

Implementasi konseling individual dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan kedisiplinan siswa

Irna Delima Nasution^{*)}, Fauziah Nasution
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia
^{*)}Email : irna0303202126@uinsu.ac.id

Abstrak: Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis secara deskriptif mengenai pelaksanaan layanan konseling individu dengan menggunakan teknik self management oleh guru BK untuk meningkatkan kedisiplinan siswa di MAN 2 Model Helvetia. Metode penelitian ini adalah menggunakan metode kualitatif dengan menggunakan pendekatan melalui pendekatan fenomenologis. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah teknik observasi, wawancara secara langsung dan dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa : (1) Terdapat tiga jenis pelanggaran kedisiplinan yang sering dilakukan oleh siswa di sekolah MAN ini yaitu ketidakdisiplinan pada waktu, ketidakdisiplinan pada pembelajaran, dan ketidakdisiplinan terkait pakaian seragam dan kerapian . (2) Ada dua faktor yang dapat menyebabkan ketidakdisiplinan siswa di MAN ini yaitu faktor internal, maksudnya adalah faktor dari dalam diri siswa sehingga menyebabkan siswa ini kesulitan dalam mengelola atau memajemen diri sehingga mendorong siswa untuk melanggar aturan disiplin dan faktor eksternal berupa pengaruh dari lingkungan siswa, baik lingkungan keluarga, karena pada lingkungan keluarga yang terkadang tidak stabil, serta adanya permasalahan dalam keluarga dapat menjadi faktor yang mempengaruhi siswa terhadap kedisiplinan serta dari lingkungan masyarakat, dan lingkungan teman sebaya yang mana perilaku dari teman sebaya ini dapat memengaruhi keputusan siswa dalam bertindak. (3) Guru BK di MAN ini menerapkan layanan konseling individual dengan menggunakan teknik self management untuk memperbaiki kedisiplinan siswa di sekolah, dan hasilnya adalah adanya perubahan terhadap kedisiplinan siswa yang dapat dilihat dari buku catatan poin pelanggaran siswa.

Keywords: Konseling individual, kedisiplinan, *self-management*

Article History: Received on 09/06/2024; Revised on 13/07/2024; Accepted on 21/07/2024; Published Online: 01/08/2024.



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2024 by author.

PENDAHULUAN

Kedisiplinan siswa adalah kemampuan untuk mematuhi aturan dan tata tertib yang ditetapkan oleh sekolah, serta menunjukkan sikap dan perilaku yang sesuai dalam berbagai situasi. Disiplin ini penting karena membantu siswa menjadi individu yang bertanggung jawab, tertib, dan mampu bekerja sama dengan baik, baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah. Disiplin yang merupakan titik masuk bagi pendidikan karakter sekolah karena jika tidak ada rasa hormat terhadap aturan maka tidak ada lingkungan yang baik bagi pengajaran dan pembelajaran. Kedisiplinan, menurut

(Zainuddin, 1991) adalah kemauan untuk patuh pada aturan yang baik bukan semata-mata karena tekanan eksternal, melainkan ketaatan yang disadari melalui kesadaran akan nilai dan pentingnya peraturan tersebut.

Disiplin merupakan aspek yang sangat penting didalam pembinaan siswa, karena siswa harus menyadari bahwa didalam kehidupan bermasyarakat diperlukan kedisiplinan. Dengan adanya kedisiplinan pada diri siswa maka tujuan pendidikan akan tercapai dan juga akan menciptakan lingkungan yang efektif dan aman dalam proses belajar mengajar selama di sekolah (Sujipto dan Basori, 2014). Kedisiplinan siswa dapat dibentuk dan dapat ditingkatkan dengan menggunakan konseling individual. Hal ini didukung dengan penelitian yang telah dilakukan pada beberapa siswa di SMP Negeri 4 Surakarta oleh guru BK dan dapat diperoleh hasil sejalan dengan hasil pernyataan bahwa kedisiplinan dapat dibentuk dan ditingkatkan dengan menggunakan konseling individual (Masruroh, 2012).

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan dengan guru BK di sekolah MAN 2 Model Helvetia dan dengan siswa di sekolah ini, dapat diketahui bahwa permasalahan yang paling banyak di sekolah ini adalah mengenai ketidakdisiplinan terhadap tata tertib dan peraturan sekolah, bapak tersebut mengatakan bahwa ada beberapa permasalahan tentang ketidakdisiplinan yang sering dilakukan oleh siswa, berupa:

Ketidakdisiplinan pada waktu

Guru bk mengatakan bahwa masih terdapat beberapa siswa siswi yang sering datang terlambat ke sekolah, tidak mengikuti upacara, dan lainnya.

Ketidakdisiplinan pada Pembelajaran

Ada beberapa siswa yang gagal menyelesaikan tugas-tugas pembelajaran karena berbagai alasan, seperti, lupa mengerjakan pr di rumah, sering izin pada saat jam pembelajaran di kelas, siswa tidak mengumpulkan tugas tepat waktu, serta berhubungan dengan minat dan bakat siswa.

Ketidakdisiplinan terkait Pakaian Seragam dan Kerapian

Terdapat siswa yang tidak memakai atribut dengan lengkap.

Berdasarkan penjelasan di atas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui lebih lanjut mengenai Implementasi Konseling Individual Dengan Menggunakan Teknik Self Management Oleh Guru BK Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa di MAN. Sehingga dapat memberikan penjelasan deskriptif yang lebih mendalam tentang bagaimana bentuk perilaku ketidakdisiplinan siswa-siswi di MAN 2 Model Helvetia, apa faktor yang menyebabkan ketidakdisiplinan siswa-siswi di MAN dan bagaimana implementasi konseling individual dengan menggunakan teknik self management yang dilakukan oleh guru BK. Hasil dari penelitian ini akan dijadikan sebagai informasi tambahan kepada peserta didik untuk menambah wawasan mengenai kedisiplinan.

Pendidikan pada umumnya selalu berhubungan dengan bimbingan, karena secara umum pendidikan bertujuan agar siswa menjadi kreatif, produktif, dan mandiri. Artinya, pendidikan berupaya untuk mengembangkan potensi individu anak. Bimbingan dan konseling berperan dalam membantu perkembangan aspek intelektual, moral, sosial, kognitif, dan emosional. Kehadiran bimbingan dan konseling merupakan upaya untuk

mendukung perkembangan aspek-aspek tersebut. Dalam suatu layanan pendidikan, bimbingan konseling merupakan salah satu layanan yang sangat diperlukan.

Menurut Frank W. Miller (1968) yang dikutip dalam buku Ajar Dasar-Dasar (Randi, 2024) menyatakan bahwa definisi bimbingan adalah proses membantu individu untuk mencapai pemahaman diri dan pengarahan diri yang diperlukan untuk penyesuaian di sekolah, keluarga, dan masyarakat. Konseling individual menurut (Erman, Amti, 2004) merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien.

Menurut (s, willis, 2021) dalam bukunya cetakan ke sebelas bahwa konseling individual adalah pertemuan antara konselor dan konseli secara pribadi, di mana terjadi komunikasi yang terjalin dengan baik, dan konselor memberikan layanan untuk membantu perkembangan konseli dalam mengantisipasi atau menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Guru BK dapat memberikan motivasi, menjelaskan dampak negatif dari ketidakdisiplinan, dan menempatkan diri sebagai tempat curhat bagi siswa untuk berbagi semua masalah pribadi mereka melalui sesi konseling. (Aji, 2020)

Hal ini juga didukung dengan beberapa hasil penelitian bahwa dengan cara pemberian layanan bimbingan dan konseling individual yang terjadwal maka akan dapat meningkatkan kedisiplinan pada indikator tatakrma salah satunya sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan pada siswa di SMP Raksanagara Cihempelas, dapat diperoleh dengan hasil dengan perubahan berupa siswa meminta izin terlebih dahulu ketika tidak masuk sekolah sesuai dengan arahan yang telah diberikan oleh guru BK. (Nursyifa & Rosita, 2021)

Tujuan dari konseling individu menurut (Prayitno, 2001) adalah Penyelesaian masalah klien. Jika masalah klien digambarkan sebagai hal yang tidak diinginkan, sesuatu yang harus dihilangkan, hambatan, atau sumber kerugian, maka upaya konseling individu akan berfokus untuk mengurangi ketidaksukaan terhadap masalah-masalah ini dengan tujuan untuk mengatasinya dan mengembangkan potensi yang ada. Berbagai permasalahan yang dialami setiap individu adalah hasil dari sikap mereka terhadap pemahaman situasi. Pengalaman dan cara seseorang menafsirkan kejadian yang terjadi dalam diri seseorang akan mempengaruhi tindakan mereka di kemudian hari. (Siregar, 2018).

Selain itu pernyataan mengenai konseling invidual dapat meningkatkan kedisiplinan siswa adalah dari hasil penelitian yang dilakukan di SMA N 1 Sedayu Bantul yang dikutip dari jurnalnya mengatakan bahwa bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam membantu proses belajar-mengajar siswa, terutama dalam membentuk disiplin. Tujuan penelitian ini adalah untuk menentukan tahapan-tahapan dalam menerapkan layanan konseling individu untuk meningkatkan disiplin di antara siswa yang melanggar kedisiplinan di SMA N 1 Sedayu Bantul, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang menghambat layanan konseling individu. (Imaniarni, 2015)

Menurut M. S. Knowles (2003) self management adalah upaya individu untuk melakukan perencanaan, pemusatan perhatian, dan evaluasi terhadap aktivitas yang dilakukan. (Suwanto, 2016). Menurut (The Liang Gie, 1991) merupakan keadaan di mana

setelah seseorang menetapkan tujuan hidupnya, ia harus mengelola dan mengatur dirinya dengan baik untuk mengarahkan dirinya menuju tujuan atau target tersebut, serta melakukan berbagai kegiatan dan tahap untuk mengelola dirinya sendiri. Teknik self management didalam konseling menjadikan seseorang berkemungkinan untuk mengelola, mengontrol, menilai kepribadiannya sehingga dapat memperoleh perbaikan kebiasaan yang diinginkan.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian oleh yang menunjukkan bahwa dengan penggunaan teknik self management dapat berpengaruh dalam meningkatkan kedisiplinan peserta didik kelas X di SMA 3 Bandar Lampung. Dalam jurnal lain yang menggunakan teknik self management juga menyatakan bahwa berdasarkan beberapa hasil penelitian terdahulu, terdapat beberapa metode dalam meningkatkan kedisiplinan siswa, antara lain adalah mengenai pelatihan self management yang pernah dilakukan oleh Ardiany (2013) dalam penelitiannya. (Sugiarto et al., 2021)

Terdapat kekuatan psikologis yang memberi arah pada individu untuk mengambil keputusan dan menentukan pilihannya serta menetapkan cara-cara yang efektif dalam mencapai tujuannya, yang mana self management ini meliputi pemantauan diri (self monitoring), kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (self contracting), dan penguasaan terhadap rangsangan (stimulus control). Salah satu usaha untuk meningkatkan disiplin siswa adalah dengan membudayakan kepatuhan, ketaatan, dan keteraturan sesuai dengan peraturan yang ada. Salah satu teknik untuk menanamkan pemahaman ini adalah melalui layanan konseling yang memanfaatkan teknik self-management. (Umam et al., 2023)

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Konsep pendekatan fenomenologi ini didasarkan pada teori Edmund Husserl (1970), yang menekankan bahwa tindakan seseorang identik dengan motif yang mendorong tindakan tersebut. Untuk memahami tindakan manusia secara individu, perlu melihat motif yang mendasari tindakan tersebut. Fenomenologi menjelaskan tentang fenomena, maknanya bagi individu, dan berusaha memahami arti peristiwa dalam kaitannya dengan orang-orang dalam situasi tertentu dengan melakukan wawancara terhadap beberapa individu. (Ekonomi & Ratulangi, 2022)

Desain penelitian eksperimen yang digunakan adalah dengan menggunakan pendekatan *Single Subject Designs* (SSD) atau penelitian dengan subjek tunggal. Menurut Borg and Gall (1983) *Single Subject Designs* (SSD) adalah penelitian dengan subjek tunggal yang jika subjeknya dua atau lebih. Serta didukung dengan pendapat dari Rosnow dan Roshenthal (dalam Sunanti, 2005) mengatakan bahwa penelitian subjek tunggal ini memfokuskan pada data individu sebagai sampel penelitian.

Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi observasi, wawancara langsung, dan dokumentasi. Penelitian ini menggunakan model analisis data interaktif yang terdiri dari tiga komponen: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Menurut Sugiono, teknik untuk memeriksa validitas data yang dapat digunakan dalam penelitian kualitatif adalah triangulasi. Ini termasuk triangulasi sumber dengan memeriksa kembali data dari sumber lain, seperti dari catatan poin pelanggaran,

triangulasi teknik yang dapat dilakukan melalui observasi dan dokumentasi, dan triangulasi waktu yang dilakukan melalui wawancara pada waktu yang berbeda. Fokus pembahasan dalam penelitian ini adalah bagaimana bentuk perilaku ketidakdisiplinan siswa-siswi di sekolah, apa faktor yang menyebabkan munculnya ketidakdisiplinan siswa-siswi di MAN, dan bagaimana implementasi konseling individual dengan menggunakan teknik *self management* yang dilakukan oleh guru BK.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Self management menurut Cormier (Rahmawati, 2019) Ini adalah proses terapeutik di mana klien mengarahkan perubahan perilaku mereka sendiri dengan beberapa strategi penyembuhan yang digabungkan. Melalui penggunaan teknik pengelolaan diri, itu dapat membantu siswa mencapai perubahan perilaku dan mengembangkan keterampilan *self-management* mereka. (Fatimah, A. N., Sujayati, W., & Yuliani, W., 2019).

Berdasarkan wawancara diketahui bahwa terdapat beberapa bentuk ketidakdisiplinan yang lebih sering dilakukan oleh siswa berupa:

Ketidakdisiplinan pada Waktu

Diantara ketiga bentuk ketidakdisiplinan di sekolah MAN ini, ketidakdisiplinan pada waktu merupakan ketidakdisiplinan yang paling banyak dilakukan oleh siswa.

Peneliti : “Diantara beberapa bentuk ketidakdisiplinan itu, masalah ketidakdisiplinan mana yang paling banyak dilakukan oleh siswa-siswi ini pak?”

Informan : “Diantara ketiga bentuk ketidakdisiplinan di sekolah MAN ini, ketidakdisiplinan pada waktu merupakan ketidakdisiplinan yang paling banyak dilakukan oleh siswa”.

Berdasarkan keterangan dari guru BK siswa paling sering melanggar peraturan berupa sering terlambat, sekolah MAN ini jam masuknya adalah 07.00 WIB dan kegiatan belajar dan mengajar akan dimulai pada jam 07.15 WIB. Bentuk ketidakdisiplinan berikutnya adalah tidak mengikuti upacara atau apel pagi di madrasah karena terlambat serta sebagian ada yang tidak memiliki keterangan.

Berdasarkan keterangan dari guru BK dan juga berdasarkan keterangan dari beberapa siswa, dapat diketahui bahwa siswa paling sering melanggar peraturan berupa sering terlambat karena beberapa faktor misalnya jarak dari rumah ke sekolah atau dapat dikategorikan pada ketidakmampuan siswa untuk membagi waktu, kemudian karena kebiasaan menunda-nunda untuk bersiap ke sekolah sehingga siswa terlambat untuk mengikuti kegiatan di sekolah.

Ketidakdisiplinan pada Pembelajaran

Untuk ketidakdisiplinan pada pembelajaran ini berupa ketidakmampuan siswa untuk mematuhi aturan, atau norma-norma yang ditetapkan dalam lingkungan belajar. Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan guru BK dapat diketahui bahwa penyebab dari ketidakdisiplinan ini bervariasi berupa kurangnya pemahaman terhadap pembelajaran itu sendiri karena beberapa siswa sering terlambat sehingga dia tidak dapat mengikuti beberapa mata pelajaran di jam pertama karena jam pertama dimulai pada jam 07.15 serta adanya masalah pribadi yang dapat mempengaruhi perilaku siswa.

Ketidaksiplinan Terkait Pakaian Seragam dan Kerapian

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan guru BK di sekolah, dapat diketahui salah satu ketidaksiplinan yang dilakukan siswa adalah adanya beberapa siswa yang tidak memakai pakaian seragam tidak sesuai dengan ketentuan madrasah dan tidak memakai atribut madrasah. Untuk siswi tidak memakai dalaman jilbab dan tidak memakai leging sampai mata kaki, sedangkan untuk siswa masih ada sebagian yang memakai celana kuncup dan panjang celananya sudah diatas mata kaki.

Faktor yang Menyebabkan Ketidaksiplinan

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan guru BK di sekolah ini dan di perkuat dengan pernyataan dari siswa, terjadinya ketidaksiplinan ini disebabkan oleh beberapa faktor

Peneliti : “Apa saja faktor yang menyebabkan munculnya ketidaksiplinan siswa-siswi di sekolah ini?”

Informan : “Ada dua faktor yang menyebabkan munculnya ketidaksiplinan siswa-siswa di sekolah ini yang pertama ada faktor internal atau permasalahan dari dalam diri siswa dan yang kedua ada faktor eksternal berupa pengaruh dari lingkungan siswa”

Diantaranya adalah faktor:

Faktor Internal

Atau disebut dengan faktor dari dalam diri siswa, karena siswa yang melanggar disiplin ini kadang-kadang dapat terjadi karena adanya permasalahan dengan dirinya sendiri sehingga menyebabkan siswa ini kesulitan dalam mengelola atau memajemen diri sehingga mendorong siswa untuk melanggar aturan disiplin.

Faktor Eksternal

Berupa pengaruh dari lingkungan siswa, baik lingkungan keluarga, karena pada lingkungan keluarga yang terkadang tidak stabil, serta adanya permasalahan dalam keluarga dapat menjadi faktor yang mempengaruhi siswa terhadap kedisiplinan. Di sekolah ini siswa yang memiliki ekonomi menengah keatas lebih sering melakukan pelanggaran jika dibandingkan dengan siswa yang memiliki ekonomi keluarga yang menengah kebawah. Hal ini dapat terjadi kemungkinan karena pola asuh yang kurang mendukung dari keluarga atau siswa kurang mendapat perhatian dari orang tua.

Pengaruh lainnya adalah dari lingkungan masyarakat, dan lingkungan teman sebaya yang mana perilaku dari teman sebaya ini dapat memengaruhi keputusan siswa dalam bertindak dan juga karena teman sebaya memiliki potensi untuk menjadi model yang mempengaruhi perilaku siswa, yang mana jika siswa ini bergaul dengan teman sebaya yang memiliki norma yang kuat untuk mematuhi aturan berseragam dan menjaga kerapian maka siswa ini akan cenderung mengikuti teman sebayanya dan begitu juga sebaliknya.

Implementasi Konseling Individual dengan Menggunakan Teknik Self Management yang dilakukan oleh guru BK

Implementasi atau penerapan konseling individual yang dilakukan guru BK di sekolah ini salah satunya menggunakan teknik *self management*. (Halimatus Sa'diyah, dkk) dalam

jurnal ilmiah konseling menyatakan bahwa *self management* adalah suatu prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Dalam penerapan teknik *self-management*, keberhasilan konseling terletak di tangan klien, sementara konselor atau guru pembimbing berperan sebagai motivator dan fasilitator yang membantu dalam perancangan program, dan motivator bagi klien.

Penerapan teknik *self management* ini diperkuat dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh (Sugiarto et al., 2021) hasil penelitiannya menunjukkan bahwa dengan penggunaan teknik *self management* dapat berpengaruh dalam meningkatkan kedisiplinan peserta didik kelas X di SMA 3 Bandar Lampung. Dalam jurnal lain yang menggunakan teknik *self management* juga menyatakan bahwa berdasarkan beberapa hasil penelitian terdahulu, terdapat beberapa metode dalam meningkatkan kedisiplinan siswa, antara lain adalah mengenai pelatihan *self management* yang pernah dilakukan oleh Ardiany (2013) dalam penelitiannya

Implementasi konseling individual dengan menggunakan teknik *self management* yang dilakukan guru BK di sekolah untuk memperbaiki kedisiplinan siswa disini pertama adalah dengan melaksanakan konseling individual terlebih dahulu dengan siswa yang memiliki permasalahan dalam kedisiplinan, baik mengenai waktu, pembelajaran, dan dalam kedisiplinan terkait pakaian seragam dan kerapian. Konseling individual disini meliputi tahapan dari tahapan awal (defenisi masalah), kemudian tahapan pertengahan (tahapan kerja) serta tahapan akhir (*action*).

Guru BK juga menerapkan beberapa asas salah satunya adalah asas kerahasiaan yang mana guru BK tidak akan memberitahu kepada siapapun mengenai permasalahan yang dialami siswa sehingga menyebabkan dia tidak disiplin baik itu dari faktor internalnya serta faktor eksternalnya. Selama sesi konseling ini guru BK dan siswa akan bekerjasama untuk mengidentifikasi sumber permasalahan dari siswa ini sehingga dia tidak disiplin dan kemudian guru BK dan siswa ini akan menetapkan tujuan yang jelas untuk diperbaiki terkait permasalahan mengenai kedisiplinan ini.

Guru BK akan membantu siswa untuk merancang rencana tindakan yang terstruktur menggunakan teknik *self management* yang mencakup mengenai cara mengembangkan jadwal harian dan mingguan yang mencakup waktu untuk belajar, istirahat serta mengatur sistem penghargaan dan hukuman untuk memperkuat perilaku positif dan mengurangi perilaku negatif dari siswa ini.

Penggunaan teknik *self management* ini berupa guru BK dalam membantu siswa untuk mengatur jadwal adalah bagaimana supaya siswa ini tidak terlambat datang ke sekolah. Apabila jarak dari rumah siswa ke sekolah lumayan jauh, maka guru BK memberitahukan siswa nya agar berangkat lebih cepat dari rumah sehingga siswa ini dapat mengikuti kegiatan apel pagi dan mengikuti pembelajaran yang akan dimulai pada jam 07.15 WIB dengan cara melihat jarak dari rumah ke sekolah terlebih dahulu dan mengurangi kegiatan di malam hari apabila tidak penting serta agar siswa mempersiapkan pakaian untuk sekolah dimalam hari yang disesuaikan dengan jadwal pakaian setiap harinya. Kemudian selama implementasi ini, guru BK selalu memberikan dukungan terus menerus kepada siswa.

Hasil dari implementasi konseling individual dengan menggunakan teknik *self management* oleh guru BK terhadap upaya memperbaiki kedisiplinan siswa di MAN ini adalah berupa adanya perubahan terhadap siswa yang dapat dilihat berdasarkan buku catatan poin pelanggaran berupa skor pelanggaran siswa yang mana sebelumnya siswa ini mampu memperoleh poin hampir 20 poin sekarang sudah berkurang. Dalam masalah kedisiplinan waktu, siswa yang mengalami permasalahan sebelum diberikan konseling individual menggunakan teknik *self management* ini sering bahkan dalam seminggu bisa empat kali terlambat sehingga ia sering mendapat poin skor pelanggaran dengan jumlah 5 poin setiap kali terlambat.

Apabila siswa ini terus menerus terlambat hingga mencapai 41-80 poin atau dimasukkan kedalam pelanggaran B, maka siswa ini akan diberikan pembinaan oleh guru BK dan pembimbing akademik bahkan akan diberukan surat pernyataan pertama. Sehingga untuk mencegah hal itu terjadi guru BK melakukan konseling terlebih dahulu untuk mengetahui penyebab dari permasalahan siswa ini.

Tetapi setelah diberikannya konseling individu dengan memberikan teknik *self management* ini siswa sudah jarang untuk terlambat sehingga siswa ini dapat mengikuti pembelajaran di jam pertama dan juga siswa ini sudah berpakaian sesuai dengan ketentuan yang diberikan sekolah yang disesuaikan dengan pakaian setiap harinya.

SIMPULAN

Kedisiplinan siswa adalah elemen penting dalam pembentukan karakter yang kokoh dan mendasar, yang sangat penting dalam konteks pendidikan. Disiplin tidak hanya berarti mengikuti peraturan, tetapi juga menunjukkan kesadaran dan tanggung jawab pribadi. Sebagai fondasi pendidikan karakter, disiplin menanamkan nilai-nilai yang memungkinkan siswa tumbuh menjadi individu yang bertanggung jawab, teratur, dan mampu berinteraksi dengan baik baik di dalam maupun di luar lingkungan sekolah. Salah satu metode yang efektif untuk meningkatkan disiplin adalah melalui konseling individual dengan teknik *self management*. Penelitian yang dilakukan di berbagai sekolah, termasuk MAN 2 Model Helvetia, menunjukkan bahwa pendekatan ini membantu siswa mengelola dan mengarahkan perilaku mereka sendiri, sehingga mengatasi masalah ketidaksiplinan. Konseling ini melibatkan proses pemberian motivasi, perancangan rencana tindakan yang terstruktur, serta pengawasan oleh guru Bimbingan dan Konseling (BK) untuk memastikan siswa mencapai perubahan perilaku yang diinginkan.

Hasil wawancara dengan guru BK di MAN 2 Model Helvetia mengungkapkan bahwa masalah ketidaksiplinan di sekolah ini terutama mencakup ketidakpatuhan terhadap waktu, kurangnya disiplin dalam belajar, dan pelanggaran terhadap aturan pakaian seragam. Faktor-faktor yang mempengaruhi ketidaksiplinan ini bervariasi, mulai dari masalah internal pada diri siswa, seperti kesulitan dalam mengatur diri sendiri, hingga pengaruh lingkungan eksternal seperti keluarga dan teman sebaya. Penerapan konseling individual dengan teknik self management melibatkan tahapan seperti identifikasi masalah, penetapan tujuan, dan pengembangan rencana tindakan yang melibatkan siswa secara aktif. Guru BK berperan sebagai fasilitator yang membantu siswa merancang jadwal harian, mengelola waktu, dan menetapkan sistem penghargaan serta hukuman untuk memperkuat perilaku positif. Hasil dari penerapan ini

menunjukkan adanya peningkatan disiplin siswa, yang ditandai dengan berkurangnya jumlah pelanggaran serta meningkatnya kesadaran siswa akan pentingnya mematuhi aturan.

Adapun kesimpulan dari penelitian ini adalah (1) berdasarkan wawancara dengan guru BK ada tiga jenis pelanggaran kedisiplinan yang sering dilakukan oleh siswa di MAN berupa ketidakdisiplinan pada waktu, pada pembelajaran, dan ketidakdisiplinan terkait pakaian seragam dan kerapian. (2) faktor penyebab dari ketidakdisiplinan ini adalah yang pertama karena faktor internal berupa faktor dari dalam diri siswa, dan faktor yang kedua adalah faktor eksternal berupa pengaruh dari lingkungan siswa, baik lingkungan keluarga, masyarakat dan juga dari lingkungan teman sebaya. (3) implementasi konseling individual dengan menggunakan teknik *self management* yang dilakukan oleh guru BK dengan tujuan untuk memperbaiki kedisiplinan siswa menunjukkan adanya pengaruh setelah diberikannya layanan tersebut yang dapat dilihat dari buku catatan pelanggaran siswa.

REFERENSI

- Aji, A. W. (2020). *Implementasi Layanan Konseling Individu Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di SMK Negeri 1 Jenangan Ponorogo*. 1–91. <http://etheses.iainponorogo.ac.id/id/eprint/12488>
- Ekonomi, F., & Ratulangi, U. S. (2022). Latar Belakang Penelitian sangat penting bagi perguruan tinggi , pertama mengembangkan materi pengajaran , kedua mendukung penelitian masyarakat . Ketiga , meningkatkan reputasi kampus melalui hasil dari penelitian yang berpengaruh terhadap masyarakat lua. *Jurnal Pembangunan Ekonomi Dan Keuangan Daerah*, 23(1), 14–32.
- Erman, Amti, P. (2004). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Depdiknas.
- Imaniarni, E. (2015). *Layanan Konseling Individu Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di Sma N 1 Sedayu Bantul*. *Skripsi*.
- Masruroh, D. (2012). Upaya Peningkatan Kedisiplinan Masuk Kegiatan Belajar Mengajar Melalui Layanan Konseling Individu Pada Siswa Kelas VII H SMP Negeri 4 Surakarta Semester Satu Tahun 2011/2012. *Majalah Ilmiah Pembelajaran*, 0(1), 1–11.
- Nursyifa, S. A., & Rosita, T. (2021). Layanan Konseling Individual dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa (Studi kasus pada tiga siswa kelas IX di SMP Raksanagara Cihampelas). *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(1), 25. <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i1.4818>
- Prayitno. (2001). *Panduan kegiatan pengawasan bimbingan dan konseling di sekolah / H. Prayitno*. Rineka Cipta.
- Randi. (2024). *Buku Ajar Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*.
- s, willis, S. (2021). *Konseling individual, Teori dan Praktek*. Alfabeta.
- Siregar, A. (2018). Struktur Kepribadian Menurut Ibn Miskawaih dan Implikasinya pada Layanan Konseling dan Terapi Islami. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 8(1), 1–15. https://drive.google.com/file/d/1uOrhsytVMYKcpBoiuGcN6_pozUHNRTTJ/view?usp=drive_link
- Sugiarto, S., Widiana, R., & Yunika, N. (2021). Efektivitas Pelatihan Manajemen diri

untuk meningkatkan kedisiplinan siswa SMA N1 Sedayu. *PSYCHE: Jurnal Psikologi*, 3(1), 22–37. <https://doi.org/10.36269/psyche.v3i1.298>

Suwanto, I. (2016). Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.26737/jbki.v1i1.96>

The Liang Gie. (1991). *Strategi hidup sukses/ oleh The Liang Gie*. Liberty.

Umam, A. K. U., Muhiimatul Hasanah, & Musbikhin. (2023). Teknik Self-Management pada Layanan Konseling untuk Peningkatan Kedisiplinan Siswa. *AL-MURABBI: Jurnal Studi Kependidikan Dan Keislaman*, 9(2), 57–66. <https://doi.org/10.53627/jam.v9i2.4974>

Zainuddin. (1991). *Seluk beluk pendidikan dari Al-Ghazali / oleh Zainuddin*. Bumi Aksara.