

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu dalam sebuah penelitian memberikan informasi tambahan kepada penulis tentang kegiatan yang telah dilakukan dalam penelitian sebelumnya. Penelitian yang dilakukan Ade Anandayu dengan judul Meningkatkan Kedisiplinan Melalui Konseling Kelompok Behavioral Untuk Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Wonogiri, fokus penelitiannya adalah kedisiplinan pada siswa di SMP Negeri 2 Wonogiri hasil dari penelitian menunjukkan bahwa adanya peningkatan yang signifikan kedisiplinan siswa pada kelompok eksperimen setelah mengikuti layanan konseling kelompok behavioral dengan menggunakan pendekatan kuantitatif.⁹

Penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam kedisiplinan siswa kelas VIII SMP N 2 Wonogiri pada tahun ajaran 2019/2020 setelah mengikuti layanan konseling kelompok behavioral. Hasilnya menunjukkan bahwa siswa-siswa tersebut mengalami perbaikan yang mencolok dalam perilaku disiplin mereka, yang dapat berdampak positif pada lingkungan belajar mereka secara keseluruhan. Hasil analisis menunjukkan koefisien Asymp.

⁹Ade Anandayu, "Meningkatkan Kedisiplinan Melalui Konseling Kelompok Behavioral Untuk Siswa Kelas VIII SMP," *Jurnal Konseling Gusjigang* 5, no. 2 (2019): 97-103, <http://jurnal.umk.ac.id/index.php/gusjigang>.

Sig (2-tailed) sebesar 0,009, yang lebih kecil dari taraf signifikansi 0,050, menandakan efektivitas layanan tersebut. Pada tahun ajaran 2019/2020, kedisiplinan siswa kelas VIII SMP N 2 Wonogiri mengalami peningkatan yang signifikan dari rata-rata 2,50 menjadi 8,00 dalam post-test, melalui penerapan layanan konseling kelompok behavioral oleh kelompok eksperimen. Perubahan ini menegaskan efektivitas konseling kelompok dalam meningkatkan kedisiplinan siswa, menunjukkan dampak positif intervensi tersebut terhadap respons siswa terhadap aturan sekolah dan lingkungan pembelajaran mereka.

Penelitian skripsi oleh Siti Maryam berjudul "Penerapan Layanan Konseling Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa di SMA Negeri 1 Indra Jaya" mengungkapkan rumusan masalah apakah penerapan layanan konseling kelompok dapat meningkatkan kedisiplinan siswa. Penelitian ini fokus pada efektivitas intervensi konseling kelompok dalam merangsang pemahaman dan perilaku disiplin siswa, dengan tujuan untuk memberikan rekomendasi bagi sekolah dalam meningkatkan lingkungan belajar yang kondusif dan produktif. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen *One Group Pretest-Posttest Design* untuk mengukur efektivitas intervensi konseling terhadap disiplin siswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok berpengaruh signifikan terhadap kedisiplinan siswa. Skor rata-rata pretest yang awalnya 76,88 meningkat menjadi 91,13 pada posttest, dengan selisih sebesar

14,25. Hal ini mengindikasikan adanya perubahan yang nyata dalam kedisiplinan siswa setelah mereka mengikuti layanan konseling kelompok.¹⁰

Penelitian Ade Anandayu menitikberatkan pada peningkatan signifikan terhadap kedisiplinan melalui penerapan layanan konseling kelompok behavioral. Penelitian ini menggunakan Desain Grup Kontrol, di mana kelompok eksperimen menerima 8 sesi konseling kelompok dengan pendekatan behavioral, sedangkan kelompok kontrol menerima 8 sesi konseling kelompok dengan pendekatan *self management*. Siti Maryam meneliti implementasi layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kedisiplinan di SMA Negeri 1 Indra Jaya, dengan fokus pada siswa. Perbedaan utamanya adalah penekanan pada penggunaan layanan konseling kelompok yang ditargetkan langsung kepada siswa, berbeda dengan penelitian sebelumnya yang mungkin lebih berfokus pada aspek lain dalam konteks yang sama.

B. Layanan Konseling Kelompok

1. Pengertian Layanan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok memberi siswa peluang untuk terlibat dalam diskusi dan aktivitas bersama sebagai bagian dari sesi konseling. Hal ini memungkinkan mereka untuk mendiskusikan masalah atau pengalaman mereka, mendapatkan dukungan dari anggota tim lainnya, dan mendapatkan kekuatan untuk kerja tim. Dalam kelompok ini, siswa

¹⁰Kukuh Tejomurti Lailatul Mufidah, "Penerapan Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di SMA Negeri 1 Indra Jaya" 7, no. 3 (2021): 6.

menikmati kenyamanan dalam berbagi pengalaman, mendapatkan ide - ide baru dan menerima dukungan dari anggota kelompok.¹¹

Konseling kelompok yaitu tahap interaksi individu ini berfokus terhadap pemahaman kemudian perubahan perilaku. Pada tahapan ini, karakteristik terapeutik meliputi pengungkapan pikiran dan perasaan yang mendalam, serta membangun kepercayaan di antar anggota kelompok. Farit Mashudi, mengatakan bahwa “konseling kelompok yaitu pelayanan yang dapat membantu siswa mengidentifikasi serta menyelesaikan masalah pribadi melalui interaksi dinamis di dalam kelompok”. Dalam konteks ini, kelompok dapat menjadi wadah yang aman dan mendukung bagi individu untuk mengatasi tantangan hidup mereka.¹²

Menurut Angga Eka Yuda “layanan konseling kelompok merupakan suatu bentuk konseling yang berhubungan dengan hubungan interpersonal dalam sekelompok orang”.¹³ Para ahli menekankan bahwa bimbingan kelompok adalah strategi yang efektif untuk menangani masalah kolektif dengan melibatkan banyak individu dalam proses penyelesaiannya secara bersama-sama.

¹¹Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah* (Jakarta, 2000), 49.

¹²Farid Mashudi, *Psikologi Konseling* (Jakarta, 2012), 248.

¹³Sugiyono Angga Eka Wibawa, Anwar Sutoyo, “Pengembangan Model Konseling Kelompok Behavior Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa SMA Kabupaten Lamongan,” *Jurnal bimbingan konseling 2* (2016): 87.

Jadi konseling adalah bentuk dukungan yang diberikan oleh konsultan yang profesional untuk mengatasi masalah pribadi atau sosial. Dalam dinamika kelompok, anggota saling berbagi gagasan dan pemikiran untuk menyelesaikan masalah mereka. Layanan konseling kelompok dapat dilakukan di berbagai tempat, seperti di dalam atau di luar ruangan, di sekolah atau di luar sekolah, sesuai kesepakatan bersama.

2. Tujuan Layanan Konseling Kelompok

Adi Mappiare berbicara, mengenai tujuan utama konseling kelompok yaitu menciptakan suatu lingkungan di mana individu dapat saling membantu, sehingga setiap individu memiliki kesempatan untuk memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang diri mereka sendiri dan mencapai penyesuaian personal yang lebih sehat. Konseling kelompok juga dapat menyoroti masalah perkembangan, pilihan dan nilai, sikap, dan emosi, serta memiliki dimensi pencegahan dan penyembuhan masalah. Secara keseluruhan, tujuan layanan konseling kelompok adalah untuk memfasilitasi pengembangan kemampuan sosialisasi siswa, terutama dalam hal kemampuan komunikasi mereka, dengan mengungkap dan mengatasi hambatan sosialisasi dan komunikasi melalui berbagai teknik.¹⁴

¹⁴Tohirin, *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah* (Jakarta: Rjawali Pers, 2013),171-172.

3. Asas-Asas Konseling Kelompok

Konteks layanan konseling kelompok, prinsip-prinsip etika dasar, yakni kerahasiaan, kesukarelaan, dan pengambilan keputusan oleh klien sendiri, tetap diterapkan. Kerahasiaan menjaga privasi peserta, kesukarelaan memastikan partisipasi tanpa paksaan, dan pengambilan keputusan sendiri memberi kekuatan pada individu dalam proses penyembuhan. Prinsip-prinsip ini tidak hanya melindungi hak-hak klien tetapi juga memperkuat proses terapeutik secara keseluruhan. Ini berarti informasi yang dibagikan dalam sesi konseling harus dijaga kerahasiaannya, partisipasi peserta harus didasarkan pada kesukarelaan mereka sendiri, dan keputusan mengenai proses konseling harus diambil oleh klien atau peserta kelompok sendiri.¹⁵

a. Kerahasiaan

Hal yang penting dalam kegiatan kelompok ialah menjaga kerahasiaan segala topik yang dibicarakan dan hanya untuk anggota kelompok saja, terutama dalam konseling kelompok karena masalah pribadi dibahas dalam kelompok. Kerahasiaan kelompok seharusnya diperlakukan serius seperti dalam konseling individu, dan pemimpin kelompok memastikan bahwa semua anggota berkomitmen untuk menjaganya dengan baik.

¹⁵Prayitno, *Layanan L6-L7*, 13–15.

b. Kesukarelaan

Kesukarelaan anggota kelompok menjadi dasar yang dibangun sejak perencanaan awal pembentukan kelompok oleh konselor. Dengan upaya yang berkelanjutan dari konselor dalam mengembangkan syarat-syarat kelompok yang efektif dan struktur layanan konseling kelompok, kesukarelaan ini terus diperkuat. Melalui kesukarelaan ini, anggota kelompok memiliki kesempatan untuk berperan aktif dalam mencapai tujuan bersama layanan kelompok.

c. Asas-Asas Lain

Interaksi antar anggota dalam sesi konseling kelompok mencapai tingkat intensitas dan efektivitas yang optimal ketika setiap anggota kelompok sepenuhnya mengimplementasikan prinsip kegiatan dan transparansi. Mereka secara aktif dan tanpa hambatan, atau keraguan, berpartisipasi dalam kelompok dengan mengungkapkan diri mereka secara terbuka. Hal ini menghasilkan dinamika kelompok yang lebih hidup, dan beragam. Masukan dan interaksi menjadi lebih berharga dan bermakna. Para peserta konseling kelompok memiliki kesempatan lebih besar untuk mendapatkan manfaat yang berharga dari layanan konseling kelompok.

Prinsip kekinian diterapkan dengan fokus pada isu aktual yang relevan dengan kehidupan anggota kelompok saat ini. Mereka diharapkan untuk berbagi pengalaman dan masalah yang sedang

mereka alami, sementara juga mengaitkannya dengan pengalaman masa lalu yang relevan. Perencanaan ke depan dilakukan dengan mempertimbangkan kondisi dan situasi saat ini.

Prinsip kenormatifan tercermin dalam cara anggota kelompok berkomunikasi dan berinteraksi satu sama lain, serta dalam penyajian isi bahasa. Saat konselor menunjukkan keahlian mereka dalam mengelola kegiatan kelompok, fokusnya adalah memastikan proses berjalan efektif. Mereka tidak hanya memfasilitasi diskusi, tetapi juga mengembangkan isi pembahasan secara holistik. Ini mencakup membangun iklim yang mendukung, mempertimbangkan beragam perspektif, dan mengintegrasikan ide-ide menjadi kesatuan yang bermakna. Dengan memanfaatkan prinsip-prinsip ini, konselor dapat memperkuat interaksi antar anggota kelompok dan meningkatkan hasil dari setiap sesi konseling kelompok yang mereka fasilitasi.¹⁶

pra konseling diartikan suatu tahap persiapan pembentukan kelompok. Agar proses konseling dapat berjalan efektif, tahap ini sangat penting bagi konselor karena melibatkan penanaman harapan di antara anggota kelompok dan bekerja sama dalam mencapai tujuan bersama. Konselor harus menekankan hal yang penting dalam konseling kelompok yaitu partisipasi klien dalam keanggotaan, bukan sekadar

¹⁶Prayitno, *Layanan L6-L7* (Padang: Jurusan Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Negeri Padang, 2004), 13–15.

kehadiran Pada pertemuan kelompok, konsultan harus memperhatikan kesamaan permasalahan agar semua anggota dapat fokus pada inti masalah.

a. Tahap Permulaan

Tahap ini, terjadi pembentukan kelompok dengan langkah-langkah yang sistematis seperti pengenalan, klarifikasi tujuan, dan penyampaian aturan, serta eksplorasi ide dan perasaan. Tujuan utama di tahap ini adalah untuk membangun hubungan yang berpusat pada kelompok dengan memastikan bahwa anggota kelompok saling percaya, memberikan umpan balik dan dukungan satu sama lain, mentolerir perbedaan, dan memperkuat satu sama lain secara positif.

b. Tahap Transisi

Tahap ini biasanya ditunjukkan oleh suasana yang tidak seimbang dalam setiap anggota kelompok. Konselor diharapkan mampu mengidentifikasi permasalahan anggota, merumuskannya secara kolektif, dan mengetahui penyebabnya. Bahkan jika anggota kelompok mulai terbuka satu sama lain, mungkin juga terdapat ketakutan, perlawanan, konflik, dan keengganan untuk terbuka di antara anggota kelompok. Maka sebagai pemimpin kelompok, konselor harus mampu mengendalikan dan membimbing anggota kelompok agar mereka merasa aman dan menjadi bagian dari keluarganya sendiri.

c. Tahap Kerja

Fase kerja, yang juga dikenal sebagai fase aktivitas, dimulai setelah penyebab masalah anggota kelompok teridentifikasi, memungkinkan konselor untuk melanjutkan dengan langkah selanjutnya, yakni pembuatan rencana tindakan. Kegiatan kelompok pada tahap ini sangat dipengaruhi oleh kelancaran tahap sebelumnya. Artinya, keberhasilan dalam tahap sebelumnya dapat mempermudah kelancaran tahap ini, begitu juga sebaliknya.

d. Tahap Akhir

Pada tahap ini, anggota kelompok mulai menguji perilaku baru yang mereka pelajari, didukung oleh kelompok. Umpan balik dari semua anggota penting untuk mengevaluasi dan meningkatkan perilaku kelompok. Fase terakhir ini dianggap sebagai pelatihan bagi anggota untuk menerapkan perubahan. Dengan mendekati akhir kegiatan, fokus kelompok adalah mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Kegiatan kelompok didasarkan pada pengalaman anggota lainnya. Jika ada anggota yang masih menghadapi permasalahan dari fase sebelumnya, masalah tersebut harus diselesaikan dalam fase ini. Konselor menentukan waktu yang tepat untuk mengakhiri proses konseling. Jika anggota merasa tujuan telah tercapai dan ada perubahan perilaku yang signifikan, proses konseling dapat diakhiri..¹⁷

¹⁷Namora Lumongga Lubis dan Hasnida, *Konseling Kelompok* (Jakarta: Prenada Media, 2017), 91.

4. Management Diri (*Self management*)

a. *Self management*

Manajemen diri yaitu proses individu mengelola dan mengendalikan dirinya sendiri. Istilah manajemen diri mengacu pada keinginan klien untuk menjadi lebih aktif dan berpartisipasi aktif dalam proses pengobatan. Cormier yang dikutip oleh Sutijono dan Soedarmadji menjelaskan bahwa kegiatan ini menyangkut kemampuan menyesuaikan atau mengubah lingkungan sesuai dengan perilaku yang ingin dikembangkan. Dengan kata lain, klien diharapkan mampu mengambil langkah konkrit untuk mengelola situasi dan lingkungannya agar lebih mendukung proses perubahan perilaku yang diinginkan.¹⁸

Penilaian manajemen diri menitikberatkan pada mengajarkan keterampilan kepada individu untuk mengatasi situasi menantang, memungkinkan mereka meraih perubahan yang diinginkan. Dengan fokus pada pengembangan keterampilan pribadi, individu dapat memanfaatkan strategi yang dipelajari untuk menghadapi tantangan hidup dengan lebih efektif. Ini mendorong mereka untuk mengelola diri dengan lebih baik, menciptakan perubahan yang signifikan dalam kehidupan mereka. Dalam program ini, siswa menentukan perilaku yang ingin mereka kendalikan atau ubah. Mereka membuat keputusan

¹⁸Hartono dan Soedarmaji, *Psikologi Konseling* (Jakarta: Kencana, 2012), 125.

berdasarkan panduan yang diberikan, dengan tujuan meningkatkan disiplin dan tanggung jawab pribadi. Proses ini melibatkan refleksi diri, pengaturan tujuan, dan evaluasi berkala untuk melihat perkembangan, hasilnya, siswa lebih sadar dan termotivasi untuk menjadi lebih baik.

Corey menekankan bahwa siswa sering merasa kurangnya keterampilan adalah alasan utama kegagalan mencapai tujuan, pendekatan sukarela dalam bidang ini memberikan gambaran umum tentang perubahan dan rencana yang mengarah pada perubahan. Dengan menerapkan strategi manajemen diri, siswa berupaya mengubah perilaku mereka dengan mengintegrasikan aspek-aspek lingkungan atau mengelola konsekuensinya, strategi ini membantu mereka untuk lebih sadar dan bertanggung jawab atas tindakan mereka sendiri. Dengan demikian, siswa dapat mengarahkan perubahan perilaku secara efektif dan berkelanjutan, yang pada akhirnya meningkatkan disiplin dan prestasi akademik.

Integrasi aspek lingkungan dan manajemen konsekuensinya memungkinkan siswa untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan belajar serta kehidupan sehari-hari, melalui strategi ini siswa tidak hanya dapat mencapai tujuan perubahan perilaku, seperti menghindari membolos, tetapi juga mengembangkan kemampuan dalam mengelola diri sendiri.

b. Teknik Konseling *Self Management*

Teknik konseling manajemen diri melibatkan penerapan keterampilan dalam proses komunikasi dukungan dan membutuhkan model yang jelas tentang cara dan kapan konselor harus melakukan intervensi terhadap siswa. Dengan kata lain, konselor memerlukan keterampilan implementasi yang tepat. Gunarsa menjelaskan manajemen diri terdapat pemantauan diri, pemberian penghargaan positif, pembentukan kontrak dan kesepakatan internal, serta pengendalian rangsangan eksternal.¹⁹

1) Pemantauan Diri (*self monitoring*)

Pemantauan diri yaitu proses individu memperhatikan kemudian mencatat sesuatu yang menjadi perhatiannya saat berinteraksi dengan lingkungannya. Proses ini, individu mencatat dan mendokumentasikan perilaku yang dianggap bermasalah, mengidentifikasi penyebab masalah, dan mempertimbangkan konsekuensinya.

2) *Reinforcement* yang positif (*self reward*)

Penguatan positif, juga dikenal sebagai penghargaan diri, adalah strategi yang membantu individu mengatasi dan memperkuat perilakunya dengan memberikan hasil yang menyenangkan atau memuaskan. Penghargaan diri membantu

¹⁹Gunarsa, *Konseling Dan Psikoterapi*, 2004, 225.

individu memperkuat atau meningkatkan perilaku yang diinginkan. Prinsip dasar dari teknik ini adalah memberi penghargaan pada diri sendiri memiliki efek yang sama dengan memberi penghargaan kepada orang lain. Dengan kata lain, penghargaan diri memainkan peran yang sama dengan penghargaan eksternal. Hal ini ditentukan oleh fungsi yang mengontrol perilaku yang diinginkan.

- 3) Kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*) Ada beberapa langkah dalam *self contracting* ini yaitu:
 - a) Siswa merancang strategi untuk mengubah pikiran, perilaku, dan perasaan sesuai keinginannya. Mereka menetapkan tujuan spesifik, mengidentifikasi langkah-langkah yang diperlukan, dan mengukur kemajuan secara berkala. Dengan perencanaan ini, siswa dapat mencapai perubahan positif yang berkelanjutan dalam hidup mereka.
 - b) Siswa yakin pada semua perubahan yang diinginkannya, menganggap itu mungkin dan dapat dicapai dengan usaha keras.
 - c) Siswa bekerja sama dengan teman/keluarga program *self managementnya*.
 - d) Siswa akan menanggung resiko dengan program *self management* yang dilakukannya.

- e) Pada dasarnya semua yang peserta siswa harapkan mengenai perubahan pikiran, perilaku dan perasaan adalah untuk peserta didik itu sendiri.
- f) Siswa menuliskan peraturan untuk dirinya sendiri selama proses *self management*.²⁰

4) Penguasaan terhadap rangsangan (*self control*)

Teknik ini menekankan pada penataan kembali atau modifikasi lingkungan sebagai isyarat khusus atau *antecedent* atau respon tertentu.

5) Tahap pengelolaan diri (*Self Management*)

Pengelolaan diri, menurut Komalasari, melibatkan langkah-langkah berikut:

a) Tahap monitor diri atau observasi diri

Tahap ini, individu mengevaluasi dan mencatat perilaku mereka sendiri secara teliti.

b) Tahap evaluasi diri.

Di tahap ini, individu membandingkan catatan perilaku mereka dengan tujuan yang telah ditetapkan. Hal ini bertujuan untuk mengevaluasi seberapa efektif dan efisien program yang dijalankan. Jika program tidak berhasil, perlu

²⁰Gunarsa, *Konseling Dan Psikoterapi*, 2004, 225.

dipertimbangkan apakah tujuan yang ditetapkan terlalu ambisius, apakah perilaku yang ditargetkan sesuai, atau apakah penguatan yang diberikan kurang tepat.

c) Tahap pemberian penguatan atau hukuman

Pada tahap ini, individu secara mandiri memberikan penguatan positif, mengurangi, atau memberikan hukuman pada diri sendiri. Tahap ini merupakan yang paling menantang karena memerlukan konsistensi, ketekunan, dan kekuatan diri yang besar untuk menjalankannya.²¹

Menurut Comier, terdapat tiga strategi pengelolaan diri, yakni *Self monitoring*, *self control* (pengendalian diri), dan *self reward* (penghargaan diri). Berikut adalah penjelasan lebih lanjut mengenai strategi-strategi tersebut:

a. *Self Monitoring*

Menurut Comier dalam Mochamad Nursalim, *self monitoring* adalah proses di mana individu mengamati dan mencatat informasi tentang diri mereka sendiri dan interaksi mereka dengan lingkungan. Tujuan dari *self monitoring* adalah untuk sementara waktu mengevaluasi masalah, karena data yang

²¹Komalasari, *Teori Dan Teknik Konseling*, 153.

tercatat dapat mengungkap kebenaran atau perubahan dalam laporan siswa mengenai perilaku bermasalah.²²

b. *Stimulus Control*

Stimulus control adalah pengaturan kondisi lingkungan yang mendorong terjadinya perilaku tertentu, di mana lingkungan berfungsi sebagai tanda atau pemicu bagi respon tersebut.

c. *Self Reward*

Self reward adalah strategi di mana individu memberikan hadiah kepada diri sendiri untuk memperkuat dan meningkatkan respons yang diinginkan. Fungsi utama dari *self reward* adalah untuk meningkatkan respons yang diharapkan dan mempercepat tercapainya perilaku yang diinginkan. Menurut pandangan Soekadji dalam karya Mochamad Nursalim, penerapan *self reward* yang efektif memerlukan pertimbangan terhadap beberapa syarat. Ini termasuk penyajian pengukuh secara langsung, pemilihan pengukuh yang sesuai, pemilihan kualitas pengukuh yang tepat, pengaturan kondisi emosional, penentuan jumlah pengukuh yang sesuai, dan penjadwalan pengukuh dengan baik. Dengan memperhatikan syarat-syarat ini, *self reward* dapat menjadi alat yang efektif untuk

²²Mochamad Nursalim, *Strategi Dan Intervensi Konseling* (Jakarta: Akademia Pramata, 2013), 153.

memperkuat respon yang diharapkan dan mempercepat proses perubahan perilaku yang diinginkan.²³

Dalam strategi *self management* untuk mengubah perilaku, konseli berupaya mengarahkan perubahan perilakunya dengan memodifikasi aspek lingkungan atau mengelola konsekuensi. Selain mencapai perubahan perilaku yang diinginkan, konseli juga dapat mengembangkan kemampuan manajemen dirinya.

C. Perilaku Disiplin

1. Pengertian Disiplin

Kata disiplin berasal dari bahasa Latin *discipline* yang berarti latihan. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, disiplin adalah tata tertib, ketaatan, dan patuh pada aturan yang berlaku, mendasari upaya untuk mencapai konsistensi dan keunggulan dalam berbagai aktivitas dan perilaku. Menurut Wyckoff, disiplin adalah proses pembelajaran yang mengajarkan ketertiban dan pengendalian diri untuk mencapai tujuan dengan efektif dan teratur.²⁴

²³Mochamad Nursalim, *Strategi Dan Intervensi Konseling* (Jakarta: Akademia Pramata, 2013), 154.

²⁴Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Self Management Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Smp Pertiwi Medan, "Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Self Management Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa SMP Pertiwi Medan 'Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Self Management Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa SMP Pertiwi Medan'" (2023): 1, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK558907/>.

Disiplin adalah kunci kepatuhan yang menghargai dan menjalankan sistem, yang menuntut individu untuk mematuhi setiap perintah atau regulasi yang berlaku untuk dirinya. Dengan disiplin, seseorang mampu menciptakan keteraturan yang memperkuat keberlangsungan dan harmoni dalam berbagai aspek kehidupan. Menurut Tu'u, disiplin adalah komitmen untuk mematuhi peraturan, nilai, dan hukum yang berlaku. Pendekatan ini muncul dari kesadaran bahwa disiplin membawa manfaat bagi keberhasilan pribadi dan sosial, serta memberikan arah yang jelas dalam mencapai tujuan.²⁵

Disiplin merupakan latihan bagi watak dan batin seseorang agar setiap tindakannya selaras dengan peraturan yang berlaku, ini bukan hanya tentang patuh pada aturan, tetapi juga melibatkan proses pembinaan dan pendidikan pribadi yang menyeluruh, disiplin membentuk karakter dan mendorong perkembangan manusia, menjadikannya lebih tangguh dan teratur dalam menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari. Disiplin adalah kunci untuk mengikuti aturan dengan sadar, mencerminkan tindakan konsisten dalam menaati norma-norma sosial.

2. Tujuan Disiplin Siswa

Penerapan sikap disiplin pendidikan tidak dimunculkan sebagai suatu tindakan pembatasan kebiasaan siswa dalam melakukan perbuatan

²⁵Wasi Aqnaa Sari, "Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok (Penelitian Pada Siswa Kelas 8 Di SMP N 11 Semarang Tahun Ajaran 2008 / 2009)" (2009).

sekehendaknya, akan tetapi hal itu tidak lebih sebagai tindakan pengarahan kepada sikap yang bertanggung jawab dan mempunyai cara hidup yang baik dan teratur. Sehingga siswa tidak merasakan bahwa disiplin merupakan beban tetapi disiplin merupakan suatu kebutuhan bagi dirinya menjalankan tugas sehari-hari.

Menurut Elizabet B. Hurlock "tujuan seluruh disiplin adalah membentuk perilaku sedemikian rupa sehingga akan sesuai dengan peran yang diterapkan kelompok budaya, tempat individu itu diidentifikasi."²⁶ Metode spesifik yang digunakan dalam berbagai budaya beragam, namun semuanya memiliki tujuan yang sama, yaitu mengajarkan anak cara berperilaku sesuai dengan standar kelompok sosial (sekolah) tempat siswa diidentifikasi.

Adapun tujuan disiplin menurut Charles "Tujuan jangka panjang yaitu untuk mengembangkan dan terkontrol dengan ajaran yang pantas, dan untuk mengembangkan dan pengendalian dari anak tanpa pengaruh pengendalian dari luar".²⁷ Disiplin sangat penting di sekolah untuk mendukung kebutuhan belajar siswa, dengan disiplin perilaku yang mengarah pada kegagalan dapat dicegah, sehingga siswa memiliki peluang lebih besar untuk meraih keberhasilan. Penerapan disiplin mendukung

²⁶Hurlock EB, *Perkembangan Anak* (Jakarta: Erlangga, 1993),82.

²⁷Charles Schaefer, *Cara Efektif Mendidik Dan Mendisiplinkan Anak* (Jakarta: Mitra Utama, 1980), 88.

penciptaan lingkungan belajar yang teratur dan kondusif, krusial bagi pertumbuhan akademis dan pribadi siswa. Disiplin membangun kebiasaan positif, seperti ketepatan waktu dan fokus, yang mendorong konsistensi dalam pembelajaran, lingkungan yang teratur mengurangi gangguan dan meningkatkan produktivitas, memungkinkan siswa untuk merespon tantangan akademis dengan lebih efektif, ini juga membentuk karakter mengajarkan tanggung jawab diri, dan mempersiapkan mereka untuk tantangan kehidupan di masa depan.

Indra Fachrudin menegaskan bahwa “tujuan dasar diadakan disiplin yaitu:

- a. Disisi lain dapat membantu juga melatih, mendidik, mengatur hidup lebih baik dalam keteraturan.
- b. Segala aktivitas yang teratur, siswa dapat menyelesaikan tugas dengan mudah. Aktivitas ini membantu mereka matang dalam pribadi dan berkembang dari ketergantungan yang tidak bertanggung jawab menjadi individu yang mandiri dan bertanggung jawab. Transformasi ini penting untuk menghadapi tantangan di masa depan dan mencapai kesuksesan dalam kehidupan pribadi maupun profesional.
- c. Membantu siswa dan mencegah timbulnya problem disiplin adalah penting untuk menciptakan situasi yang kondusif bagi kegiatan belajar mengajar, dengan memastikan siswa menaati peraturan yang

ditetapkan, lingkungan belajar menjadi lebih tertib dan produktif. Hal ini memungkinkan proses pembelajaran berlangsung efektif, memaksimalkan potensi akademik dan pengembangan pribadi setiap siswa.²⁸

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tujuan disiplin bertujuan membentuk perilaku seseorang agar sesuai dengan norma dan nilai yang diakui dalam lingkungannya. Melalui konsistensi dan pengendalian diri, siswa dapat menginternalisasi standar yang diterima untuk mencapai tujuan bersama. Proses ini tidak hanya membangun kepatuhan terhadap aturan, tetapi juga membentuk karakter yang bertanggung jawab dan dapat diandalkan dalam interaksi sosial maupun profesional. Dengan demikian, disiplin berfungsi sebagai fondasi untuk mencapai kesuksesan pribadi dan kolaboratif dalam masyarakat. Disiplin membantu individu mengembangkan kebiasaan dan sikap yang selaras dengan norma dan harapan masyarakat, menciptakan keteraturan dan harmoni dalam interaksi sosial.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Disiplin

Faktor yang mempengaruhi disiplin menurut Hurlock adalah:

- a. Kesadaran diri adalah inti dari disiplin, esensial untuk kesuksesan dan kesejahteraan pribadi. Memahami dan menerapkan disiplin

²⁸Soekarto Indra Fachrudin, *Administrasi Pendidikan, Tim Publikasi* (Malang: FIB IKIP, 1989), 108.

dari dasar sangat penting, karena itu memotivasi pencapaian yang konsisten dan berkelanjutan dalam kehidupan.

- b. Ketaatan adalah langkah penting dalam menerapkan dan mematuhi peraturan, didorong oleh kemauan yang kuat dari dalam diri. Hal ini mencerminkan komitmen untuk mengikuti aturan dengan konsisten dan disiplin, memastikan praktik yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku.
- c. Hukuman bertujuan menyadarkan dan memperbaiki perilaku yang salah agar siswa kembali patuh dan disiplin. Tujuannya adalah mendidik siswa agar memahami konsekuensi dari tindakan mereka dan mengarahkan mereka ke jalur yang lebih positif sesuai dengan harapan sekolah.
- d. Teladan atau keteladanan sangat penting bagi pembentukan perilaku disiplin seseorang. Individu cenderung meniru apa yang mereka lihat, sehingga perilaku disiplin yang baik dapat menjadi contoh yang kuat bagi mereka. Lingkungan juga berperan besar dalam membentuk karakter seseorang; jika seseorang berada dalam lingkungan yang disiplin, mereka cenderung ikut terbiasa dengan perilaku disiplin itu juga. Oleh karena itu, memiliki teladan yang baik dan berada dalam lingkungan yang

mendukung adalah kunci untuk mengembangkan perilaku disiplin yang positif dan konsisten.²⁹

Berdasarkan pendapat Hurlock bahwa disiplin terbentuk melalui berbagai elemen yang saling mendukung. Kesadaran diri memainkan peran penting dalam menciptakan motivasi internal untuk berdisiplin demi kebaikan dan keberhasilan pribadi. Ketaatan terhadap peraturan memerlukan kemauan kuat dari dalam diri untuk menerapkannya secara konsisten.

Hukuman digunakan sebagai alat untuk menyadarkan dan memperbaiki perilaku yang tidak sesuai, dengan tujuan agar individu kembali ke jalur yang benar dan menjadi lebih disiplin. Teladan sangat penting karena individu cenderung meniru perilaku yang diamatinya, sehingga perilaku disiplin yang baik menjadi contoh yang dapat diikuti. Selain itu, lingkungan yang disiplin juga dapat membentuk kebiasaan disiplin pada individu, karena lingkungan yang mendukung akan membantu memelihara dan menguatkan perilaku disiplin tersebut.

4. Fungsi Disiplin

Fungsi disiplin dalam konteks lembaga pendidikan adalah kemampuan untuk mengatur dan mengarahkan emosi serta perilaku seseorang guna menciptakan lingkungan belajar yang efisien. Memiliki

²⁹Ibid, Soekarto Indra Fachrudin, *Administrasi Pendidikan, Tim Publikasi* (Malang: FIB IKIP, 1989), 108.

disiplin akan membantu seseorang mengembangkan metode belajar yang efektif dan membentuk karakter yang baik, mengarah pada pertumbuhan individu yang mulia. Di lingkungan pendidikan, peraturan disiplin sangat penting karena memastikan semua anggota lembaga dapat menjalankan tugas mereka dengan baik, tepat waktu, dan menjaga keteraturan hidup mereka.³⁰

Menurut Singgih D Gunarsh, disiplin krusial dalam mendidik anak untuk memahami pengetahuan dan pengertian sosial, menghargai hak milik orang lain, mematuhi kewajiban, serta memahami larangan dan konsep perilaku yang baik dan buruk. Disiplin membantu anak membangun pemahaman yang jelas tentang norma-norma sosial dan moral yang diperlukan untuk interaksi yang harmonis dalam masyarakat, dengan demikian pendekatan disiplin yang konsisten dan penuh kasih sayang dapat membentuk dasar yang kuat bagi perkembangan moral dan sosial anak-anak sejak dini. Selanjutnya, tampaknya penting untuk memiliki aturan yang jelas dan pengawasan yang memastikan aturan tersebut dijalankan. Fungsi disiplin dapat dibagi menjadi tiga bagian:

- a. Untuk mengajarkan bahwa perilaku tertentu akan selalu diikuti dengan konsekuensi yang mungkin berupa hukuman, sementara perilaku lainnya akan diikuti dengan pujian.

³⁰Al Ulya and Jurnal Pendidikan Islam, "Al Ulya: Jurnal Pendidikan Islam" 4 (2019): 16–28.

- b. Untuk mengajar anak suatu tindakan penyesuaian yang wajar, tanpa menuntut suatu konformitas yang berlebihan.
- c. Untuk membantu anak mengembangkan pengendalian diri dan pengarahan diri, penting untuk memberikan teladan yang baik, memberikan ruang bagi mereka untuk mengungkapkan perasaan mereka dengan aman, dan mendorong refleksi atas tindakan mereka. Dengan memberikan pujian yang tepat dan konstruktif, serta membangun pemahaman tentang konsekuensi dari setiap tindakan, anak-anak dapat mengembangkan hati nurani yang kuat untuk memandu langkah-langkah mereka dengan bijak.³¹

5. Indikator Disiplin

Untuk mengukur tingkat disiplin siswa, indikator yang relevan meliputi kehadiran tepat waktu, ketaatan terhadap aturan sekolah, tingkat keterlibatan dalam aktivitas belajar, perilaku sopan santun di dalam dan di luar kelas, respons terhadap tugas dan instruksi, serta kerjasama dalam aktivitas kelompok, berdasarkan ketentuan disiplin waktu dan disiplin perbuatan yaitu:

- a. Disiplin waktu adalah kunci untuk sukses dalam pendidikan. Hal ini mencakup kehadiran tepat waktu di sekolah, disiplin dalam memulai dan mengakhiri waktu belajar, menghindari bolos, dan

³¹Singgih D Gunarso, *Psikologi Untuk Membimbing* (Jakarta: PT. Gunung Mulia, 2000), 85.

menyelesaikan tugas sesuai dengan deadline yang ditetapkan. Dengan kedisiplinan ini, siswa dapat mengoptimalkan potensi belajar mereka dan mempersiapkan diri dengan baik untuk tantangan akademis dan kehidupan di masa depan.

- b. Disiplin perbuatan mencakup kepatuhan terhadap aturan yang berlaku, tidak malas belajar, tidak meminta orang lain bekerja untuknya.

6. Unsur Disiplin Siswa

a. Peraturan dan tata tertib

Peraturan tersebut ditetapkan oleh orang tua, guru atau teman dengan pedoman perilaku yang disetujui dalam situasi tertentu. Tata tertib menunjukkan pada standar untuk aktifitas khusus, misalnya tentang bolos saat jam pelajaran sedang berlangsung dan datang terlambat.³² Oleh karena itu, siswa harus mematuhi aturan atau ketentuan karena ada peraturan atau ketentuan yang dapat membimbing siswa untuk berbuat lebih baik. Dengan guru mengikuti aturan mengenai siswa yang datang tepat waktu.

b. Hukuman atau sanksi

³² Suharsimi Arikunto, *Manajemen Pengajaran Secara Manusiawi* (Jakarta: Rineka Cipta, 2009),

Hukuman atau sanksi adalah alat edukatif penting untuk membimbing siswa menuju perilaku yang sesuai. Melalui pendekatan ini, sekolah berupaya menghilangkan perilaku negatif dengan mempromosikan disiplin dan tanggung jawab pribadi, serta mendorong pembelajaran yang positif dalam lingkungan pendidikan. Hukuman mempunyai tiga fungsi :

1) Menghalangi

Hukuman menghalangi pengulangan tindakan yang tidak diinginkan

2) Mendidik

Anak dapat mempelajari peraturan sebelum mereka memahaminya, ada kegiatan yang baik, ada pula yang salah dengan mendapatkan hukuman karena mendapat tindakan yang salah dan tidak dihukum bila mereka melakukan tindakan yang benar.³³ Menurut Suharsimi Arikunto, semua peraturan yang berlaku umum maupun khusus meliputi tiga unsur, yaitu:

- a) Peraturan Siswa yang terlambat diharuskan melapor ke bagian piket untuk mendapatkan surat keterangan, yang nantinya harus diserahkan kepada guru yang sedang mengajar.

³³Ibid, Suharsimi Arikunto, Manajemen Pengajaran Secara Manusiawi, 123.

- b) Siswa yang terlambat dan tidak melapor ke pengajar akan dikenakan sanksi tidak masuk sekolah sebagai konsekuensi atas ketidakhadiran tanpa keterangan yang dapat mempengaruhi proses belajar mengajar di sekolah.
- c) Cara dan prosedur untuk menyampaikan peraturan kepada subjek yang dikenai peraturan tersebut melibatkan langkah-langkah yang terstruktur dan jelas. Misalnya, peraturan tentang keterlambatan datang ke sekolah akan dikomunikasikan kepada siswa dan orang tua secara tertulis pada saat pendaftaran kembali di sekolah terkait. Informasi ini disampaikan dengan mengirimkan surat atau email yang mencakup detail peraturan, konsekuensi keterlambatan, serta tindakan yang akan diambil. Prosedur ini memastikan semua pihak terlibat memahami dan mematuhi peraturan dengan tepat waktu, menjaga disiplin sekolah dan keterlibatan orang tua dalam pendidikan anak-anak mereka.³⁴

Pertama, mereka mengajarkan batasan yang jelas, membimbing perilaku yang tepat, kedua peraturan memberikan struktur yang stabil, memfasilitasi pengembangan tanggung jawab dan kemandirian dalam

³⁴Suharsimi Arikunto, *Penelitian Tindakan Kelas* (Jakarta: Bumi Aksara, 2008), 25–27.

mengambil keputusan moral. Peraturan memiliki peran krusial dalam pendidikan karena mengajarkan anak-anak tentang perilaku yang diterima dalam masyarakat. Misalnya, anak-anak mempelajari pentingnya memberi dan menerima bantuan dalam tugas sekolah, di mana menyerahkan tugas yang mereka buat sendiri adalah standar untuk menilai prestasi mereka. Melalui peraturan ini, mereka belajar tentang tanggung jawab pribadi dan norma-norma sosial yang membentuk karakter mereka, dengan mematuhi peraturan anak juga mengembangkan keterampilan disiplin dan menghormati proses pembelajaran yang adil, yang menjadi dasar penting untuk berkembang dalam kehidupan pribadi dan profesional mereka di masa depan. Ini membantu mereka memahami nilai kerja keras, tanggung jawab, dan etika dalam belajar. Dengan mematuhi peraturan, anak-anak juga belajar menghargai struktur dan kedisiplinan yang diperlukan untuk mencapai tujuan pendidikan mereka secara efektif. Peraturan adalah pedoman yang mengarahkan perilaku yang diharapkan. Dalam keluarga, aturan yang melarang anak-anak mengambil mainan atau barang tanpa izin saudara mengajarkan nilai penghargaan terhadap kepemilikan dan batasan pribadi. Ini mempersiapkan mereka untuk menghormati privasi dan hak orang lain, sambil memahami konsekuensi dari pelanggaran aturan. Segera, anak-anak memahami bahwa mengambil tanpa izin tidak dapat diterima karena konsekuensi

yang mengikutinya. Ini tidak hanya membentuk kedisiplinan tetapi juga mempersiapkan mereka untuk menghormati dan bekerja sama dalam komunitas lebih besar di masa depan.³⁵

Dengan demikian dapat disimpulkan dua fungsi penting peraturan dalam membantu anak menjadi makhluk bermoral adalah bahwa peraturan tidak hanya memberikan panduan tentang perilaku yang diharapkan, tetapi juga memberikan konsekuensi yang jelas bagi perilaku yang tidak diinginkan. Melalui peraturan, anak belajar tentang norma-norma sosial dan moral yang berlaku dalam kelompok atau lingkungan mereka, serta belajar mengenai pentingnya menghormati hak dan kepemilikan orang lain. Peraturan membentuk karakter dan moralitas siswa, serta perilaku positif kemudian mengurangi perilaku tidak diinginkan.

³⁵Ibid, Suharsimi Arikunto, *Penelitian Tindakan Kelas* (Jakarta: Bumi Aksara, 2008), 25–27.

