat tahap bimbingan kelompok yaitu: tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap pengakhiran. Efektivitas penggunaan teknik *self management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk peningkatan disiplin siswa di sekolah didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari (2014), Isnaini dkk (2015) Argo (2017), Muratama (2018), dan Rahmawati (2019).

Bertolak dari hasil kajian di atas, maka diberikan saran kepada penulis agar skripsi ini dapat menjadi sarana yang bermanfaat dalam mengimplementasikan pengetahuan tentang teknik *self management* melalui layanan bimbingan kelompok sebagai cara untuk peningkatan disiplin siswa di sekolah. Selanjutnya kepada guru BK diharapkan skripsi ini dapat dijadikan referensi di sekolah untuk pengembangan ilmu bimbingan dan konseling khususnya dalam pemanfaatan teknik *self management* melalui layanan bimbingan kelompok untuk peningkatan disiplin siswa di sekolah.

ABSTRACT

This thesis examines the effectiveness of using self-management techniques through group guidance to improve student discipline in schools. The problems in this study are 1) Why self-management techniques through group guidance are used to improve student discipline in schools. 2) What is the procedure for using self-management techniques through group guidance to improve student discipline at school. 3) Is the use of self-management techniques through effective group guidance services to improve student discipline in schools. The purpose of this study was to find out 1) the reasons for using self-management techniques through group guidance services to improve student discipline in schools. 2) The procedure for using self-management techniques through group guidance services to improve student discipline in schools. 3) The effectiveness of self-management techniques through group guidance service to improve student discipline in schools. This type of research is descriptive qualitative with literature study method. The object of study in this research is self-management techniques, group guidance services and student discipline in schools. Sources of data used by the author is secondary data in the form of books, articles and journals related to this research. The result of the discussion is that self-management techniques through group guidance can be used to improve student discipline at school because, with self-management techniques through group guidance, students can control their own condition and environment by changing their own behavior in a better direction. The procedure for applying self-management techniques through group guidance to improve student discipline in schools is carried out through group guidance steps, namely: the formation stage, the transition stage, the activity stage and the closing stage. Effectiveness of using self-management techniques to improve student discipline in schools is supported by the results of research conducted by Sari (2014), Isnaini et al (2015) Argo (2017), Muratama (2018), and Rahmawati (2019).

Starting from the results of the study above, suggestions are given to the author so that this thesis can be a useful tool in implementing knowledge about self-management techniques through group guidance as a way to improve student discipline at school. Furthermore, to BK teachers, it is hoped that this thesis can be used as a reference in schools for the development of guidance and counseling science, especially in the use of self-management techniques through group guidance to improve student discipline in schools.

DAFTAR ISI

Halaman

| | |
|---|-------------|
| KATA PENGANTAR..... | iv |
| ABSTRAK..... | vii |
| ABSTRACT..... | viii |
| DAFTAR ISI..... | ix |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xi |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah..... | 5 |
| C. Tujuan Penulisan..... | 5 |
| D. Manfaat Penulisan..... | 6 |
| BAB II TINJAUAN TEORETIS | 7 |
| A. Teknik <i>Self Management</i> | 7 |
| 1. Pengertian <i>Self Management</i> | 7 |
| 2. Tujuan Teknik <i>Self Management</i> | 8 |
| 3. Manfaat Teknik <i>Self Management</i> | 9 |
| 4. Karakteristik Teknik <i>Self Management</i> | 9 |
| 5. Strategi-strategi dalam Teknik <i>Self Management</i> | 10 |
| 6. Langkah-langkah Teknik <i>Self Management</i> | 11 |
| B. Layanan Bimbingan Kelompok | 11 |
| 1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok..... | 12 |
| 2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok..... | 13 |
| 3. Manfaat Layanan Bimbingan Kelompok..... | 13 |
| 4. Asas-Asas Layanan Bimbingan Kelompok..... | 14 |
| 5. Tahap-Tahap Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok..... | 15 |
| C. Disiplin Siswa di Sekolah..... | 17 |
| 1. Pengertian Disiplin Siswa di Sekolah | 17 |
| 2. Tujuan Disiplin Siswa di Sekolah | 18 |
| 3. Manfaat Disiplin Siswa di Sekolah | 19 |
| 4. Karakteristik Disiplin Siswa di Sekolah | 20 |
| 5. Ciri-Ciri Siswa yang Berdisiplin | 22 |
| 6. Faktor yang Mempengaruhi Kedisiplinan Siswa di Sekolah | 23 |

| | |
|--|-----------|
| D. Hasil Kajian yang Relevan..... | 25 |
| BAB III METODE KAJIAN DAN PEMBAHASAN..... | 33 |
| A. Metode Kajian..... | 33 |
| B. Objek Kajian | 36 |
| C. Sumber Data..... | 36 |
| D. Jenis Data | 37 |
| E. Pembahasan Masalah | 38 |
| BAB IV PENUTUP | 53 |
| A. Simpulan..... | 53 |
| B. Saran | 55 |
| DAFTAR PUSTAKA | 56 |
| LAMPIRAN-LAMPIRAN | |

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Abstrak Artikel hasil penelitian Ine Nurlita Sari, dkk Tentang Penerapan Pendekatan Behavioral dengan menggunakan Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Perilaku Disiplin Datang Tepat Waktu ke Sekolah (2014)
- Lampiran 2: Abstrak Artikel hasil penelitian Faiqotul Isnaini, dkk Tentang Strategi *Self Management* untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar (2015)
- Lampiran 3: Abstrak Artikel hasil penelitian Tuntut Tampi Argo Tentang Efektivitas Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Disiplin Siswa Kelas V11 SMP Negeri 5 Kota Kediri (2017)
- Lampiran 4: Abstrak Artikel hasil penelitian Muhamad Satriadi Muratama Tentang Layanan Konseling Behavioral Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Disiplin dan Tanggung Jawab Belajar di Sekolah (2018)
- Lampiran 5: Abstrak Artikel hasil penelitian Ghetta Ayu Rahmawati Tentang Efektivitas Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas X SMK Muhamadiyah 2 Kota Kediri (2019)