

**UPAYA MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR MELALUI  
KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK SELF  
MANAGEMENT  
DI KELAS X TKRO 7 SMK TAMAN KARYA MADYA TEKNIK  
KEBUMEN**

**Tri Eko Pranoto, Dian Ari Widyastuti, Yeni Muhliawati**  
SMK TAMAN KARYA MADYA TEKNIK KEBUMEN  
Universitas Ahmad Dahlan  
SMP Muhammadiyah 02 Yogyakarta

[ep748559@gmail.com](mailto:ep748559@gmail.com)

**ABSTRAK**

Penelitian tindakan kelas ini dilatarbelakangi oleh rendahnya disiplin belajar peserta didik. Terlihat dari kemampuan peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran masih rendah, kurangnya tanggung jawab peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran di sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik melalui layanan konseling kelompok dengan teknik self management. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Oktober sampai November 2020, bertempat di kelas X TKRO 7 SMK TAMAN KARYA MADYA TEKNIK KEBUMEN. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian tindakan kelas untuk meneliti peningkatan disiplin belajar peserta didik menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik self management. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas X dan sampel yang digunakan yaitu kelas X TKRO 7. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket disiplin belajar. Tahapan dalam penelitian ini meliputi perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas pada kondisi awal dengan siklus I dan II menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan konseling kelompok yang dilakukan peneliti dan observer dianalisis oleh peneliti dan observer, dilihat dari perbandingan antara siklus I dan siklus II, pada siklus I peserta didik yang masuk dalam kategori sangat rendah yaitu 40%, 38%, 41%, 42% dan dalam kategori rendah yaitu 45%, 50%, 55%, 56%. Kemudian pada siklus II meningkat, peserta didik yang masuk dalam kategori sangat rendah maupun kategori rendah dapat menjadi kategori tinggi yaitu 75%, 75%, 80%, 78%, 73%, 80%, 77%, dan 84%. Ini artinya dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan kemampuan disiplin belajar yang tinggi dari tahap awal sampai ke siklus II. Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa disiplin belajar siswa dapat ditingkatkan melalui layanan konseling kelompok dengan teknik self management.

**Kata kunci :** Disiplin Belajar, Konseling Kelompok, Self Management

## PENDAHULUAN

Kedisiplinan sangat penting ditanamkan pada peserta didik, karena dengan adanya penanaman sikap disiplin pada peserta didik yang sedini mungkin, dapat menampakkan tingkah laku yang disiplin pula. Dengan adanya sikap disiplin akan menciptakan suasana belajar yang nyaman dan kondusif, selain itu tentunya proses belajar mengajar yang berlangsung di kelas akan berjalan lancar dan efektif sehingga dapat menciptakan hasil yang optimal. Sebagaimana yang dikemukakan oleh (Nana Sudjana, 2009) dalam bukunya, *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*, salah satu faktor yang memengaruhi prestasi belajar adalah sikap dan kebiasaan belajar. Disiplin belajar siswa antara lain adalah selalu mengikuti pelajaran, memperhatikan penjelasan guru, segera menyelesaikan tugas yang diberikan kepadanya, tidak meninggalkan kelas sebelum waktunya

(Syaiful Bahri Djamarah, 2002) mengungkapkan bahwa “orang - orang yang berhasil dalam belajar dan berkarya disebabkan kedisiplinannya dalam semua tindakan dan perbuatan, (Ali Imron, 2012) juga mengungkapkan bahwasannya “orang yang berhasil pada bidangnya masing-masing umumnya memiliki kedisiplinan yang tinggi, sebaliknya orang yang gagal, umumnya tidak disiplin.

Menurut Menurut (Corey, 2012) konseling kelompok merupakan bantuan yang diberikan untuk membahas fokus khususnya masalah pendidikan, karir, pribadi dan sosial.4 Pelaksanaan layanan konseling kelompok dilaksanakan di luar jam pembelajaran supaya tidak mengganggu proses kegiatan belajar mengajar. Tujuan dari layanan konseling kelompok adalah untuk melatih siswa saling bertukar pendapat, dan melatih kerja sama.

Menurut (Gie, 2000) self management merupakan metode untuk membantu klien menemukan tingkah laku yang baru dalam hidupnya sehari-hari. self management memfasilitasi proses belajar bagi klien untuk merubah dirinya dalam kehidupan sehari-hari. Dengan manajemen diri, klien bisa mengatur hidupnya, siswa yang belum mempunyai disiplin belajar yang tinggi di sekolah maka akan membentuk sikap disiplin yang tinggi dengan self managment.

## METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian tindakan (*action research*). Menurut (Suharsimi Arikunto, 2010), penelitian tindakan merupakan penelitian yang dilakukan oleh seseorang tanpa pengubah sistem pelaksanaannya. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian tindakan kelas. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah 8 siswa kelas X TKRO 7 SMK TAMAN KARYA MADYA TEKNIK KEBUMEN

Rancangan penelitian ini sebagai berikut:

1. Perencanaan (akan dilakukan 4 kali layanan konseling kelompok)

Sebelum melakukan rencana tindakan, terlebih dahulu peneliti melakukan beberapa langkah perencanaan yang akan mendukung pelaksanaan tindakan agar dapat berjalan lancar dan sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Peneliti sebagai guru Bimbingan dan Konseling mengidentifikasi disiplin belajar peserta didik di SMK TAMAN KARYA MADYA TEKNIK KEBUMEN. Perencanaan tindakan yang akan dilakukan yaitu dengan 4 kali layanan konseling kelompok yang dimana pemberian

layanan konseling kelompok pertama dan ke 2 pada siklus 1, dan pemberian layanan konseling kelompok ke 3 dan ke 4 pada siklus 2.

## 2. Siklus penelitian

### a. Perencanaan

Sebelum melaksanakan perlu membuat rencana:

- 1) Membuat RPL layanan konseling kelompok Materi disiplin belajar di SMK
- 2) Membuat pedoman observasi guru dan peserta didik untuk melihat aktivitas selama pelaksanaan layanan konseling kelompok
- 3) Menyiapkan alat-alat untuk pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik self management
- 4) Membuat angket untuk mengukur tingkat disiplin belajar peserta didik.

### b. Tindakan

Tindakan pertama dan ke 2 dilakukan dengan memberikan layanan konseling kelompok dengan teknik self management dengan topik disiplin belajar di smk. Dalam tindakan pertama peserta didik menceritakan permasalahan yang menyebabkan disiplin belajar rendah

Tindakan ke3 dan 4 dilaksanakan setelah melakukan refleksi pada siklus 1. Layanan konseling kelompok ke 3 diberikan dengan perbaikan-perbaikan hasil refleksi pada siklus1 dengan harapan tujuan yang diharapkan dalam penelitian tindakan kelas bisa berhasil

## 3. Observasi

Pengamatan dalam proses kegiatan layanan konseling kelompok dilakukan untuk melihat tingkat keberhasilan layanan konseling kelompok teknik self management, serta sebagai bahan pertimbangan dalam refleksi.

Kegiatan observasi ini mempunyai dua tujuan yaitu

- 1) untuk mengetahui kesesuaian tindakan dengan rencana tindakan,
- 2) melihat seberapa besar keberhasilan metode yang dilakukan untuk meningkatkan disiplin belajar siswa.

## 4. Refleksi

Kegiatan refleksi dilakukan di akhir tindakan dengan memberikan instrument evaluasi. Refleksi dilakukan untuk mengetahui sejauh mana tindakan memberikan hasil dan apa saja hambatan yang ditemui. Apabila pada siklus pertama siswa sudah mengalami peningkatan sesuai dengan tujuan yang diharapkan, maka penelitian dihentikan. Namun apabila siklus pertama belum sesuai dengan tujuan yang diharapkan, maka diteruskan dengan siklus kedua

Teknik pengumpulan data merupakan alat bantu yang mempermudah peneliti untuk mengumpulkan data-data agar kegiatannya lebih sistematis. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrument angket disiplin belajar.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif terhadap data kuantitatif atau biasa disebut dengan data deskriptif kuantitatif. Analisis deskriptif kuantitatif yang digunakan yaitu menggunakan teknik mean, standar deviasi, dan grafik-grafik penyajian data yang mendukung hasil penelitian.

Adapun analisis data secara deskriptif kuantitatif dalam penelitian ini adalah memaknai data kuantitatif secara verbal yaitu dengan membandingkan hasil nilai disiplin belajar siswa yang diperoleh subjek pada setiap siklusnya, serta menjelaskan kondisi-kondisi lain yang terjadi selama proses layanan konseling kelompok. Dengan demikian dapat diketahui adanya peningkatan disiplin belajar siswa dalam mengikuti layanan konseling kelompok di Kelas X TKRO 7 SMK TAMAN KARYA MADYA TEKNIK KEBUMEN

## HASIL

Berdasarkan data hasil pengamatan disiplin belajar peserta didik masih rendah, hal ini terlihat pada hasil evaluasi menunjukkan masih sangat rendah. Di bawah ini di sajikan secara lengkap kondisi disiplin belajar pada keadaan awal.

**Tabel 1. Data Kondisi Disiplin Siswa**

Peserta didik Ke	Kelas	%	Kategori
1	X TKRO 7	40	Sangat rendah
2	X TKRO 7	38	Sangat rendah
3	X TKRO 7	41	Sangat rendah
4	X TKRO 7	45	Rendah
5	X TKRO 7	42	Rendah
6	X TKRO 7	50	Rendah
7	X TKRO 7	56	Rendah
8	X TKRO 7	55	Rendah

Dari tabel di atas dapat dilihat banyaknya peserta didik yang memiliki kemampuan disiplin belajar yang sangat rendah sebanyak 3 peserta didik atau dan peserta didik yang memiliki kemampuan disiplin belajar yang rendah sebanyak 5 peserta didik

**Tabel 2.**  
**Perubahan Prosentase Disiplin Belajar Siswa Setelah Tindakan I dan II Pada siklus I**

Peserta didik Ke	Kelas	%	Kategori
1	X TKRO 7	55	Rendah
2	X TKRO 7	50	Rendah
3	X TKRO 7	52	Rendah
4	X TKRO 7	50	Rendah
5	X TKRO 7	65	Sedang
6	X TKRO 7	64	Sedang
7	X TKRO 7	62	Sedang
8	X TKRO 7	65	Sedang

Dari hasil layanan konseling kelompok dengan teknik self management pada siklus I di atas dapat dilihat banyaknya peserta didik yang memiliki kemampuan disiplin belajar kategori rendah sebanyak 4 siswa dengan prosentase 55%, 50%, 52%, dan 50%, sedangkan peserta didik yang memiliki kemampuan disiplin belajar dengan kategori sedang sebanyak 4 siswa dengan prosentase 65%, 64%, 62%, 65%. Dari siklus I tersebut dapat dilihat kemampuan disiplin belajar peserta didik lebih meningkat dari kondisi awal. Untuk itulah peneliti memberikan layanan konseling kelompok menggunakan teknik self management walaupun hasilnya belum memuaskan yaitu belum sesuai target sebesar lebih dari 75%. Berikut tabel perbandingan kemampuan disiplin belajar peserta didik pada kondisi awal dengan siklus I.

**Tabel 3.**  
**Perubahan prosentase disiplin belajar siswa Sebelum tindakan dan Setelah Tindakan I dan II Pada siklus I**

Peserta didik Ke	Prosentase Sebelum Tindakan	Prosentase Setelah Tindakan Siklus I
1	40%	55%
2	38%	50%
3	41%	52%
4	45%	50%
5	42%	65%
6	50%	64%
7	56%	62%
8	55%	65%
Rata-rata	46%	59%

Dari Tabel di atas dapat disimpulkan bahwa telah terjadi peningkatan kemampuan disiplin belajar peserta didik melalui layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*. Dengan mengetahui kekurangan pada tindakan sebelumnya yaitu pada siklus I yaitu masih belum mencapai target keberhasilan sebesar lebih dari 75%, maka dapat direncanakan pembaharuan tindakan. Untuk itulah peneliti melanjutkan penelitian kembali pada siklus II untuk mendapatkan hasil penelitian yang lebih memuaskan yaitu pencapaian target keberhasilan lebih dari 75%.

Dari hasil siklus II dapat diketahui bahwa 8 peserta didik memiliki kemampuan disiplin belajar dengan kategori tinggi yaitu 76%, 76%, 80%, 78%, 77%, 80%, 77%, 84%. Adapun hasil prosentase seluruh responden dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4. Perubahan Prosentase Disiplin Belajar Siswa Setelah Tindakan I dan II Pada siklus II**

Peserta didik Ke	Kelas	%	Kategori
1	X TKRO 7	76	Tinggi
2	X TKRO 7	76	Tinggi
3	X TKRO 7	80	Tinggi
4	X TKRO 7	78	Tinggi
5	X TKRO 7	77	Tinggi
6	X TKRO 7	80	Tinggi
7	X TKRO 7	77	Tinggi
8	X TKRO 7	84	Tinggi

Dari Tabel di atas dapat disimpulkan bahwa telah terjadi peningkatan kemampuan disiplin belajar peserta didik melalui layanan konseling kelompok dengan teknik self management. Berikut tabel perbandingan kemampuan disiplin belajar peserta didik pada kondisi awal dengan siklus I.

**Tabel 5. Perubahan Prosentase Disiplin Belajar Siswa Sebelum tindakan, Setelah Tindakan I dan II Pada siklus I dan II**

Peserta didik Ke	Prosentase Sebelum Tindakan	Prosentase Setelah Tindakan Pada Siklus I	Prosentase Setelah Tindakan Pada Siklus II
1	40%	55%	76%
2	38%	50%	76%
3	41%	52%	80%
4	45%	50%	78%
5	42%	65%	77%
6	50%	64%	80%
7	56%	62%	77%
8	55%	65%	84%
Rata-rata	46%	59%	78%

Dari siklus II tersebut dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan kemampuan disiplin belajar peserta didik dengan hasil yang sangat memuaskan yaitu lebih dari 75%. Hasil pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik yang dilakukan peneliti dan observer serta dianalisis oleh peneliti dan observer, dilihat dari tabel di atas dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan kemampuan disiplin belajar peserta didik yang tinggi dari tahap awal sampai ke siklus II dan hasilnya memuaskan, sehingga peneliti menganggap tidak diperlukan lagi penelitian lebih lanjut. Data yang diperoleh dari hasil pengamatan pada kondisi awal sampai siklus II dapat dilihat sebagai berikut:

Berdasarkan observasi dari observer dan guru pembimbing terdapat peningkatan kemampuan disiplin belajar dari kondisi awal sampai pada siklus II. Dari kondisi awal yang menunjukkan bahwa kurangnya tanggung jawab dalam mengikuti proses pembelajaran.. Pada siklus I sudah menunjukkan adanya tanggung jawab dalam proses

pembelajaran, suasana kelas lebih kondusif, dan mulai adanya konsentrasi dalam melaksanakan teknik *self management* yang diselenggarakan, kemudian pada siklus II peserta didik sudah mulai terbiasa dengan hidup disiplin belajar ketika proses pembelajaran sedang berlangsung. Berdasarkan observasi dari observer dan guru pembimbing terdapat peningkatan dari kondisi awal sampai pada siklus II. Peserta didik tidak lagi tidur di kelas, tidak terlambat tiba di sekolah, penyelesaian tugas tepat waktu, tidak berbicara sendiri pada saat pembelajaran berlangsung.

Berdasarkan perbandingan kondisi awal dengan siklus I dan II menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan konseling kelompok yang dilakukan peneliti dan observer dianalisis oleh peneliti dan observer, dilihat dari perbandingan antara siklus I dan siklus II, pada siklus I 8 peserta didik yang memiliki kemampuan disiplin belajar mencapai rata – rata sebesar 59 % Kemudian pada siklus II meningkat, 8 peserta didik memiliki kemampuan disiplin belajar mencapai rata – rata prosentase sebesar 78 %, ini artinya dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan kemampuan disiplin belajar yang tinggi dari tahap awal sampai ke siklus II hasilnya memuaskan yaitu mencapai keberhasilan indikator lebih dari 75%. Berdasarkan data di atas membuktikan bahwa pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik self management dapat meningkatkan disiplin belajar siswa.

Implementasi bimbingan kelompok dapat mengembangkan kompetensi profesional, pedagogik, sosial, dan kepribadian konselor sekolah (Supriyanto and Wahyudi, 2018). Media bimbingan menjadi alternatif untuk menunjang keaktifan siswa selama layanan bimbingan kelompok (Alhadi, Supriyanto, and Dina, 2016). Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang komprehensif memerlukan kolaborasi untuk pengembangan kompetensi konselor sekolah (Supriyanto and Sutoyo, 2015). Hasil penelitian ini membuktikan bahwa penelitian yang dilaksanakan konselor sekolah untuk pengembangan kompetensi profesional konselor sekolah (Supriyanto, Hartini, Syamsudin, & Sutoyo, 2015).

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa disiplin belajar siswa kelas X TKRO 7 SMK TAMAN KARYA MADYA TEKNIK KEBUMEN dapat ditingkatkan melalui layanan konseling kelompok dengan teknik self management.

Peningkatan tersebut dapat dilihat dari adanya peningkatan kemampuan disiplin belajar siswa pada setiap siklus yang berbanding lurus dengan upaya perbaikan proses layanan konseling kelompok dengan teknik self management pada setiap siklus.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alhadi, S., Supriyanto, A., & Dina, D. A. M. (2016). Media in guidance and counseling services: a tool and innovation for school counselor. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 1(1), 6-11.
- Ali Imron. (2012). Manajemen Peserta Didik Berbasis Sekolah. Jakarta: Bumi Aksara
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Corey, Gerald. (2012). *Theory and Practise of Group Counseling Eighth Edition*. Canada. Brooks / Cole Cengage Learning
- Gie, The Liang. (2000). *Cara Belajar yang Baik bagi Mahasiswa edisi kedua*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- Nana Sudjana. (2009) *Dasar – dasar Proses Belajar dan Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.

- Supriyanto, A., Hartini, S., Syamsudin, S., & Sutoyo, A. (2019). Indicators of professional competencies in research of Guidance and Counseling Teachers. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 53-64.
- Supriyanto, A., & Wahyudi, A. (2018). Group Guidance Services Based on Folklore for Students Junior High School. *International Journal of Indonesian Education and Teaching (IJIET)*, 2(1), 37-46.
- Sutoyo, A., & Supriyanto, A. (2015). Development Personality/Social Competency of Secondary High School Students trough A Comprehensive Guidance and Counseling Program. *Jurnal Fokus Konseling*, 1(2).
- Syaiful Bahiri Djamarah. (2002). *Rahasia Sukses Belajar*. Jakarta: Rineha Cipta.