

**EFEKTIVITAS TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN
KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK KELAS VII DI SMP
ISLAM IBNU KHALDUN BANDA ACEH**

Oleh: Wanty Khaira
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh
Email: wanty.khaira@ar-raniry.ac.id

Abstract

Discipline is a student's behavior that is formed through the process of a set of habits that show the values of obedience, order and order based on norm values. Students who have discipline will show obedience and regularity to their role as a student, namely students in a directed and orderly manner. This research was conducted at Ibnu Khaldun Islamic Middle School in Banda Aceh against the background of the problem of lack of students in managing time, because Ibnu Khaldun Islamic Middle School is a boarding school (dayah), therefore almost all students experience personal problems, especially on discipline. This study aims to determine self-management techniques before and after effective group guidance services are provided to improve student discipline in Ibnu Khaldun Islamic Middle School Banda Aceh. Researchers use quantitative methods and use the type of pre-experimental research (pre-experimental) with One Group Pre-test and Post-test Design. Data collection used is a Likert scale. Analysis techniques using the normality test and t-test. The population in this study were grade VII students of Ibnu Khaldun Islamic Middle School in Banda Aceh. There are 61 students with high, medium and low discipline, while the sample is 7 students representing class VII. The sample is chosen through purposive sampling with the categorization of students with the lowest level of discipline. From the results of this study it can be concluded that, the results of the study show effective self management techniques to improve the discipline of students in grade VII in Ibnu Khaldun Islamic Middle School Banda Aceh.

Keywords: *Self Management Techniques, Discipline*

Abstrak

Disiplin adalah suatu perilaku peserta didik yang terbentuk melalui proses dari serangkaian kebiasaan yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, keteraturan dan ketertiban berdasarkan acuan nilai norma. Peserta didik yang memiliki disiplin akan menunjukkan ketaatan dan keteraturan terhadap perannya sebagai seorang pelajar yaitu pelajar secara terarah dan teratur. Penelitian ini dilakukan di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh dengan latar belakang masalah kurangnya peserta didik dalam mengelola waktu, karena SMP Islam Ibnu Khaldun merupakan sekolah berbasis asrama (dayah), oleh karena itu hampir seluruh peserta didik mengalami masalah pribadi terkhusus terhadap kedisiplinan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui teknik *self management* sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh. Peneliti menggunakan metode kuantitatif dan menggunakan jenis penelitian *pre-experimental* (pra-eksperimen) dengan desain *One Group Pre-test* dan *Post-test Design*. Pengumpulan data yang digunakan adalah skala *likert*. Teknik analisis dengan menggunakan uji normalitas dan uji-t. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VII SMP Islam

Ibnu Khaldun Banda Aceh. Berjumlah 61 peserta didik dengan kedisiplinan tinggi, sedang dan rendah, sedangkan sampelnya sebanyak 7 orang peserta didik yang mewakili dari kelas VII. Sampel di pilih melalui *sampling purposive* dengan pengkategorisasi peserta didik yang tingkat kedisiplinan terendah. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa, hasil penelitian menunjukkan teknik *self management* efektif untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik kelas VII di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh.

Kata Kunci: Teknik Self Managment, Kedisiplinan

A. Pendahuluan

Pendidikan suatu proses untuk memperoleh pengetahuan, pemahaman dan belajar untuk menyesuaikan tingkah laku dengan kebutuhan peserta didik. Untuk memperoleh suatu pengetahuan, pemahaman, pengalaman yang baik, maka seseorang harus memiliki kedisiplinan diri yang baik juga. Pendidikan sangat berkaitan dengan adanya disiplin. Setiap peserta didik memiliki tingkat disiplin yang berbeda antara satu dengan lainnya.

Pelayanan Bimbingan Konseling merupakan bagian integral dalam proses pendidikan. Program pelayanan Bimbingan dan Konseling merupakan upaya pengembangan kepribadian peserta didik yang dilakukan melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung Bimbingan Konseling. Kegiatan konseling akan selalu terkait dengan pendidikan, karena keberadaan konseling dalam pendidikan merupakan konsekuensi logis dari upaya pendidikan itu sendiri, karena program dalam Bimbingan dan Konseling meliputi aspek-aspek tugas perkembangan individu.

Kegiatan peserta didik yang tinggal diasrama dapat dikatakan jauh berbeda dengan peserta didik yang bersekolah umumnya. Peserta didik yang tinggal diasrama harus dapat mengatur dan mengelola waktu agar dapat mengerjakan semua aktivitasnya, mulai dari bangun tidur jam 4 pagi, shalat berjamaah, membaca al-qur'an, mengantri mandi, penambahan kosa-kata bahasa arab dan inggris, membuat tugas yang diberikan guru, mencuci kain, sekolah, makan siang, belajar kitab dan siswa tetap melakukan kegiatan dan aktivitas yang sama dari bangun tidur sampai tidur lagi.

Fakta yang terjadi di lapangan hampir keseluruhan peserta didik di SMP Islam Ibnu Khaldun mengalami permasalahan pribadi lebih khususnya dalam mengatur dan mengelola waktu yang telah disediakan untuk melaksanakan kegiatan. Sangat banyak ditemukan peserta didik yang sering terlambat masuk kelas, tidak memakai seragam yang telah ditentukan sesuai peraturan, jarang masuk kelas dengan berbagai alasan, tidak membuat tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran, tidur di dalam kelas, dan tidak membuat tugas dengan alasan terlalu padatnya kegiatan asrama seperti belajar malam, menghafal mufradhat bahasa Arab dan bahasa Inggris, belajar kitab maupun hafalan Al-Qur'an dan tahajjud malam sehingga peserta didik di SMP Islam Ibnu Khaldun ini terlambat tidur dan terlambat pergi kesekolah.

Oleh karena itu, berdasarkan fenomena-fenomena diatas peneliti juga tertarik untuk mengangkat judul penelitian dengan menggunakan teknik *self management*.

Karena menurut peneliti teknik ini salah satu layanan bimbingan yang efektif untuk diberikan kepada peserta didik kelas VII di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh.

B. Kajian Pustaka

1. Efektivitas Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Kedisiplinan

Efektivitas adalah kemampuan untuk memilih tujuan yang tepat atau peralatan yang tepat untuk pencapaian tujuan yang telah ditetapkan.¹ Efektivitas selalu terkait dengan hubungan antara hasil yang diharapkan dengan hasil yang sesungguhnya dicapai.

Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu proses pemberian bimbingan (bantuan) kepada individu (peserta didik) melalui kegiatan kelompok. Dalam layanan bimbingan dan kelompok, aktivitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi perkembangan ataupun pemecahan masalah yang dialami individu (peserta didik) yang menjadi anggota kelompok.²

Peneliti mengambil layanan bimbingan kelompok untuk menangani masalah yang diangkat karena tujuan umum dari bimbingan kelompok adalah berkembangnya sosialisasi peserta didik, khususnya kedisiplinan peserta didik.³ Serta tujuan lainnya yaitu untuk melatih peserta didik lebih berani dan mampu mengelola waktunya dengan baik.⁴

Selain bimbingan kelompok, peneliti juga memberikan teknik *Self Managment* untuk mendukung pelaksanaan bimbingan kelompok agar peserta didik lebih dapat mendalami *Treatment* yang diberikan. Teknik *Self Managment* menurut Cormier & Nurius adalah melibatkan klien (peserta didik) untuk mengamati perilakunya, menetapkan tujuan bagi dirinya sendiri, mengidentifikasi penguat yang cocok, merencanakan langkah-langkah yang diberi nilai untuk mencapai tujuannya dan menetapkan kapan menerapkan konsekuensi. Pada teknik ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar dengan menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku, memilih prosedur yang akan diterapkan, melaksanakan prosedur

¹ Hasnun Jauhari Ritonga, *Manajemen Organisasi, Pengantar Teori dan Praktek*, (Medan: Perdana Publishing, 2015), hal. 3.

² Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2013), hal. 164.

³ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, hal. 155.

⁴ Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling...*, hal. 25.

tersebut dan mengevaluasi prosedur.⁵ Teknik ini dipilih sebagai teknik pendukung untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik ketika melakukan kegiatan-kegiatan secara teratur dan tertib, baik di sekolah maupun di asrama.

C. Metode Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yaitu menggambarkan suatu kondisi atau peristiwa secara sistematis, actual dan akurat mengenal fakta, sifat serta hubungan antara fenomena yang diselidiki dengan menggunakan perhitungan statistik. Pada penelitian eksperimen ini peneliti menggunakan *pre-exsprimental desaign* dengan bentuk *one group pre-test post-test desaign*. Dimana pada *desaign* ini terdapat *pre-test* sebelum diberikan perlakuan, dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberinya perlakuan.⁶

Populasi adalah seluruh data yang menjadi perhatian kita dalam suatu ruang lingkup dan waktu yang kita tentukan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh yang jumlah keseluruhannya 111 peserta didik yang terdiri dari empat kelas. Jumlah populasi kelas VII-1 berjumlah 11 siswa, kelas VII-2 berjumlah 9 siswa, kelas VII-3 berjumlah 18 siswa, dan kelas VII-4 berjumlah 23 siswa.

Penelitian ini menggunakan *non probability sampling* yaitu *purposive sampling* Untuk menentukan jumlah sampel dalam penelitian. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu.⁷ Sampel *Purposive* dilakukan dengan megambil orang-orang yang benar-benar terpilih oleh peneliti menurut ciri-ciri spesifik yang dimiliki oleh sampel tersebut.⁸ Jadi, sampel dalam penelitian ini

⁵ Irfan Prabowo, Teknik Pengelolaan Diri (*Self Management*), di *upload* pada tanggal 31 Maret 2012, di akses pada tanggal 18 September 2019 dari situs web: <http://irvanhavefun.blogspot.com/2012/03/teknik-pengelolaan-diri-self-managment.html?m=1>

⁶ S. Margono, *Metodelogi Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2005), hal. 18.

⁷ M. Burhan Bungin, *Metodelogi Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2005), hal. 111.

⁸ Afid Burhannuddin, Ariesta Ridlo dan Ayu Susilo, *Metodelogi Penelitian*, di *upload* pada tanggal 24 september 2013. Diakses pada tanggal 1 September 2019 dari situs: <https://www.google.com/amp/s/afidburhannuddin.wordpress.com/2013/09/24/populasi-dan-sampel-4/amp>.

adalah siswa kelas VII-1, VII-2, VII-3, VII-4 yang berjumlah 7 orang, dimana siswa tersebut terdiri dari 5 laki-laki dan 2 perempuan di SMP Islam Ibnu Khaldun.

Instrumen data yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala yang merupakan alat bantu bagi peneliti untuk mengumpulkan data, skala yang terdiri dari beberapa pertanyaan untuk melihat efektifitas teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan pada peserta didik dengan jawaban berbentuk skala dengan menggunakan skala likert, butir-butir skala yang dibuat dalam bentuk skala likert. Pernyataan ini terdiri dari empat alternatif jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS).

Menguji validitas ini mengukur kegunaan instrument dan isi. Instrument yang digunakan untuk mengukur ketetapan isi instrument tersebut. Untuk memperoleh alat ukur yang valid dalam penelitian ini item-item harus berdasarkan konsep operasional variable, agar dapat diperoleh alat yang memiliki kesesuaian teoritik suatu variable yang hendak diukur. Hasil perhitungan validitas dengan menggunakan rumus *product moment* dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

r_{xy} : Koefisien korelasi antara variable x dan variabel y, dua variable yang dikorelasikan (*product moment*)

N : *Number of Cases*.

$\sum XY$: Jumlah hasil perkalian antara skor X dan skor Y

$\sum X$: Jumlah seluruh skor X

$\sum Y$: Jumlah seluruh skor Y

Uji Reabilitas dapat dilakukan dengan tes *re-test*, parallel, belah dua. Dengan kata lain reabilitas itu merupakan keandalan yang harus dimiliki oleh alat ukur atau SPSS mencapai

0,802 dengan kategori sangat tinggi.⁹ Adapun output SPSS seri 22 uji reliabilitas instrument yang telah di uji oleh peneliti sebagai berikut:

Tabel 3.9 Output Uji Reliabilitas

Cronbach's Alpha	N of Items
0,668	51

Sumber: Output SPSS Versi 22.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan skala dan observasi. Dalam skala ada empat pilihan jawaban, dimana peneliti disini menggunakan skala ordinal, yaitu skala yang memberikan informasi mengenai jumlah relative karakteristik berbeda yang dimiliki oleh suatu objek atau individu tertentu. Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang mempunyai ciri spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain, yaitu wawancara dan kuesioner. Kalau wawancara dan kuesioner selalu berkomunikasi dengan orang, maka observasi tidak terbatas pada orang, tetapi juga objek-objek alam yang lain.¹⁰

Teknik analisis data menggunakan uji normalitas dan uji-T. Pengujian normalitas data menggunakan bantuan *software SPSS versi 22* dengan uji statistik *Kolmogorov-Smirnov*. Hipotesis dari uji normalitas adalah sebagai berikut:

H_0 : Data berdistribusi normal (sig. > 0.05).

H_a : Data tidak berdistribusi normal (sig. < 0.05).¹¹

Skor t hasil penelitian menggunakan program SPSS versi 22 dengan menggunakan teknik analisis *Paired-Samples T-Test*. Uji-t bertujuan mengkaji efektivitas suatu perlakuan (treatment) dalam mengubah suatu perilaku dengan cara membandingkan antara sebelumnya dengan keadaan sesudah perlakuan.¹² Kriteria pengujian yang digunakan adalah sebagai berikut:

Jika sig > 0.05 maka H_a diterima, dilain pihak H_0 ditolak

Jika sig < 0.05 maka H_a ditolak, dilain pihak H_0 diterima

⁹ Chaedar Alwasilah, *Dasar-dasar Melakukan Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: PT Dunia Pustaka Jaya, 2008), hal. 186.

¹⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Penerbit Alfabeta 2008), hal. 145.

¹¹ Setia Prama, Ricky Yordani, dkk, *Dasar-Dasar Statistika Dengan Software R Konsep dan Aplikasi*, (Bogor: Penerbit In Media, 2016), hal.169.

¹² Furqon, *Statistik Terapan Untuk Penelitian*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hal. 198.

D. Hasil Penelitian

1) Tingkat Kedisiplinan Peserta Didik Sebelum Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik *Self Management* Di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh.

Tabel 4.2 Kategori Kedisiplinan Peserta Didik

No	Batas Nilai	Kategori
1	>83	Tinggi
2	66-83	Sedang
3	<66	Rendah

Dari tabel di atas menyatakan bahwa batas nilai >83 berada pada kategori tingkat tinggi kedisiplinan peserta didik, batas nilai antara 66-83 berada pada kategori tingkat sedang kedisiplinan peserta didik, dan batas nilai <66 berada pada kategori tingkat rendah kedisiplinan peserta didik. Secara keseluruhan tingkat kedisiplinan peserta didik di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh dikelompokkan menjadi tiga katagori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah.

Tabel Tingkat Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh

Kategori	F	%
Tinggi	10	16,4
Sedang	44	72,13
Rendah	7	11,47
Jumlah	61	100

Tabel Tingkat Kedisiplinan Peserta didik di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh kelas VII Tahun Ajaran 2019/2020 yang diwakili oleh 61 peserta didik yaitu: sebanyak 7 peserta didik (11,47%) dari jumlah subjek penelitian berada pada kategori rendah artinya peserta didik mencapai tingkat kedisiplinan yang rendah pada sebagian ciri-cirinya. Hasil tabel di atas dapat disimpulkan bahwa peserta didik yang memiliki tingkat kedisiplinan rendah berjumlah 7 orang, peserta didik yang tingkat kedisiplinan sedang berjumlah 44 orang dan peserta didik yang tingkat kedisiplinan tinggi berjumlah 10 orang peserta didik.

Tabel Skor *Pre-Test* sebelum diberikan Layanan Bimbingan dengan menggunakan Teknik *Self Management*

No	Responden	<i>Pre-test</i>
1	SM	64
2	MR	63
3	S	63
4	MZ	60
5	MA	53
6	AF	58
7	MAL	46
	Jumlah	407

Berdasarkan tabel di atas dijelaskan bahwa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* maka dapat dilihat nilai tingkat kedisiplinan peserta didik dari hasil jawaban *pre-test*. Hasil skor jawaban *pre-test* dari 7 orang peserta didik yang belum mendapatkan perlakuan (*treatment*) layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* adalah 86, 85, 87, 89, 84, 80, 83. Peserta didik yang dipilih untuk diberikan perlakuan (*treatment*) layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* adalah peserta didik yang memiliki tingkat kedisipinan rendah.

2) Tingkat Kedisiplinan Peserta Didik Sesudah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik *Self Management* Di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh

Tabel Skor *Post-Test* sesudah diberikan Layanan Bimbingan dengan menggunakan Teknik *Self Management*

No	Responden	<i>Post-test</i>
1	SM	86
2	MR	85
3	S	87
4	MZ	89
5	MA	84
6	AF	80
7	MAL	83
	Jumlah	594

Berdasarkan tabel di atas menjelaskan bahwa setelah diberikan perlakuan (*treatment*) layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Managment* maka dapat dinilai perubahan tingkat kedisiplinan peserta didik dari hasil jawaban *post-test*. Berdasarkan hasil pengamatan, secara umum peserta didik yang menjadi sampel penelitian menunjukkan peningkatan dalam kedisiplinan peserta didik. Perubahan dilihat

dari perilaku dan psikologis peserta didik yang selama diberikannya perlakuan (*treatment*) oleh peneliti yaitu berupa kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Managment*.

3) Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh

a. Uji Normalitas

Hasil yang diperoleh dari analisis uji normalitas tersaji pada tabel 4.6 berikut:

Tabel 4.6 *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*

		Unstandardized Residual
N		7
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	2.58027840
Most Extreme Differences	Absolute	.227
	Positive	.186
	Negative	-.227
Test Statistic		.227
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel diperoleh nilai uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* data kedisiplinan peserta didik adalah 0.200 lebih besar dari ($\text{sig} > 0.05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa bahwa data kecemasan *performa* peserta didik dengan teknik *self managment* berdistribusi normal.

b. Uji Hipotesis Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Managment* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh

Secara rinci perbandingan skor *pre-test* dan *post-test* kedisiplinan peserta didik pada pengukuran awal dan pengukuran akhir disajikan pada tabel berikut:

Tabel Perbandingan Skor *Pre-Test* dan *Post-Test*

No	Responden	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
1	SM	64	86
2	MR	63	85
3	S	63	87
4	MZ	60	89
5	MA	53	84
6	AF	58	80
7	MAL	46	83
	Jumlah	407	594

Tabel menunjukkan hasil perbandingan skor *pre-test* dan *post-test* kedisiplinan peserta didik mengalami peningkatan secara signifikan. Secara rinci perbandingan skor kedisiplinan pada pengukuran awal dan pengukuran akhir disajikan pada tabel berikut:

Tabel Perbandingan Skor *Pre-test* dan *Pos-test* Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh

No	Kategori	Pretest		Posttest	
		F	%	F	%
1	Tinggi	0	0	6	85,72
2	Sedang	0	0	1	14,28
3	Rendah	7	100	0	00.0
	Jumlah	7	100	7	100

Berdasarkan hasil skor tabel menunjukkan hasil dari perbandingan skor *pre-test* dan *post-test* kedisiplinan, dimana sebanyak 7 orang peserta didik yang berkategori rendah pada saat *pre-test* (belum adanya perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Managment* mengalami perubahan peningkatan berkategori tinggi dan sedang setelah diberikannya perlakuan (*treatment*) layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Managment*.

Persentase dari 6 orang peserta didik yang berkategori tinggi sebanyak 85,72%, persentase dari 1 orang peserta didik berkategori sedang sebanyak 14,28%, dan kategori rendah 00.0%. Maka dari hasil skor rata-rata layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* yang diujikan dalam penelitian memiliki daya pengaruh yang sangat baik, yaitu mampu menghasilkan peningkatan yang signifikan pada perubahan skor kedisiplinan peserta didik pada *pre-test* dan *post-test*, dan dapat dilihat pada tabel seperti berikut:

Tabel Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	pretest	58.14	7	6.568	2.483
	posttest	84.86	7	2.911	1.100

Sumber: SPSS Versi 22

Tabel menunjukkan rata-rata *pre-test* sebesar 58, 14, sedangkan rata-rata *post-test* sebesar 84,86. Artinya rata-rata *post-test* lebih tinggi dari rata-rata *pre-test*. Melihat skor *post-test* lebih tinggi dari skor *pre-test* dapat dikatakan terjadi peningkatan pada tingkat kedisiplinan peserta didik setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Managment*.

Tabel Uji t Berpasangan *Pre-test* dan *Pos-test* Kedisiplinan Peserta Didik

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	pretest - posttest	-26.714	5.823	2.201	-32.099	-21.329	12.138	6	.000

Berdasarkan tabel diperoleh nilai t sebesar 12.138 dengan signifikan 0,00 yang berarti $0,00 < 0,05$ jadi H_a diterima dan H_o ditolak. Hal ini membuktikan bahwa hasil uji hipotesis kedisiplinan peserta didik sebelum dan sesudah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* mempunyai skor skala dan klasifikasi yang lebih tinggi. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* terhadap kedisiplinan peserta didik.

E. Pembahasan Penelitian

1. Pembahasan Tingkat Kedisiplinan Peserta Didik Sebelum Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik *Self Managment* Di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh

Secara umum tingkat kedisiplinan sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* dalam penelitian ini sebanyak 7 orang peserta didik dengan kategori rendah artinya peserta didik mencapai tingkat kedisiplinan yang

rendah pada sebagian ciri-cirinya, dimana peserta didik kesulitan dalam mengelola waktu, peserta didik sering terlambat ke sekolah, peserta didik sering tidak membuat PR, peserta didik sering tidur di dalam kelas, peserta didik kurang mampu menunjukkan sikap yang baik terhadap orang yang lebih dewasa, tidak ada waktu luang untuk belajar, dan sering terlambat setiap mengikuti kegiatan di asrama.

2. Pembahasan Tingkat Kedisiplinan Peserta Didik Sesudah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik *Self Managment* Di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh

Peningkatan yang signifikan terjadi setelah pemberian perlakuan (*treatment*) layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment*. Hasil *post-test* menunjukkan terdapat perubahan skor kedisiplinan peserta didik sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik.

Perlakuan (*treatment*) teknik *self managment* dilakukan sebanyak 3 kali dengan topik yang berbeda-beda, adapun tujuan dari pemberian atau pelaksanaan *post-test* ialah untuk membantu peserta didik mengukur tingkat kedisiplinan peserta didik setelah mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* sehingga peserta memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah kedisiplinan yang dihadapinya.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti saat pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment*, bahwa peserta didik menunjukkan perubahan yang baik pada setiap pertemuan. Pada pertemuan terakhir peserta didik sudah mampu mengenal dirinya, apasaja tugas yang seharusnya di perbuat, sudah mampu mengelola target kegiatan di setiap harinya, pada saat pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* semua peserta didik terlihat aktif.

3. Pembahasan Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Managment* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh

Secara umum kedisiplinan peserta didik kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh tahun ajaran 2019/2020 berada pada kategori tinggi. Peserta didik pada kategori tinggi diasumsikan telah mencapai tingkat kedisiplinan yang efektif pada setiap aspek dan macam-macam disiplin, seperti:

1). Disiplin Waktu, yaitu Peserta didik sudah mampu mengelola waktu sesuai pencapaian target di setiap harinya, 2). Disiplin Belajar, yaitu Peserta didik sudah mampu mengatur waktu untuk mengerjakan tugas dan PR tanpa paksaan.

3). Disiplin Tata Krama, yaitu Peserta didik sudah mampu mengkondisikan sikap terhadap orang yang lebih dewasa, terutama kepada guru di sekolah tersebut.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dengan adanya layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* mampu meningkatkan kedisiplinan peserta didik.

4. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Managment* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik

Dalam penelitian ini terdiri dari tiga kali pemberian perlakuan (*treatment*). Untuk mengetahui kedisiplinan peserta didik sebelum diberikan perlakuan (*treatment*) maka peneliti memberikan pengukuran variabel yang berbentuk skala (*pre-test*), setelah itu peneliti mendapatkan jumlah 7 sampel dengan kategori rendah sesuai dengan tingkat kedisiplinan peserta didik yang akan diberikan perlakuan (*treatment*), dan selanjutnya peneliti kembali memberikan skala (*post-test*) untuk mengetahui efektivitas dari perlakuan (*treatment*) yang telah diberikan.

a. *Pre-Test*

Pre-test dilaksanakan pada hari kamis di kelas VII yang dilaksanakan pada tanggal 26 September 2019 yang berjumlah 61 peserta didik. Adapun tujuan dilakukan *pretest* yaitu untuk mengukur tingkat kedisiplinan peserta didik kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh.

Sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment*. Hasil *pre-test* menyatakan ada 7 orang peserta didik yang memiliki kategori rendah yang akan dijadikan sampel dalam penelitian ini yang sesuai dengan macam-macam kedisiplinan. Peserta didik yang berada pada kategori rendah adalah peserta didik yang mengalami kesulitan dalam mengelola waktu.

b. Perlakuan (*Treatment*)

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*, pada kelompok eksperimen sebanyak tiga kali pertemuan pada tanggal 2, 3

dan 4 Oktober 2019. Perlakuan (*treatment*) pertama diberikan topik “Mengenal diri dalam mengelola waktu (*self management*)”, perlakuan (*treatment*) kedua dengan topik “pentingnya membiasakan diri untuk disiplin”, dan pada perlakuan (*treatment*) ketiga juga diberikan satu topik yaitu “disiplin dulu, baru sukses !”.

c. Post Test

Post-test dilaksanakan pada tanggal 05 Oktober 2019 yang berjumlah 7 orang peserta didik. Adapun tujuan dilakukan *post test* yaitu untuk mengukur tingkat kedisiplinan peserta didik kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment*. Hasil *post-test* menyatakan ada 6 orang peserta didik yang mengikuti penelitian ini termasuk kedalam kategori sangat efektif dan 1 peserta didik kategori cukup efektif. Adapun kategori efektivitas teknik *self management* dengan hasil skor disiplin peserta didik sebagai berikut:

Tabel Standar Ukuran Efektivitas Sesuai Acuan Libang Depdagri

No	Nama	Skor Kedisiplinan <i>Pre-Test</i>	Skor Kedisiplinan <i>Post-Test</i>	Kategori Efektivitas
1	SM	64	86	Sangat Efektif
2	MR	63	85	Sangat Efektif
3	S	63	87	Sangat Efektif
4	MZ	60	89	Sangat Efektif
5	MA	53	84	Sangat Efektif
6	AF	58	80	Cukup Efektif
7	MAL	46	83	Sangat Efektif

Sumber: Suyadi Prawirosentono Libang Depdagri

F. Penutup

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti mengenai efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Managment* untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kedisiplinan peserta didik kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Managment* berada pada kategori rendah.
2. Kedisiplinan peserta didik kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh sesudah mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Managment* berada pada kategori tinggi.
3. Berdasarkan hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa ada perbedaan kedisiplinan peserta didik sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Managment*. Dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan antara pemberian bimbingan kelompok terhadap kedisiplinan peserta didik VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh.

DAFTAR PUSTAKA

- Afid Burhannuddin, Ridlo Ariesta, dkk. (2013). *Metodelogi Penelitian*, diakses dari situs: <https://www.google.compress.com/2013/09/24/populasi-dan-sampel-4/amp>.
- Alwasilah, Chaedar. (2008). *Dasar-dasar Melakukan Penelitian Kuantitatif*, Jakarta: PT Dunia Pustaka Jaya.
- Irfan Prabowo. (2012) "Teknik Pengelolaan Diri (*Self Management*)". Di akses dari situs web: <http://irvanhavefun.blogspot.com/2012/03/teknik-pengelolaan-diri-self-managment.html?m=1>
- M. Burhan Bungin. (2005). *Metodelogi Penelitian Kuantitatif*, Jakarta: Prenada Media Group.
- Ritonga Hasnun Jauhari. (2015). *Manajenmen Organisasi, Pengantar Teori dan Praktek*, Medan: Perdana Publishing.
- S. Margono (2005). *Metodelogi Penelitian Pendidikan*, Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sugiyono (2008), *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Tohirin. (2013). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Prama Setia, Ricky Yordani, dkk. (2016), *Dasar-Dasar Statistika Dengan Software R Konsep dan Aplikasi*, Bogor: Penerbit In Media.
- Furqon. (2009). *Statistik Terapan Untuk Penelitian*, Bandung: Alfabeta.