

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kedisiplinan Belajar

1. Pengertian kedisiplinan belajar

Menurut Mulyasa dalam Eko disiplin adalah kondisi yang tertib, di mana individu-individu dalam suatu organisasi dengan sukarela mematuhi peraturan yang telah ditetapkan⁸. kondisi tertib ketika individu dalam suatu organisasi dengan sukarela mematuhi peraturan yang telah ditetapkan, sehingga tercipta suasana yang teratur untuk mencapai tujuan bersama. Menurut Purwanti dalam Roviqah disiplin bertujuan untuk membina peserta didik agar bertindak dan berperilaku sesuai dengan peraturan serta tata tertib yang berlaku di lingkungan sekolah⁹. Tindakan dan berperilaku yang sesuai dengan peraturan serta tata tertib yang berlaku di lingkungan sekolah, akan menciptakan sikap tanggung jawab, keteraturan, dan suasana belajar yang tertib serta kondusif.

Jadi disiplin merupakan kondisi tertib ketika individu dengan sukarela mematuhi peraturan yang telah ditetapkan. Dalam lingkungan sekolah, disiplin bertujuan membina peserta didik agar bertindak dan berperilaku sesuai dengan

⁸ Eko Wahyu Mujiyanto, Nanik Suprihyatin, dan Endah Rahmawati, "LAYANAN KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK SELF-MANAGEMENT DALAM MENINGKATKAN KEDISIPLINAN BELAJAR: LAYANAN KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK SELF-MANAGEMENT DALAM MENINGKATKAN KEDISIPLINAN BELAJAR," *Akademika: Jurnal Ilmiah Kependidikan* 24, no. 1 (2025).

⁹ Roviqoh Al Adawiyah et al., "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Management Terhadap Peningkatan Kedisiplinan Siswa Kelas IX SMPN Sukorambi Jember," *PANDALUNGAN: Jurnal Penelitian Pendidikan, Bimbingan, Konseling dan Multikultural* 2, no. 1 (2024): 20–31.

tata tertib yang berlaku, sehingga dapat menumbuhkan sikap tanggung jawab, keteraturan, serta menciptakan suasana belajar yang tertib dan kondusif untuk mencapai tujuan bersama.

2. Tujuan Kedisiplinan Belajar

Menurut Maman Rahman dalam bukunya Ngainun Naim (dalam Kevin) mengemukakan bahwa tujuan kedisiplinan belajar yaitu:

- a. Memberikan dukungan agar tercipta perilaku yang sesuai dengan norma dan tidak menyimpang.
- b. Mengajak serta memotivasi siswa untuk melakukan tindakan yang baik dan benar.
- c. Membantu siswa memahami serta menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan, sekaligus menghindari hal-hal yang dilarang oleh sekolah.
- d. Membiasakan siswa menjalani kehidupan dengan kebiasaan yang baik dan bermanfaat bagi diri sendiri maupun lingkungannya.

3. Fungsi Kedisiplinan Belajar

Menurut Tulus Tu'u dalam Kevin fungsi kedisiplinan belajar sebagai berikut:

- a. Dengan kedisiplinan yang muncul karena kesadaran karena kesadaran diri akan mendorong siswa berhasil dalam belajar. Dan sebaliknya siswa yang sering melanggar ketentuan sekolah akan menghambat potensi dan prestasinya.

- b. Tanpa kedisiplinan yang baik, lingkungan sekolah dan kelas menjadi tidak kondusif dalam proses pembelajaran. Kedisiplinan dapat mendukung tata tertib dalam pembelajaran.
- c. Harapan orang tua anak-anaknya terbiasa dengan norma-norma, nilai kehidupan dan kedisiplinan, maka dari itu anak-anak akan menjadi individu yang tertib dan teratur.
- d. Kedisiplinan adalah jalan bagi siswa untuk sukses dalam belajar dan saat bekerja¹⁰.

4. Faktor-faktor kedisiplinan belajar

Menurut Sukaji dalam Hari faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kedisiplinan belajar, yaitu:

- a. Kecakapan cara belajar yang baik.
- b. Keteraturan.
- c. Sadar dan bertanggung jawab.

Faktor yang mempengaruhi kedisiplinan belajar juga terdapat dari dalam diri sendiri (kematangan, pertumbuhan, kecerdasan, latihan, motivasi, dan faktor pribadi), dan faktor dari luar diri individu (faktor keluarga, guru, teman, alat-alat yang digunakan dalam belajar, lingkungan dan kesempatan).

¹⁰ Kevin Kelly, "Kewajiban dan kedisiplinan belajar siswa," *WIDYA WASTARA: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran* 2, no. 3 (2022): 87–94.

5. Indikator kedisiplinan belajar

a. Kehadiran Tepat Waktu

Indikator ini mengacu pada kepatuhan siswa terhadap jadwal dan kewajiban kehadiran di sekolah serta masuk kelas tepat waktu. Slameto menekankan bahwa disiplin adalah kesadaran untuk melaksanakan peraturan, yang salah satunya tercermin dari ketepatan waktu. Muhibbin Syah juga menyebut ketepatan waktu sebagai fondasi penting untuk kebiasaan belajar yang teratur¹¹.

b. Mengerjakan Tugas

Aspek ini mencerminkan sikap tanggung jawab dan kemandirian siswa untuk menuntaskan beragam tugas akademik yang guru berikan. Cakupan dari kedisiplinan siswa dalam menuntaskan tugas diantaranya yaitu serius untuk menyelesaikan serta mengumpulkan tugas sesuai dengan petunjuk dan batas waktu yang telah ditetapkan¹².

c. Mengikuti Pelajaran Secara Aktif

Indikator ini mencerminkan sampai mana secara fokus dan aktif siswa terlibat pada pembelajaran di kelas. Keaktifan dapat berupa bertanya, berdiskusi, menjawab pertanyaan guru, dan berpartisipasi dalam kegiatan kelompok. Djamarah menekankan bahwa disiplin belajar bertujuan menciptakan suasana

¹¹ Slameto, *Belajar Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya* (Jakarta: Rineka Cipta, 2015), 97.

¹² Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan: Dengan Pendekatan Baru* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2010), 120.

belajar yang kondusif, yang salah satunya didukung oleh partisipasi aktif siswa¹³.

d. Tertib dalam Kelas

Aspek ini mengukur kepatuhan siswa mengenai norma dan tata tertib yang berlaku di kelas demi mewujudkan kondisi lingkungan belajar yang kondusif serta tidak mengganggu. Menurut Elly yang oleh dikutip dalam Dwi Ajeng dkk, berpendapat bahwa disiplin mencerminkan kesiapan dalam mematuhi aturan dan tata tertib¹⁴. Ketertiban dalam kelas juga berarti tidak membuat kegaduhan, tidak mengganggu teman, serta patuh pada kesepakatan dan prosedur kelas seperti meminta izin ketika meninggalkan kelas atau duduk di tempat yang ditentukan.

Menurut Winkel dan Hastuti dalam Saroji indikator kedisiplinan belajar sebagai berikut:

1. Hadir diruangan kelas tepat pada waktunya.
2. Menaati tata tertib.
3. Mengikuti kegiatan ekstrakurikuler
4. Belajar di rumah.

¹³ Djamaraah Bahri Sysiful, Psikologi Belajar (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), 110

¹⁴ Ajeng et al, " Meningkatkan Perilaku Disiplin Siswa Melalui Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Behavioral Pendahuluan." Hal 96.

B. Konseling Kelompok

1. Pengertian Konseling Kelompok

Menurut Pratiwi dalam Anisa, konseling kelompok adalah konseling yang dilakukan dalam setting kelompok, dimana konselor berperan sebagai fasilitator untuk mendorong terjadinya suatu interaksi antara anggota guna membantu siswa dalam memahami diri, saling memberikan umpan balik, serta menyelesaikan permasalahan.¹⁵ Menurut Kunarto dalam Rositah konseling kelompok adalah konseling yang dilakukan secara kelompok, dimana konselor/guru BK berinteraksi dengan konselor/siswa dalam bentuk kelompok yang dinamis agar memfasilitasi perkembangan individu dan membantu individu dalam mengatasi masalah yang dihadapi secara bersama-sama.¹⁶

Menurut Siti Hartina yang dikutip oleh Daniel, layanan konseling kelompok adalah suatu proses konseling yang dilakukan pada sejumlah orang secara bersamaan, sehingga semua peserta dapat merasakan manfaat dari kegiatan tersebut. Dengan cara ini, individu bisa saling berbagi pengalaman dan belajar dari satu sama lain, untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan pemahaman bersama.¹⁷ Hal ini menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dilakukan secara kolaboratif, yang

¹⁵ Rofianty A.D, Denok S., Penerapan Konseling Kelompok Teknik *Self-Management* Dalam Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa SMA Negeri 7 Surabaya, *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Indonesia*(JPPI).

¹⁶ Rositah,Raja Rahima M.RA, Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self-Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa, JAPKP.

¹⁷ Daniel Yehuda Anugraha, Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Cbt Terhadap Kecemasan Sosial Siswa Smp, 11,No.2443-0870 (2024): 48.

memungkinkan setiap individu untuk saling memahami. Dalam konseling kelompok yang paling penting itu dinamika dalam kelompok, agar setiap anggota kelompok dapat saling mengerti dan mengembangkan keterampilan komunikasi yang efektif. Menurut Kunarmo dalam Namora menyatakan bahwa konseling kelompok menyediakan dukungan individu dalam situasi grup. Ini berperan dalam pencegahan dan penyembuhan dan tujuan utamanya adalah untuk mendukung perkembangan dan kemajuan para peserta didik.¹⁸ Kemudian menurut Gazda (Adhiputra) dalam Hengki, konseling kelompok merupakan proses antar pribadi yang dinamis, fokus pada pemikiran, dan perilaku yang disadari yang berorientasi pada kenyataan, saling percaya, saling mengerti, saling menerima dan saling mendukung. Seterusnya konseling kelompok merupakan upaya bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya.¹⁹

Berdasarkan berbagai pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok merupakan suatu layanan bantuan yang dilaksanakan dalam suasana dengan melibatkan interaksi yang dinamis antara guru BK dan anggota kelompok. Guru BK berperan sebagai fasilitator yang membantu anggota kelompok untuk memahami diri, berbagai pengalaman, saling memberikan umpan balik, serta bersama-sama mencari solusi terhadap

¹⁸ Namora Lumongga Lubis, *Konseling Kelompok* (Jakarta: Kencana, 2018),19.

¹⁹ Hengki Yandri , Gusti Rahayu , Neviyarni S , Netrawati, kebermaknaan Konseling dalam menanggung masalah kehidupan, *indonesian journal of counseling and developm*, 4(2), 2022

permasalahan yang dihadapi. Melalui dinamika kelompok yang efektif, layanan ini tidak hanya berfungsi untuk membantu mengatasi masalah, dan juga mendukung perkembangan pribadi, meningkatkan keterampilan komunikasi, serta menciptakan lingkungan yang saling mendukung sehingga setiap anggota dapat belajar dan berkembang secara optimal.

2. Tujuan Konseling Kelompok

Umumnya layanan konseling kelompok memiliki dua tujuan, yaitu tujuan utama dan tujuan khusus. Tujuan utama dari layanan konseling kelompok adalah untuk meningkatkan keterampilan sosialisasi siswa, terutama dalam komunikasi.²⁰ Menurut Amti dalam Rositah konseling kelompok terbagi menjadi dua yakni tujuan umum dan tujuan khusus. Tujuan umum dari layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, seperti halnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Sedangkan tujuan khusus dari konseling kelompok adalah berkembangnya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap terarah kepada tingkah laku khususnya dalam bersosialisasi atau komunikasi dan terpecahnya masalah individu yang bersangkutan.²¹ Menurut Prayitno, tujuan utama dari pelaksanaan konseling kelompok yaitu berkembangnya perasaan, pikiran dan wawasan anggota kelompok serta memiliki sikap yang terarah dan bertanggungjawab dalam bersosialisasi dan berkomunikasi antar sesama anggota kelompok dan mampu

²⁰ Elisabet Ayu Febrianti En Sri Panca Setyawati, Pemanfaatan Buku Panduan Dalam Melaksanakan Konseling Kelompok, Prosiding Konseling Kearifan Nusantara (KKN) (2022): 2-6

²¹ Rositah, Raja Rahima M.R.A, Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa, JAPKP

menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari; terentaskannya masalah masing-masing anggota kelompok yang merupakan imbas dari penyelesaian masalah satu orang anggota kelompok.

3. Manfaat Konseling Kelompok

Menurut Prayitno manfaat yang dapat diperoleh anggota kelompok melalui layanan konseling kelompok sebagai berikut.²²

- a. Mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang diri sendiri dan perkembangan identitas yang unik.
- b. Meningkatkan pemahaman diri, kepercayaan diri, dan penghargaan terhadap diri sendiri, yang pada akhirnya mengarahkan pada pemahaman yang lebih dalam tentang diri sendiri dan lingkungan sekitar.
- c. Mengembangkan kesensitifan yang lebih tinggi terhadap kebutuhan dan perasaan orang lain.
- d. Memahami kebutuhan dan permasalahan yang dirasakan secara bersamaan oleh anggota kelompok, yang kemudian dapat dikembangkan menjadi perasaan yang bersifat universal.
- e. Menyadari nilai-nilai yang berlaku dan hidup sesuai dengan tuntutan nilai-nilai tersebut.
- f. Mampu membuat keputusan yang tepat dengan cara yang bijak sana.

²² Folastris En Rangka, *Prosedur Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok*. 2026. Hal 18-19

Jadi dapat disimpulkan bahwa manfaat layanan konseling kelompok yaitu

4. Asas-Asas Bimbingan dan Konseling

menurut Prayitno dalam Della Asas merupakan pertimbangan yang harus dilakukan ketika melaksanakan layanan konseling kelompok. Asas ini akan membantu pencapaian tujuan dengan cara yang seefektif mungkin selama pelaksanaan. Beberapa asas tersebut antara lain:

- a. Asas Kerahasiaan, anggota diharapkan untuk menjaga kerahasiaan informasi yang dibahas dalam kelompok, terutama yang dianggap tidak seharusnya diketahui orang lain
- b. Asas Keterbukaan, anggota kelompok diberikan kebebasan dalam mengungkapkan pendapat, ide, saran, tanpa ada rasa malu ataupun rasa takut²³.
- c. Asas Kesukarelaan, mengemukakan bahwa setiap individu mendapatkan kebebasan untuk berpartisipasi tanpa adanya paksaan dari teman ataupun dari pemimpin kelompok.
- d. Asas Kenormatifan, menekankan bahwa segala sesuatu yang dibicarakan dalam kelompok harus sesuai dengan norma dan kebiasaan yang berlaku²⁴.

²³ Norfan Ahmad, "Persrsepsi Siswa Terhadap Pelaksanaan Bimbingan Kelompokdi Kelas XI MIA SMAN 3 Kota Jambi," *Artikel Ilmiah*, 2019,8

²⁴ Della Sabilila dan Noer Puspitaningrum, "Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional (Emotional Quotient) Pada Siswa SMP Muhammadiyah 1 Gresik," *Jurnal Psikologi* 2, no. 1 (2024): 12.

5. Tahapan-tahapan konseling kelompok

Dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok, ada 4 tahapan yang harus dilalui sebagai berikut:

a. Tahap Pembentukan

Tahap ini bertujuan agar anggota kelompok memahami kegiatan yang akan diikuti serta menumbuhkan suasana serta minat anggota dalam mengikuti kegiatan kelompok.

b. Tahap Peralihan

Pada tahap dimana anggota kelompok terbebas dari perasaan atau sikap ragu, malu dan tidak percaya sehingga suasana kelompok semakin terbentuk.

c. Tahap Kegiatan

Ditahap ini terjadi kegiatan pengungkapan masalah atau topik yang dirasakan, dipikirkan dan dialami oleh anggota kelompok. Anggota kelompok ikut serta secara aktif dan dinamis dalam pembahasan topik masalah.

d. Tahap Pengakhiran

Pada tahap ini terjadi pengungkapan kesan dan perasaan anggota kelompok serta hasil kegiatan yang telah dicapai yang dikemukakan dengan cara tuntas dan mendalam.²⁵

²⁵ Harahap And Arsini, Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Control Dalam Mengurangi Perilaku Bolos Siswa, *Didaktika: Jurnal Pendidikan*, 13 No.01.(2024):15-25

C. Teknik Self-Management

1. Pengertian *Self-Management*

Menurut wahyuningsih dalam Anggraini, teknik *self-management* adalah teknik yang efektif untuk diberikan kepada konseli yang sedang berlatih keterampilan yang baru, sehingga dapat mengatur dirinya, dapat mengurangi ketergantungan pada pihak luar dan mengajarkan konseli menjadi manager bagi dirinya sendiri²⁶. Sedangkan menurut Nursalim dalam Mujiyanto, *Self-Management* adalah kemampuan yang dimiliki suatu individu dalam mengarahkan perilakunya ataupun melakukan hal-hal yang terarah meski upaya yang dilakukan itu sulit²⁷.

Berdasarkan pendapat yang telah dikemukakan diatas, teknik *self-management* adalah kemampuan individu untuk mengatur, mengarahkan, dan mengendalikan perilaku dirinya secara mandiri dalam mencapai tujuan tertentu. Teknik ini membantu seseorang mengembangkan keterampilan baru, mengurangi ketergantungan pada orang lain, serta melatih individu menjadi pengelola bagi dirinya sendiri, meskipun dalam prosesnya menghadapi berbagai kesulitan. Dengan demikian, *self-management* berperan penting dalam membentuk kemandirian, tanggung jawab, dan pengendalian diri individu.

²⁶ Astrie Anggraini, Nurussakinah Daulay, dan others, "Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self-Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa," *JPE (Jurnal Pendidikan Edutama)* 10, no. 2 (2023): 145–156.

²⁷ Mujiyanto, Suprihyatin, dan Rahmawati, "Layanan Konseling Individu Dengan Teknik Self-Management Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar: Layanan Konseling Individu Dengan Teknik Self-Management Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar."

2. Tujuan teknik *self-management*

Dalam teknik *self-management*, memiliki tujuan yaitu:

a. Pendorongan diri

Dorongan diri adalah untuk merealisasikan tujuan pendidikan yang menjadi syarat utama bagi peserta didik. Dorongan diri dapat menjadi dorongan batin yang mendorong individu dalam melakukan berbagai upaya untuk meraih tujuan yang diinginkan. Saat individu memiliki dorongan diri tanpa bergantung pada dorongan eksternal, ini dapat menimbulkan kemauan serta minat dalam belajar. Dampaknya, peserta didik dapat lebih mudah konsentrasi, tidak akan mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar, bisa berjalan pada waktu yang lama, dan dapat merasakan kepuasan batin dengan alasan proses belajar yang memperbanyak pengetahuan dan wawasan mereka.

b. Penyusunan diri

Penyusunan diri merupakan proses penataan secara optimal pada pikiran, energi, waktu, ruang, barang, serta berbagai sumber daya lain pada kehidupan siswa untuk merealisasikan efisiensi pribadi. Arti dari efisiensi pribadi yaitu sebagai kemampuan untuk menyeimbangi aktivitas yang dilakukan dengan hasil yang ingin dicapai. Dengan mengatur diri secara optimal, seseorang dapat mengembangkan manajemen diri (*self-management*) yang baik sehingga hidup dapat menjadi lebih tertata, efektif, dan efisien.

c. Pengendalian diri

Pengendalian diri adalah kemampuan individu untuk menumbuhkan tekad dalam menata keinginan, menumbuhkan motivasi, mengatasi rasa mals, dan mengarahkan tenaga untuk menyelesaikan kewajiban dan tanggung jawab, terutama di lingkup sekolah²⁸.

d. Pengembangan diri

Pengembangan diri adalah proses dalam memperbaiki atau meningkatkan kualitas individu dalam berbagai bidang kehidupan. Pelaksanaan pengembangan diri dilakukan dengan menyeluruh yang memaksimalkan seluruh sumber daya dan potensi diri yang dimiliki, seperti keterampilan, pengetahuan, sikap, serta kemampuan lainnya, untuk mendapatkan pertumbuhan dan perkembangan yang maksimal.²⁹

Menurut Widiadnyani dan Suranata dalam Anisa tujuan teknik self-management adalah untuk membentuk kemandirian agar individu bisa mengelola perilakunya secara produktif dalam kehidupan akademiknya.³⁰

3. Tahapan teknik *self-management*

Gantina dan Eka mengemukakan penerapan teknik *self-management* dilakukan melalui tahapan-tahapan sebagai berikut:

²⁸ Smith, "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Disiplin Belajar Siswa Di Sma Negeri 1 Atinggola Kabupaten Gorontalo Utara."

²⁹Febrianti, "Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self-Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Peserta Didik Kelas XI Administrasi Perkantoran Bandara Di SMK Penerbangan Raden Intan Bandara Lampung T.A 2029/2020."

³⁰ Rofianty Anisa Dias, Denok Sertiawati "Penerapan Konseling Kelompok Teknik Self Management dalam Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa SMA Negeri 7 Surabaya", Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Indonesia(JPPI) , 6 No. 1 (2026);498-510

a. Tahap monitor atau observasi diri

Peserta didik mencatat atau mengobservasi dirinya, tingkah lakunya sendiri. Individu melakukan pengamatan dan mencatat terhadap tingkah lakunya sendiri dengan teliti.

b. Tahap evaluasi diri

Peserta didik melakukan antar hasil rekaman perilaku dengan sasaran tingkah laku yang telah ditetapkan.

c. Tahap pemberian penguatan dan pemberian hukuman

Peserta didik mendapatkan penguatan dan pengendalian terhadap dirinya sendiri. Tahapan ini paling kompleks karena menuntut kekuatan diri yang memadai untuk melaksanakan program sistematis yang telah disusun.

4. **Komponen Teknik *Self-Management***

Menurut Komalasari dalam Astuti memiliki 5 komponen dalam teknik *self-management* sebagai berikut:

- a) menentukan tingkah laku yang menjadi target perubahan.
- b) memantau perilaku.
- c) menerapkan prosedur yang telah ditentukan.
- d) melakukan evaluasi efektivitas dari prosedur yang telah ditetapkan.
- e) menentukan prosedur yang akan diterapkan³¹.

³¹ Anita Dewi Astuti Dan Sri Dwi Lestari, "Teknik *Self Management* Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Datang Di Sekolah," *C ounsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 10, No. 1 (2020): 54-68.

D. Kerangka Berpikir

Permasalahan yang Dihadapi: tidak disiplin merupakan salah satu perilaku yang sering dilakukan oleh siswa. Perilaku tersebut termasuk dalam perilaku maladaptif karena menunjukkan ketidaksadaran akan pentingnya waktu dan kedisiplinan. Dampak dari tidak disiplin dalam belajar bukan hanya mengganggu proses pembelajaran, tetapi juga berpotensi menurunkan prestasi akademik siswa karena kehilangan beberapa materi pelajaran.

Peran Bimbingan Kelompok: Bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan dan konseling yang efektif untuk mengatasi masalah perilaku siswa, termasuk pada tidak disiplin belajar. Melalui bimbingan kelompok, siswa mendapatkan ruang untuk berdiskusi, memahami permasalahan yang mereka hadapi, serta mengembangkan kesadaran diri, sikap disiplin, dan keterampilan sosial.

Pentingnya Kedisiplinan belajar : Kedisiplinan belajar adalah aspek penting dalam pembentukan karakter dan keberhasilan akademik siswa. Disiplin bukan hanya bentuk kepatuhan terhadap peraturan, tetapi juga bentuk kesadaran diri yang muncul dari dalam individu. Sikap disiplin sangat penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang tertib dan produktif, serta menjadi pondasi bagi pencapaian tujuan pendidikan nasional.

Gambar 2.1 kerangka berpikir



E. Penelitian Terdahulu

1. Rahmatia Sawali , Wenny Hulukati , Moh. Rizki Djibran “Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Self Management Terhadap Disiplin Belajar Siswa di SMK” Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh bimbingan kelompok teknik selfmanagement terhadap disiplin belajar siswa kelas XI di SMK Negeri 2 Gorontalo. Penelitian ini menggunakan metode pre-eksperimen dengan desain “one group pre-test dan post-test design,” yang melibatkan variabel X (bimbingan kelompok) dan variabel Y (disiplin belajar). Sampel penelitian terdiri dari 9 siswa yang dipilih melalui teknik random sampling. Instrumen yang digunakan adalah angket pre-test dan post-test untuk mengukur disiplin belajar siswa. Analisis data dilakukan menggunakan uji t untuk melihat perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai thitung sebesar 17.583 lebih besar dari $t_{0,05}(7) = 2,37$, yang berarti terdapat pengaruh signifikan bimbingan kelompok teknik self-management terhadap disiplin belajar siswa. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok ini efektif dalam meningkatkan disiplin belajar siswa kelas XI di SMK Negeri 2 Gorontalo. Kata Kunci: Bimbingan kelompok; Disiplin belajar. Penelitian terdahulu dan

penelitian ini memiliki persamaan yaitu pada teknik yang digunakan yaitu teknik self-management, dan metode penelitian namun terdapat perbedaan utama yaitu yaitu bimbingan kelompok dan yang digubakan dalam penelitian ini konseling kelompok, waktu penelitian, dan lokasi penelitian yang berbeda dan .

2. Rahmatia Sawali , Wenny Hulukati , Moh. Rizki Djibran “Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Self Management Terhadap Disiplin Belajar Siswa di SMK” : Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh bimbingan kelompok teknik selfmanagement terhadap disiplin belajar siswa kelas XI di SMK Negeri 2 Gorontalo. Penelitian ini menggunakan metode pre-eksperimen dengan desain "one group pre-test dan post-test design," yang melibatkan variabel X (bimbingan kelompok) dan variabel Y (disiplin belajar). Sampel penelitian terdiri dari 9 siswa yang dipilih melalui teknik random sampling. Instrumen yang digunakan adalah angket pre-test dan post-test untuk mengukur disiplin belajar siswa. Analisis data dilakukan menggunakan uji t untuk melihat perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai thitung sebesar 17.583 lebih besar dari $t_{0,05}(7) = 2,37$, yang berarti terdapat pengaruh signifikan bimbingan kelompok teknik self-management terhadap disiplin belajar siswa. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok ini efektif dalam meningkatkan disiplin belajar siswa kelas XI di SMK Negeri 2 Gorontalo. Penelitian terdahulu dan penelitian ini memiliki persamaan yaitu sama-

sama menggunakan teknik self-management, dan perbedaan dari penelitian terdahulu dan penelitian ini yaitu penelitian terdahulu menggunakan metode kuantitatif sedangkan penelitian ini menggunakan penelitian PTBK.

F. Hipotesis tindakan

Hipotesis adalah dugaan sementara terhadap permasalahan yang dikaji oleh peneliti, yang kebenarannya masih perlu dibuktikan melalui penelitian empiris. Oleh sebab itu, agar pertanyaan penelitian dapat dijawab, peneliti memerlukan pedoman yang berfungsi sebagai arahan dalam proses penelitian, maka dalam penulisan proposal ini penulis mengajukan hipotesis yaitu: penerapan layanan konseling kelompok teknik *self-management* dapat meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.

Gambar 2.2 hipotetis tindakan

