JURNAL KREATIF OLAHRAGA
E-ISSN : xxxx-xxxx
P-ISSN : xxxx-xxxx
Volume. 02, No. 01, Januari, 2024

EFEKTIVITASKONSELINGKELOMPOKTEKNIKSELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU DISIPLIN BELAJAR SISWA SMK GANESHATAMA BOYOLALI

Erik Teguh Prakoso [1], Alya Muifah D,[2], Usmani Haryanti[3]
Prodi Bimbingan dan KonselingFakultasKeguruan dan Ilmu Pendidikan
UniversitasTunasPembangunanSurakarta
erikprakoso3123@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat disiplin belajar konseling kelompok menggunakan teknik Self Management untuk meningkatkan disiplin belajar siswa SMK Ganesha Tama Boyolali.

Metode dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian *pre eskperimental design* dengan desain *One Group PreTest-Posttest Design.* Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, dimana jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 6 orang siswa kelas XI TKR

1. Metode pengumpulan data menggunakan kuisioner dan dokumentasi. Uji validitas instrument menggunakan rumus product moment, reliabilitas dengan rumus *Cronbach alpha*, dan analisis data yaitu menggunakan uji t (uji paired sample t test).

Berdasarkan hasil analisis data dengan uji t (*paired sample t test*), diperoleh hasil bahwa, (M = 59.5000, SD = 7.66304) sedangkan nilai post test sesudah diberikan layanan berubah menjadi (M = 70.0000, SD = 14.12641), t(7) = -2.689, sig.(2 Tailed) = 0,025 p < 0.000) artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pre-test dan post-test. Sehingga dapat disimpulkan konseling kelompok teknik *self management* efektif untuk meningkatkan perilaku disiplin belajar siswa SMK Ganesha Tama Boyolali.

Kata Kunci: Konseling Kelompok, Self Management, Disiplin Belajar

JURNAL KREATIF OLAHRAGA
E-ISSN : xxxx-xxxx
P-ISSN : xxxx-xxxx
Volume. 02, No. 01, Januari, 2024

ABSTRACT

This research aims to determine the level of learning discipline in group counseling using Self Management techniques to improve the learning discipline of students at SMK Ganesha Tama Boyolali.

The method in this research uses quantitative methods with a pre- experimental design type of research with a One Group PreTest-Posttest Design. The sampling technique used purposive sampling technique, where the number of samples in this research was 6 students from class XI TKR 1. The data collection method used questionnaires and documentation. Test the validity of the instrument using the product moment formula, reliability using the Cronbach alpha formula, and data analysis using the t test (paired sample t test).

Based on the results of data analysis using the t test (paired sample t test), the results obtained were (M =59.5000, SD =7.66304)whilethe post test scoreafter being provided with the service changed to(M=70.0000,SD =14.12641),t(7)=
-2.689, sig.(2 Tailed) = 0.025 p < 0.000) meaning that there is a significant difference between the pre-test and post-test results. So it can be concluded that self-management technique group counseling is effective in improving the disciplined learning behavior of students at SMK Ganesha Tama Boyolali.

Keywords*: Group Counseling, Self Management, Learning Discipline*

PENDAHULUAN

Penyelenggaraan pendidikan formal di sekolah diawasi dan dikelola, sehingga peraturan harus mengatur dan mengendalikan perilaku seluruh siswa, guru, administrator, dan pimpinan sekolah. Proses kegiatan pembelajaran yang dibimbing, dibimbing dan diawasi diharapkan dapat mencapai tujuan pendidikan. Sekolah adalah salah satu lembaga pendidikan formal. Di lingkungan sekolah terdapat tata tertib sekolah, yang bertujuan untuk menciptakan susasana yang tertib. Khususnya untuk menciptakan kedisiplinan dan kenyamanan siswa. Sekolah merupakan salah satu tempat untuk membimbing, mendidik, mengarahkan dan membentuk pribadi seseorang berperilaku yang baik.

Disiplin merupakan salah satu hal yang penting dalam pendidikan baik dalam pendidikan formal maupun informal. Hal yang memiliki keterkaitan dengan disiplin merupakan salah satu hal yang umum dihadapi dalam lingkungan baik di lingkungan masyarakat maupun di lingkungan sekolah. Disiplin menurut Soegeng (dalam Tu'u

2019:31) adalah sesuatu yang telah dikembangkan oleh individu melalui waktu dan diwujudkan melalui pola tingkah lakunya yang lebih teratur. Sedangkan menurut Fadlillah dan Khorida (dalam Mutaimanah 2022:192) aktivitas disiplin adalah aktivitas yang mematuhi hukum dan peraturan yang berbeda dan menampilkan perilaku yang teratur. Disiplin sendiri diartikan sebagai ketaatan atau kepatuhan seseorang terhadap peraturan dan tata tertib yang telah dibuat dan disepakati.

SMK Ganesha Tama Boyolali merupakkan salah satu lembaga pendidikan yang bertugas membantu dan membentuk siswa agar berkepribadian baik, berkualitas, dan displin. Berdasarkan observasi PPL yang dilakukan peneliti di SMK Gaenesha Tama Boyolali, masih banyak dijumpai siswa yang berperilaku tidakk disiplin diantaranya terlambat masuk sekolah, membolos, merokok dilingkungan sekolah, tidak berpakain rapih, berkelahi (ada konflik antarteman), tidur di kelas, saat tidak ada guru ribut di kelas. Sejauh ini dalam menghadapi siswa yang berperilaku tidak disiplin dalm belajar di SMK Ganesha Tama Boyolali, guru Bimbingan dan Konseling melakukan penanganan, salah satunya yaitu memanggil siswa serta orang tuannya untuk memberikan nasihat agar tidak mengulanginya. Penanganan lain yaitu home visit yang melakukan perilaku dalam kategori sangat sering melakukan perilaku tersebut.

Dampak negative yang ditimbulkan hal tersebut jika dibiarkan terus menerus akan mengakibatkan rendahnya prestasi belajar disekolah, mendapat teguran oleh guru, tidak bisa menguasai atau memahami pelajaran yang diberikan guru, tidak bisa menjawab pertanyaan yang diberikan guru, menganggap remeh peraturan sekolah sehingga siswa akan sering melanggar peraturan.

Solusi dari permasalahan tersebut dengan berkolaborasi dengan guru BK, Peran guru yang membimbing dan menasihati tentunya sangat penting untuk mengatasi permasalahan tersebut, jika perilaku itu dilakukan secara terus menerus, maka siswa tersebut dapat terkena sanksi atau hukuman. Peneiliti menggunakan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *Self Management*. Bantuan konseling kelompok yang dilakukan dengan teknik *self management*, akan dilakukan upaya untuk meningkatkan disiplin belajar siswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian *pre eksperimental design* model *One Groub PreTest-Posttest Design.* Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas XI SMK Ganesha Tama Boyolalai jurusan TKR 1 yang berjumlah 33 orang siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling*, dimana sampel dalam penelitian ini sebnayak 6 orang siswa kelas XI TKR 1 SMK Ganesha Tama Boyolali. Metode pengumpulan data menggunakan kuisioner dan dokumentasi. Uji validitas instrument menggunakan rumus *product moment*, reliabilitas data menggunakan rumus *Cronbach Alpha*, serta analisis data menggunakan uji prasyarat, uji normalitas, uji homogenitas, uji hipotesis menggunakan uji *paired sample t-test.*

HASILDANPEMBAHASAN

UjiAnalisisData

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya data yang akan dianalisis. Hal ini dilakukan karena uji normalitas merupakan salah satu syarat sebelum dilakukan *t-test*. Uji normalitas menggunakan uji statistik rumus *Kolmogorov-Smirnov* pada aplikasi *SPSS 26 For Windows.* dengan hasil sebagai berikut:

Tabel4.1Normalitas Pretest Dan Posttest

Testsof Normality							
		Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Kelas	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
hasil	Pretets	.179	10	.200*	.922	10	.373
	Posttes	.162	10	.200*	.984	10	.982
*.This isalowerboundofthetruesignificance.							
a.LillieforsSignificanceCorrection							

Hasil analisis *SPSS* di atas dapat dilihat bahwa nilai sig shapiro-wilk pada pretest adalah senilai 0,200 dan pada posttest senilai 0,200 karena keduanya bernilai lebih dari 0,05 maka pretest dan posttest data terdistribusi normal.

b. UjiPaired Statistic

PairedSamplesStatistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std.ErrorMean
Pair1	Pretest	59.5000	10	7.66304	2.42327
	Posttes	70.0000	10	14.12641	4.46716

Output di atas dapat dilihat bahwa nilai pretes diperoleh nilai rata-rata disiplin belajar siswa atau mean sebesar 59.5000, sedangkan nilai posttest diperoleh nilah rata-rata sebesar 70.0000. Jumlah responden siswa yang digunakan sebagai sampel adalah sebanyak 6 orang. Nilai Std Deviation pada pretest adalah sebesar 7.66304 dan posttetst sebesar 14.12641.

c. Uji Paired samples Correlation

PairedSamplesCorrelations

		N	Correlation	Sig.
Pair1	pretest&posttes	10	.489	.152

Berdasarkan data output di atas menunjukkan hasil uji korelasi atau hubungan antara kedua atau hubungan variable pre test dengan variable posttest. Berdasarkan output diatas diketahui korelasi sebesar .489 dengan nilai signifikansi .152, karena nilai signifikansi lebih dari 0,152 maka dapat dikatakan bahwa tidak ada hubungan antara variable pretest dan variable posttest.

d. Uji Hipotesis

Analisa data dilakukan terhadap dua variabel diduga berpengaruh, yaitu melihat pengaruh variabel bebas dengan variabel terikat. Analisa bivariat pada penelitian yang telah dilakukan ini adalah perbedaan self efficacy sebelum dan sesudah dilakukan bimbingan kelompok dengan teknik assertif. Sebelum dilakukan analisa data peneliti akan melakukan uji normalitas data dengan menggunakan uji *lilliefors* dengan taraf signifikan 0,05dimana apabila >0,05 maka data berdistribusi normal. Selanjutnya *t-test* berpasangan apabila data

normal memenuhi syarat p *value* = <0,05 dan apabila data tidak normal menggunakan uji *Wilcoxon*.

Untuk mengetahui seberapa besar perbedaan tersebut dapat menggunakan teknik *statistic Analisis paired sample T-Test* dengan SPSS 22, (Sugiyono, 2016 : 259) dengan rumus berikut :

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2} - 2r\left(\frac{S_1}{\sqrt{n_1}}\right)\left(\frac{S_2}{\sqrt{n_2}}\right)}}$$

Keterangan:

$\bar{X}_1$= rata– rata sampel sebelum perlakuan

$\bar{X}_2$= rata–rata sampel setelah perlakuan

S_1= simpangan baku sebelum perlakuan

S_2= simpangan baku setelah perlakuan

n_1= jumlah sampel sebelum perlakuan

n_2= jumlah sampel setelah perlakuan

r =korelasi antara dua sampel

PairedSamplesTest

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	d.Error Mean	›ConfidenceInterval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair1	pretest-posttes	-10.50000	12.34909	3.90512	-19.33401	-1.66599	-2.689	9	.025

Berdasarkan tabel output paired sample test di atas diketahui nilai sig (2-tailed) adalah sebesar 0,025 karena nilai kurang dari 0,000 maka H0 ditolah dan Ha diterima.

Sehingga dapat disimpulkan konseling kelompok teknik *self efektif* untuk meningkatkan perilaku disiplin belajar siswa SMK Ganesha Tama Boyolali.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari rumusan masalah, hipotesis dan hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan terhadap penelitian yang berjudul "EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU DISIPLIN BELAJAR SISWA SMK GANESHA TAMA BOYOLALI".

Berdasarkan tabel output paired sample test di atas diketahui nilai sig (2-tailed) adalah sebesar 0,025 karena nilai kurang dari 0,000 maka H0 ditolah dan Ha diterima.

Sehingga dapat disimpulkan konseling kelompok teknik *self management efektif* untuk meningkatkan perilaku disiplin belajar siswa SMK Ganesha Tama Boyolali.

DAFTARPUSTAKA

Agung Ngurah Adhiputra, *Bimbingan dan Konseling Aplikasi di sekolah Dasar dan Taman Kana-kanak*, Yogyakarta: Graha Ilmu, 2013.

Arikunto Suharsimi, *Prosedur Penelitian*, Jakarta: PT Rineka Cipta,2013.

Annisa.(2018).Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas VII di SMP Negeri 19 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018.

Dimyati dan Mudjiono, *Belajar dan pembelajaran*, Jakarta: Rineka cipta, 2010.

Fatkhur Rohman. "Peran Pendidik dalam Pembinaan Disiplin Siswa di Sekolah", 4 April 2018.

Gunarsa, Singgih 2004.*Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Gunung Mulia. Habsari, Sri. 2005. *Bimbingan dan Konseling* SMA. Jakarta: PT Grasindo.

Isnaini,F.,&Taufik.(2015).Strategiself-managementuntukmeningkatkan kedisiplinan belajar. Penelitian Humaniora, 16, 33–42.

Jundana, A. (2020). Penerapan Strategi Self-Management Dalam Konseling Kelompok.

Komalasari, Gantika., Wahyuni dan Karsih. 2011. Teori dan Teknik Konseling. Jakarta: PT Indeks.

Kurnanto,M.Edi.2014. KonselingKelompok.Bandung:Alfabeta. Latipun. 2008. Psikoligi Konseling. Malang: UPT UMM.

Narbuko Cholid, *Metodologi Penelitian*, Jakarta: PT Bumi Aksara, 2012. Noor Juliansyah, *Metodologi Penelitian*, Jakarta: KencanaPrenada Media Group, 2011

Nurihsan Juntika Achmad,*Bimbingan dan Konseling*.Bandung: PT Refika Aditama, 2006.

Prayitno,dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: PT Rineka Cipta, 2008

Syamsul Kurniawan, *Pendidikan Karakter Konsepsi & Implementasi secara Terpadu di Lingkungan Keluarga, Sekolah, Perguruan Tinggi, & Masyarakat*, Yogyakarta: AR-RUZZ Media, 2014.

Sugiyono.2008.*MetodePenelitianPendidikan. Bandung:*Alfabeta

Tohirin, *Psikologi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2011.

Tulus Ta'al, *Peran Disiplin pada Prilaku dan Prestasi Siswa*, (Jakarta: Grafindo, 2004), h.38

Umar Husein, *Metode Penelitian untuk Skripsi dan Tesis Bisnis*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2009.

Wibowo, Mungin Edi.2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: UPT UNNES Press.