

# PERAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF MANAGEMENT TERHADAP KEDISIPLINAN SISWA

**Nursafira Azzahra dan Siti Muyana**

<p>Korespondensi Penulis</p> <p>Nursafira Azzahra Universitas Ahmad Dahlan Email: <a href="mailto:Nursafira1900001094@webmail.uad.ac.id">Nursafira1900001094@webmail.uad.ac.id</a></p> <p>Siti Muyana <a href="mailto:Siti.muyana@bk.uad.ac.id">Siti.muyana@bk.uad.ac.id</a></p>	<p style="text-align: center;">ABSTRAK</p> <p>Discipline is an attitude that must be owned by students. Students who have high discipline will affect success in completing training. Thusly, the reason for this study is to portray the improvement of understudy discipline through the implementation self-management technique group guidance services so that students can change their habits by controlling themselves and managing their habits without coercion.</p> <p style="text-align: center;">keywords: Student discipline, group guidance services, self management</p> <p>Kedisiplinan adalah sikap yang harus diklaim oleh siswa. Siswa yang memiliki disiplin tinggi akan mempengaruhi keberhasilan di dalam menyelesaikan pendidikan. Oleh karena itu, alasan peninjauan adalah untuk menggambarkan peningkatan disiplin siswa melalui pelaksanaan layanan bimbingan kelompok self management banyak manfaat sehingga siswa dapat meningkatkan kecenderungan mereka dengan</p>
--	---

	<p>mengendalikan diri dan menangani kecenderungan mereka</p>
--	--

tanpa paksaan

*Kata kunci:* kedisiplinan siswa, bimbingan kelompok,  
self management

# PROSIDING

Seminar Antarbangsa Bimbingan dan Konseling

Universitas Ahmad Dahlan

Sabtu, 27 Agustus 2022

## PENDAHULUAN

Disiplin adalah disposisi untuk menghormati aturan material. Disiplin dijalankan atau diterapkan dalam segala kondisi, khususnya lingkungan keluarga, lingkungan sekitar dan iklim sekolah. Disiplin adalah suatu kondisi yang dibuat dan dibentuk melalui jalannya suatu cara berperilaku yang menunjukkan sisi positif dari tanggung jawab, ketundukan, kesetiaan, permintaan atau potensi permintaan.

Adanya disiplin peserta didik berarti peserta didik patuh terhadap prinsip-prinsip yang ada dalam tata tertib sekolah dengan suka cita, kelebihan dan syarat untuk konsisten dengan pedoman bagi diri sendiri adalah adanya kerukunan batin dan ketenangan yang hakiki, tidak memiliki pandangan tertekan untuk dikejar oleh perasaan bersalah. Konsistensi dengan pedoman akan mempersiapkan kehidupan yang terorganisir dan terlatih yang pada akhirnya dapat mendorong kepuasan. Pembiasaan hidup hemat dan rutin dalam kehidupan sehari-hari harus dipersiapkan sejak awal. Jika kehidupan yang sistematis dan tepat dijiwai dalam diri sendiri, dengan asumsi Anda melihat campur aduk tanpa henti, hati Anda akan tergerak untuk mengajukan permintaan dan menjadikan sadar.

Bimbingan kelompok yaitu sebagai layanan bimbingan yang memberikan kegiatan kepada sejumlah peserta didik secara bersama-sama untuk mendapatkan berbagai bahan dari narasumber tertentu terutama dari pembimbing atau konselor yang bermanfaat untuk membantu kehidupannya sehari-hari baik itu untuk individu maupun pelajar, anggota keluarga dan masyarakat dan itu menjadikannya untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan.

Teknik self management yaitu adalah suatu strategi perubahan perilaku yang dalam prosesnya individu dapat mengarahkan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau terapeutik. Menurut Gunarsa (2005: 225-226) "teknik self management meliputi pemantauan diri (self-monitoring),

# PROSIDING

Seminar Antarbangsa Bimbingan dan Konseling

Universitas Ahmad Dahlan

Sabtu, 27 Agustus 2022

reinforcement yang positif (self-reward)), perjanjian terhadap diri sendiri (self-contracting) dan penguasaan terhadap rangsangan (stimulus control). Melalui teknik self management yang dipadukan dan terinternalisasikan di dalam proses dan tahapan-tahapan layanan bimbingan kelompok tentu akan sangat relevan dan dipandang mampu dalam memberikan sentuhan inovatif yang pada akhirnya nanti akan dapat memberikan dampak yang signifikan untuk meningkatkan kedisiplinan siswa. Perubahan-perubahan pada kedisiplinan siswa akan tampak dan diharapkan akan terbentuk secara bertahap selama waktu yang kolektif selama waktu yang ditentukan. Peserta didik selaku anggota kelompok akan benar-benar ingin terkoordinir secara kuat untuk memiliki pilihan untuk mengawasi dan mengendalikan dirinya, memberikan penghargaan atas kemakmurannya dan pada akhirnya memiliki pilihan untuk mendominasi dirinya sendiri dalam mendapatkan energi negatif dalam keadaan dan kondisi yang tidak menguntungkan yang mungkin dapat menurunkan kualitas. di bagian-bagian kehidupan. kedisiplinan siswa.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan: dalam artikel ini adalah *studi literatur review*. *Studi literatur review* yaitu strategi yang digunakan untuk mengumpulkan informasi atau sumber yang terhubung dengan titik tertentu. Mata pelajaran tertentu dapat diperoleh dari berbagai sumber seperti buku harian, buku, web, dan perpustakaan yang berbeda. Selain itu, artikel ini menggunakan metode penelitian yaitu pemeriksaan perpustakaan atau audit penulisan (*literature review, literature research*).

Penelitian kepustakaan atau kajian literature adalah penelitian yang menyaring atau menganalisis secara mendasar informasi, pikiran, pemikiran, atau penemuan yang ada di dalam tubuh literatur akademik (*academic-oriented literature*), serta merumuskan peran serta teoritis dan metodologisnya terhadap topik tertentu, Cooper (2010). Sifat dari penelitian ini adalah analisis deskriptif, khususnya secara rutin terhadap informasi yang telah diperoleh, kemudian diberikan pemahaman dan klarifikasi sehingga cenderung dapat dilihat dengan baik oleh pembacanya.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1.1 Hasil Penelitian

Hasil data penelitian yang dimasukkan dalam kajian literatur ini merupakan analisis dan rangkuman dari artikel yang terkait dengan peran bimbingan kelompok teknik self management terhadap kedisiplinan siswa.

1. penulis/peneliti : Eka Nuryanti

judul : pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik self management untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik kelas X SMA Negeri 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019

tahun : 2019

bentuk : hasil penelitian (doctoral dissertation)

relevansi dengan penelitian : meneliti pengaruh pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik

Nuryanti, E. (2018). *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas X Sma Negeri 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019* (Doctoral Dissertation, Uin Raden Intan Lampung).

2. Penulis/peneliti : Widiadnyani,K

Judul : Pengembangan Buku Panduan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Smp Negeri 6 Singaraja

Tahun : 2022

Bentuk : doctral dissertation

# PROSIDING

Seminar Antarbangsa Bimbingan dan Konseling

Universitas Ahmad Dahlan

Sabtu, 27 Agustus 2022

Relevansi dengan penelitian : meneliti pengembangan buku panduan bimbingan kelompok dengan teknik self management untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa

## 2.1 Pengertian kedisiplinan

Disiplin berasal dari Bahasa Latin merupakan disciplina dan disciplinus yang artinya perintah dan peserta didik. Jadi, disiplin merupakan sebuah perintah dari pendidik atau guru kepada peserta didik/siswa.

Menurut The Liang Gie, disiplin adalah suatu keadaan patuh yang disengaja dimana individu yang merupakan individu dari suatu perkumpulan dengan senang hati mengikuti pedoman yang ada.

Menurut Ngainun Naim, disiplin adalah kepatuhan terhadap dan melaksanakan kerangka kerja yang mengharapkan individu untuk tunduk pada pilihan, perintah, dan pedoman yang relevan.

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa kedisiplinan adalah kepatuhan terhadap tata tertib yang mana seluruh atau orang yang terlibat harus memahatuhi apa yang telah disepakati.

## 2.2 Indikator Disiplin

Moenir (2010:96) menyebutkan beberapa indikator - indikator yang dapat digunakan untuk mengukur derajat disiplin belajar siswa berdasarkan pengaturan disiplin waktu dan disiplin aktivitas

, yaitu:

### a) Disiplin Waktu,

Disiplin waktu yang harus dilakukan siswa meliputi :

Dapat diandalkan dalam menjemput, mengingat setiap perjalanan pulang dari sekolah tepat waktu, mulai dari menyelesaikan belajar di rumah dan di sekolah tepat waktu.

Tidak meninggalkan kelas atau membolos saat jam kegiatan belajar berlangsung

Menyelesaikan semua tugas sesuai waktu yang ditetapkan.

b) Disiplin Perbuatan,

Disiplin perbuatan yang harus dimiliki siswa meliputi:

mematuhi dan tidak bertentangan dengan pedoman yang berlaku

Tidak malas belajar

Tidak memerintah atau menyuruh orang lain bekerja demi dirinya

Tidak suka berbohong

Cara berperilaku yang menyenangkan, termasuk tidak menyontek, tidak membuat keributan, dan tidak merepotkan orang lain yang sedang belajar.

Berdasarkan kesimpulan-kesimpulan yang telah diuraikan di atas, maka dapat dimaklumi bahwa tanda-tanda disiplin belajar sangat bergantung pada pengaturan waktu yang tiada hentinya disiplin kegiatan sebagai berikut, khususnya: Disiplin di lingkungan sekolah baik di dalam maupun di luar ruang belajar, Disiplin dalam belajar latihan di kelas, dan disiplin di rumah.

### **2.3 Pengertian layanan bimbingan kelompok**

Bimbingan kelompok adalah Jenis bantuan mendasar dalam Bimbingan dan Konseling. Kegiatan Bimbingan kelompok dilaksanakan dengan sekelompok individu yang dipimpin oleh seorang pemimpin kelompok yaitu konselor atau guru BK. Nurihsah (dalam Suryani, 2017 ) mengartikan Bimbingan Kelompok sebagai suatu upaya bantuan terhadap individu yang dilaksanakan pada kegiatan kelompok. Sedangkan menurut Prayitno dan Amti (2013 : 309) mengemukakan bahwasannya bimbingan kelompok adalah layanan dalam situasi atau kegiatan kelompok untuk memberikan informasi yang diperlukan oleh para anggota kelompok atau peserta didik.

Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa Bimbingan Kelompok yaitu adalah layanan dalam situasi kelompok yang dipimpin oleh pemimpin dalam kelompok untuk memberikan informasi yang diperlukan oleh para anggota kelompok untuk keperluan tertentu. Dinamika kelompok benar-benar amat penting pada Bimbingan Kelompok. Dalam kegiatan ini semua

anggota kelompok dapat berdiskusi dan bertukar pikiran mengenai isu-isu ataupun informasi yang sedang dibahas dalam layanan Bimbingan Kelompok. Lebih lanjut, informasi tersebut dapat berguna untuk merencanakan dan membuat keputusan oleh anggota kelompok.

#### **2.4 Tujuan Bimbingan Kelompok**

Pelaksanaan suatu aktivitas tentu pasti ada suatu tujuan yang ingin dicapai, dan begitu pun dengan layanan Bimbingan Kelompok. Tujuan sangat mempengaruhi ketercapaian dan keberhasilan dari pelaksanaan kegiatan, disini adalah Bimbingan Kelompok. Tujuan Bimbingan Kelompok yaitu (1) untuk memberi dan mendapat dapatkan data dari orang-orang, (2) untuk analisa dan memahami secara bersama sikap, minat, dan pandangan setiap individu, (3) secara bersama-sama membantu mengurus masalah (4) untuk melacak atau mendapati masalah yang dialami setiap individu (Fadilah, 2019). Sementara Prayitno (2013 : 310) mengemukakan bahwasannya tujuan umum Bimbingan Kelompok ialah memberikan informasi yang diperlukan para anggota untuk keperluan tertentu. Melalui Bimbingan kelompok semua anggota kelompok bisa saling bertukar informasi dan pendapat yang berguna untuk merencanakan dan menentukan keputusan untuk kepentingannya.

Dengan demikian maka tujuan layanan Bimbingan kelompok ialah untuk memberikan informasi, melakukan analisa, dan memahami secara bersama terkait suatu topik yang dapat dijadikan sebagai acuan untuk merencanakan dan menentukan alternatif dari keperluan yang dimiliki para anggota kelompok. Sejatinya layanan Bimbingan Kelompok diberikan sebagai upaya preventif dan peningkatan bagi anggota kelompok. Dengan Bimbingan kelompok diharapkan anggota kelompok akan terhindar dari masalah yang serupa atau hampir serupa tentang yang dibahas dalam layanan. Bimbingan kelompok juga sebagai upaya pengembangan bagi anggota kelompok yang mungkin sudah atau sedang mengalami masalah seperti yang dibahas dalam layanan, sehingga anggota kelompok tersebut mendapatkan suatu informasi yang dapat dijadikan sebagai alternatif pemecahan masalahnya.

#### **2.5 Asas Bimbingan Kelompok**

Layanan Bimbingan Kelompok di dalamnya memuat asas-asas diantaranya sebagai berikut :

- Asas Kerahasiaan

# PROSIDING

Seminar Antarbangsa Bimbingan dan Konseling

Universitas Ahmad Dahlan

Sabtu, 27 Agustus 2022

Asas kerahasiaan merupakan komitmen anggota kelompok secara bersama-sama, Anggota berjanji untuk tidak membicarakan apapun yang dibahas, didengar, maupun diinformasikan dalam layanan bimbingan kelompok kepada pihak luar kelompok layanan bimbingan kelompok.

- **Asas Kesukarelaan**

Kesukarelaan yang dimaksudkan ialah anggota kelompok secara suka rela mengikuti bimbingan kelompok. Anggota kelompok mengikuti bimbingan kelompok atas dasar sorongan keinginan karena merasa perlu untuk mengikuti layanan bimbingan kelompok.

- **Asas Keterbukaan**

Asas keterbukaan ialah para anggota kelompok diharapkan dapat secara terbuka menyampaikan apa yang dirasakan ataupun dipikirkan. Anggota kelompok juga diminta untuk terbuka dalam memberikan pendapat, saran, kritik, dan masukan selama diskusi berlangsung dalam layanan bimbingan kelompok

- **Asas Kenormatifan**

Norma ada untuk mengatur para anggota agar dapat secara terarah dalam mengikuti layanan. Pemimpin kelompok bersama para anggota kelompok menyepakati norma-norma sebelum layanan bimbingan kelompok dimulai. Asas kenormatifan ini ialah para anggota kelompok harus mematuhi norma yang telah disepakati bersama. Semua yang dilakukan dan dibahas dalam bimbingan kelompok harus sesuai dengan norma yang ada.

## **2.6 Tahapan Bimbingan Kelompok**

- **Tahap Pembentukan**

Dimulai dengan anggota kelompok mulai memasuki kelompok. Di dalam tahap ini anggota kelompok memperkenalkan diri dan membangun hubungan dengan anggota lain.

Membangun kedekatan menjadi bagian penting pada tahap ini, karena apabila kedekatan tersebut terbangun dengan baik maka akan muncul perasaan bahwa individu merupakan bagian dari kelompok sehingga dirinya merasa penting untuk terlibat dalam kegiatan kelompok.

- Tahap Peralihan

Tahap peralihan atau tahap transisi yaitu tahap antara tahap pembentukan dan tahap inti atau tahap pelaksanaan atau kegiatan. menjelaskan langkah-langkah pelaksanaan atau kegiatan yang akan dilaksanakan, selain itu pemimpin kelompok juga menjelaskan aturan dan kewajiban anggota kelompok selama kegiatan bimbingan kelompok berlangsung. Sebelum memasuki ketiatan inti, terlebih dahulu pemimpin kelompok memastikan kesiapan anggota kelompok untuk mengikuti layanan bimbingan kelompok.

- Tahap Kegiatan

Tahap kegiatan adalah tahap kerja bimbingan kelompok. Dalam tahapan ini pemimpin kelompok dan anggota kelompok menganalisis suatu topik atau isu yang menjadi tema suatu tema. Ketika kegiatan sedang dilaksanakan, anggota kelompok saling bergantian atau bertukar pikiran, bertukar pendapat, dan berdiskusi terkait topik yang sedang dibahas. Pada tahap ini memungkinkan untuk menemukan alternative solusi untuk permasalahan yang muncul dai topik yang sedang dibahas.

- Tahap Pengakhiran

Tahap ini merupakan tahap terakhir dari proses kegiatan. Di tahap ini anggota kelompok diminta untuk saling menyampaikan kesimpulan dari layanan yang telah dilaksanakan, selain itu anggota kelompok diminta saling menyampaikan kesan dan pesan setelah melakukan atau mengikuti layanan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok pada tahap ini akan merencanakan tindak lanjut untuk layanan yang akan diberikan selanjutnya dan menutup kegiatan bimbingan kelompok.

## 2.7 Manfaat Bimbingan Kelompok

Manfaat bimbingan kelompok sebagai berikut :

- melatih semua siswa untuk dapat memecahkan serta mengatasi masalah secara

# PROSIDING

Seminar Antarbangsa Bimbingan dan Konseling

Universitas Ahmad Dahlan

Sabtu, 27 Agustus 2022

bersama-sama

- Melalui bimbingan kelompok melatih keberanian siswa
- Melalui bimbingan kelompok siswa mampu menambah relasi
- Melalui bimbingan kelompok peserta didik dapat menambah wawasan
- Melalui bimbingan kelompok mendorong peserta didik untuk dapat berfikir kritis
- Melalui bimbingan kelompok siswa dapat membangun hubungan dengan orang lain

## SIMPULAN

Kedisiplinan merupakan dimana terbentuknya perilaku taat, patuh terhadap peraturan. Disiplin harus ditanamkan sejak dini agar mampu terbiasa serta membentuk siswa menjadi pribadi yang baik. Kedisiplinan sangat berguna karena menjadi tolak ukur siswa apakah siswa tersebut mapu atau tidak terhadap aturan. Dengan menggunakan teknik self manaagement diharapkan dapat membantu siswa dalam pengontrolan perilaku diri yang lebih positif.

Layanan bimbingan kelompok dengan teknik self-management adalah semacam kegiatan yang diberikan kepada siswa melalui latihan berkelompok, Dalam latihan pendampingan ini, dinamika kelompok harus dibentuk, termasuk korespondensi antar siswa dan tujuan bersama. Siswa yang berpartisipasi secara efektif akan menguntungkan diri mereka sendiri yaitu menggabungkan pemahaman dan kemampuan untuk mengelola masalah utama, serta menangani masalah yang mungkin terlihat di masa depan secara mandiri. Dalam pemberian teknik Self-Management yaitu: 1) Memilih Tujuan, 2) Menerjemahkan tujuan menjadi cara berperilaku yang ditargetkan, 3) Pemantauan Pribadi, 4) Merancang rencana perubahan, 5) Mengevaluasi rencana kegiatan

## REFERENSI

Fadilah, S. N. (2019). Layanan bimbingan kelompok dalam membentuk sikap jujur melalui pembiasaan.

# PROSIDING

Seminar Antarbangsa Bimbingan dan Konseling

Universitas Ahmad Dahlan

Sabtu, 27 Agustus 2022

## Islamic Counsel

- Suryani, L. (2017). Upaya Meningkatkan Sopan Santun Berbicara Dengan Teman Sebaya Melalui Bimbingan Kelompok. *E-Jurnal Mitra Pendidikan*, 1(1), 112-124.
- Prayitno, Amti, Erman. (2013). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : Rineka Cipta
- Rahmawati, G. A. (2019). Efektifitas Teknik Self Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas X TPM SMK Muhammadiyah 2 Kota Kediri Tahun Pelajaran 2018/2019.
- Wardiah, W. (2018). PENGGUNAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN DISIPLIN BERSERAGAM SISWA KELAS IX DI SMP NEGERI 1 MATARAM. *MEDIA BINA ILMIAH*, 12(9), 375-386.
- Komalasari, G., Eka, W., & Karsih. (2014). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks
- Fahmi, J. Z., Ramli, M., & Hidayah, N. (2019). Teknik self-management sebagai upaya mereduksi gaya hidup hedonis siswa SMA. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 4(10), 1408-1416.
- Gunarsa, D. Singgih. 2005. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Gunung Mulia
- Cooper, P. E., & Cooper, M. (2010). *Volcano and Geothermal Tourism*. (P. E. Cooper & M. Cooper, Eds.) (1st ed.). London: Earthscan
- Nuryanti, E. (2018). *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas X Sma Negeri 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019* (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Widiadnyani, K. (2022). *PENGEMBANGAN BUKU PANDUAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA SMP NEGERI 6 SINGARAJA* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Ganesha).
- A.S. Moenir, (2010). *Manajemen Pelayanan Umum di Indonesia*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- SA'DIYAH, H. A. L. I. M. A. T. U. S. (2016). *IMPLEMENTASI KEDISIPLINAN TERHADAP KODE ETIK SISWA BERPENAMPILAN DI SMP ISLAM AL AZHAAR TULUNGAGUNG*.