SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI "STUDI LITERATUR KARAKTER MIO DALAM SERIALK-ON!"

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
dalam Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Oleh :

M.ADITYA NUGROHO
NIM. 3520059

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN

2025

SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI "STUDI LITERATUR KARAKTER MIO DALAM SERIAL K-ON !"

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
dalam Bimbingan dan Penyuluhan Islam

COVER

Oleh :

M.ADITYA NUGROHO
NIM. 3520059

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2025

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : M.Aditya Nugroho

NIM : 3520059

Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi dengan judul **"SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI STUDI LITERATUR KARAKTER "MIO" DALAM SERIAL "K-ON !"**

" adalah benar hasil karya penulis berdasarkan hasil penelitian. Semua sumber yang digunakan dalam penelitian ini telah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Apabila di kemudian hari pernyataan ini terbukti tidak benar, maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Pekalongan, 27 Februari 2025

Yang Menyatakan,

M.Aditya Nugroho

NIM. 3520059

NOTA PEMBIMBING

Ryan Marina, M.Pd
Perum Asik Residence Desa Wangandowo Kec. Bojong Kab. Pekalongan

Lamp : 4 (Empat) eksemplar
Hal : Naskah Skripsi Saudara M.Aditya Nugroho

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
c.q Ketua Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam
di PEKALONGAN
Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah diadakan penelitian dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara:

Nama : M.ADITYA NUGROHO
NIM : 3520059
Judul : **TEKNIK SELF MANAGEMENT DALAM SERIAL K-ON UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI DAN RELEVANSINYA TERRHADAP KONSELING ISLAM**

Dengan ini saya mohon agar skripsi saudara tersebut dapat segera dimunaqasyahkan.

Demikian nota pembimbing ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya, saya sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 28 Februari 2025
Pembimbing,

Ryan Marina M.Pd
NIP. 197204042001121001

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
Jl. Pahlawan KM 5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan Kode Pos 51161
Website: fuad.uingusdur.ac.id| Email : fuad@uingusdur.ac.id

PENGESAHAN

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan skripsi saudara:

Nama : **M. ADITYA NUGROHO**

NIM : **3520059**

Judul : **SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI "STUDI LITERATUR KARAKTER MIO DALAM SERIAL K-ON !"**

yang telah diujikan pada Hari Rabu, 12 Maret 2025 dan dinyatakan **LULUS** serta diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Bimbingan Penyuluhan Islam.

Dewan Penguji,

Penguji 1	Penguji II
Cintami Farmawati, M.Psi.	**Nurul Maisyal, M.H.I**
NIP. 198608152019032009	**NIP. 199105042020122012**

Pekalongan, 13 Maret 2025
Disahkan Oleh
Dekan Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah,

Prof. Dr. H. Sam'ani, M.Ag.
NIP. 197305051999031002

PEDOMAN TRANSLITERASI

Pedoman transliterasi yang digunakan adalah sistem transliterasi Arab latin berdasarkan SKB Menteri Agama dan Menteri P&K RI No. 158/1987 dan No. 0543 b/U/1987 tertanggal 22 Januari 1988. Transliterasi tersebut digunakan untuk menulis kata-kata Arab yang dipandang belum diserap ke dalam bahasa Indonesia. Kata-kata Arab yang sudah diserap ke dalam bahasa Indonesia sebagaimana terlihat dalam kamus linguistik atau Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Secara garis besar pedoman transliterasi itu adalah sebagai berikut

A. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	-	tidak dilambangkan
ب	Bā	B	-
ت	Tā	T	-
ث	Śā	S	s (dengan titik diatasnya)
ج	Jīm	J	-
ح	Hā	H	h (dengan titik di bawahnya)
خ	Khā	Kh	-
د	Dal	D	-
ذ	Żal	Z	z (dengan titik di atasnya)
ر	Rā	R	-
ز	Zai	Z	-
س	Sīn	S	-
ش	Syīn	Sy	-
ص	Ṣād	Ṣ	s (dengan titik di bawahnya)
ض	Dād	D	d (dengan titik di bawahnya)
ط	Ṭā	T	t (dengan titik di bawahnya)
ظ	Zā	Z	z (dengan titik di bawahnya)
ع	‘ Ain	‘	koma terbalik (di atas)
غ	Gain	G	-
ف	Fā	F	-
ق	Qāf	Q	-
ك	Kāf	K	-
ل	Lām	L	-
م	Mīm	M	-
ن	Nūn	N	-
و	Wāwu	W	-
ه	Hā	H	-
ء	Hamzah	’	apostrof, tetapi lambang ini tidak dipergunakan di awal kata
ي	Yā	Y	-

B. Konsonan Rangkap

Konsonan rangkap, termasuk tanda *syaddah*, ditulis rangkap.

Contoh: أحمدية ditulis *Ahmadiyyah*

C. Tā Marbutah di akhir kata

1. Bila dimatikan ditulis h, kecuali untuk kata-kata Arab yang sudah terserap menjadi bahasa Indonesia, seperti salat, zakat, dan sebagainya.
   Contoh: جماعة ditulis jamā'ah
2. Bila dihidupkan ditulis t Contoh: كرامة الأولياء ditulis *karāmatul-auliyā'*

D. Vokal Pendek

Fathah ditulis a, kasrah ditulis i, dan dammah ditulis u

E. Vokal Panjang

A panjang ditulis ā, i panjang ditulis ī, dan u panjang ditulis ū, masing-masing dengan tanda hubung (-) di atasnya.

F. Vokal Rangkap

Fathah + yā tanpa dua titik yang dimatikan ditulis ai

Fathah + wāwu mati ditulis au

G. Vokal-vokal pendek yang berurutan dalam satu kata dipisahkan dengan apostrof (')

Contoh: أأنتم ditulis a'antum مؤنث ditulis mu'annaś

H. Kata Sandang Alif + Lam

1. Bila diikuti huruf qamariyah ditulis *al-* Contoh: القرآن ditulis *Al-Qura'ān*
2. Bila diikuti huruf syamsiyyah, huruf 1 diganti dengan huruf syamsiyyah yang mengikutinya. Contoh: الشيعة ditulis *asy-Syī'ah*

I. Huruf Besar

Penulisan huruf besar disesuaikan dengan EYD

J. Kata dalam rangkaian frasa atau kalimat

1. Ditulis kata per kata, atau
2. Ditulis menurut bunyi atau pengucapannya dalam rangkaian tersebut. Contoh: شيخ الإسلام ditulis *Syaikh al-Islām* atau *Syakhul-Islām*

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur dan penghargaan, persembahkan skripsi ini untuk:

1. Untuk diri sendiri, yang tak pernah berhenti berjuang, yang terus mencari jalan meski rintangan datang bertubi-tubi, terima kasih telah mempertahankan semangat dan kegigihan.
2. Untuk keluarga tercinta, yang selalu memberikan dukungan tanpa syarat, doa tanpa henti, dan cinta yang tak terbatas. Kalian adalah tiang yang kokoh dalam setiap langkahku.
3. Untuk teman-teman seangkatan, yang bersama-sama mengarungi samudra ilmu pengetahuan, berbagi tawa dan tangis, saling menguatkan dalam setiap tantangan. Bersama-sama, kita telah melewati berbagai rintangan dan suka cita dalam perjalanan ini.
4. Untuk sahabat-sahabatku yang juga masih berjuang bersama dan saling mendukung, kalo tidak ada kalian semua pasti skripsi ini mungkin belum jadi
5. Untuk SM yang selalu berusaha membantu saya dari kuliah pertama sampai skripsi ini jadi dan selalu menjadi support system yang baik.
6. Semua pihak yang telah mendukung dan membantu terselesainya skripsi. Tanpa kalian semua, pencapaian ini tidak akan pernah terwujud. Semua doa, dukungan, dan bantuan kalian telah menjadi energi dan motivasi bagi saya.

Semoga persembahan ini menjadi wujud kecil penghargaan saya kepada setiap individu yang telah berperan dalam perjalanan ini.

MOTTO

Hidup adalah kebebasan dalam menjalaninya,karena banyak orang yang hidup tetapi mati

Dedikasi tinggi akan membuat mimpi menjadi kenyataan

~Kobe Bryant

ABSTRAK

Nugroho Aditya M. 2025. SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI "STUDI LITERATUR KARAKTER MIO DALAM SERIAL K-ON !!" . Skripsi Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah. Universitas Islam Negeri (UIN) K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan. Ryan Marina, M.Pd

Kata Kunci: kepercayaan diri, *Self Management*, Mio Akiyama, *K-On!*

Kepercayaan diri memungkinkan seseorang untuk menghadapi tantangan hidup tanpa rasa ragu dan minder. Serial anime *K-On!* menjadi objek penelitian karena menampilkan berbagai peristiwa yang mencerminkan pentingnya kepercayaan diri dalam kehidupan remaja. Dalam anime ini, *Self Management* digunakan sebagai cara untuk meningkatkan kepercayaan diri karakter dalam menghadapi berbagai tantangan, termasuk konser perdana mereka.

Penelitian ini berfokus pada salah satu karakter yang bernama Mio dengan masalah kepercayaan dirinya dan menggunakan self menagement dalam menanganinya, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kondisi kepercayaan diri Mio dan mengetahui self management apa yang dilakukan untuk menyelesaikan masalahnya, manfaat dari penelitaian ini adalah untuk memperbanyak pengetahuan tentang self management guna menyelesaikan masalah kepercayaan diri. .

Metode penelitian yang digunakan yaitu kualitatif dengan jenis penelitian *library research* karena yang dikaji adalah sebuah dokumen mengenai analisis isi atau content film. Dari analisis temuan data yang ada didalam serial ini ditemukan praktek *self Management* dalam hal diri karakter dan karakter tersebut menggunakanya untuk meningkatkan kepercayaan dirinya.

Dari semua bahasan bisa disimpulkan bahwa *Self management* dalam serial *K-ON*. terbukti dari adanya perkembangan karakter dari tokoh Mio terkait dengan kepercayaan dirinya yang meningkat yang sebelumnya itu pesimis menjadi sangat optimis dalam menghadapi segala permasalahan. Self management yang di lakukan oleh Mio meliputi self motivation,self organization ,self control , dan self development. Tahapan-tahapan yang dilakujkan yaitu pemantauan diri, evaluasi diri, dan pemberian penguatan Adapun faktor-faktor yang mendukunya seperti, kesehatan, keterampilan, aktivitas, identitas diri.

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT, Tuhan semesta alam, yang atas limpahan rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul " SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI “STUDI LITERATUR KARAKTER MIO DALAM SERIAL K-ON !!” . Sholawat serta salam semoga tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, yang telah menjadi suri tauladan bagi umat manusia dalam segala aspek kehidupan.

Skripsi ini penulis susun dalam rangka memenuhi syarat studi S1 pada Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri (UIN) K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan serta untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.sos). Skripsi ini secara umum mengulas teknik self managemen yang terdapat dalam serial K-on untuk meningkatkan kepercayaan diri dan adakah relevansi nya terhadap konseling islam.

Penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, dorongan, dan dukungan dari berbagai pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati, penulis mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. H. Zaenal Mustakim, M.Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan.
2. Prof. Dr. H. Sam'ani, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan.

3. Dr. Maskhur, M.Ag selaku Ketua Prodi Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
4. Nadhifatuz Zulfa, M.Pd selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
5. Ryan Marina ,M.Pd selaku Dosen Pembimbing skripsi.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah yang sudah menorehkan ilmu kepada penulis.
7. Seluruh Staf Fakultas Ushuluddin Adab & Dakwah yang sudah memberikan akses untuk melaksanakan penelitian.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca yang ingin lebih memahami Self Managemen Dalam Serial K-on untuk meningkatkan kepercayaan diri

Pekalongan, 28 Februari 2025

Penulis

M.Aditya Nugroho

COVER i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI ii
NOTA PEMBIMBING iii
PENGESAHAN iv
PEDOMAN TRANSLITERASI v
PERSEMBAHAN vii
MOTTO viii
ABSTRAK ix
KATA PENGANTAR x

BAB I Pendahuluan 1
A.Latar Belakang Masalah 1
B.Rumusan Masalah 7
C.Tujuan Penelitian 7
D.Manfaat Penelitian 8
E.Tinjauan Pustaka 9
F.Kerangka Berpikir 20
G.Metode penelitian 21
H.Sistem Penulisan 25

BAB II Self Manaement Dalam Meningkatkan Kepercayaan diri 27
A.Self Management 27
1.Pengertian Self Management 27
2.Adapun aspek-aspek dalam Self Management meliputi: 29
3.Faktor-faktor yang mempanguri Self Management antatra lain: 30
4.Tahapan-tahapan Self Management sebagai berikut: 31
B.Kepercayaan Diri 32
1.Keyakinan dan Kemampuan Diri 33
2.Optimis 33
3.Obyektif 34
4.Bertanggung Jawab 34
5.Rasional dan Realistis 34

BAB III Gambaran Umum Animasi K-ON! 36
A.Gambaran umum Animasi K-ON! 36
1.Profil Animasi K-ON! 36
2.Tokoh dan karakter 39
3.Sinopsis K-ON! Eps 5 "Guru Pembimbing" 46
4.Sinopsin K-ON! Eps 6 (Festival) 48
B.Kondisi Kepercayaan Diri Karakter Mio Akiyama Dalam Serial K-ON! 49
C.Tahapan-Tahapan Self Management dari Mio untuk meningkatkan Kepercayaan diri 52
1.Tahapan-Tahapan Self Management 52

BAB IV Analisis kondisi kepercayaan diri Mio dan Tahapan self Management 60
A.Kondisi kepercayaan diri karakter Mio dalam serial K-ON! 60
1.Keyakinan dan kemampuan diri 60
2.Optimis 60
3.Objektif 60
4.Bertanggung jawab 61
5.Rasional dan realistis 61
B.Analisis Tahapan Self Management karakter Mio dalam serial K-ON! untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri 62
1.Tahapan penentuan tujuan 62
2.Tahapan penguatan 62
3.Tahapan evaluasi 62
4.Tahapan pemantauan diri 63

BAB V Penutup 67
A.Kesimpulan 67
B.Saran 68

DAFTAR PUSTAKA 69
Lampiran 70

BAB I

Pendahuluan

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan salah satu masa yang dilewati dalam setiap perkembangan individu. Santrock menyatakan bahwa pada masa remaja terjadi proses peralihan perkembangan yang melibatkan perubahan-perubahan dalam diri individu, seperti perubahan fisik, biologis, sosio-emosional, dan kognitif. Selanjutnya Santrock membedakan masa remaja menjadi periode awal dan periode akhir. Masa remaja awal (*early adolescene*) kurang lebih berlangsung di masa sekolah menengah pertama sampai sekolah menengah akhir dan perubahan pubertas terbesar terjadi pada masa ini. Masa remaja akhir (*late adolescene*) kurang lebih terjadi pada pertengahan dasawarsa yang kedua dari kehidupan. Di masa remaja akhir minat karir, pacaran, dan eksplorasi identitas sering kali lebih menonjol dibandingkan di masa remaja awal.Selain itu Santrock. juga menjelaskan masa remaja dimulai sekitar usia 10 hingga 13 tahun dan berakhir pada sekitar usia 18 hingga 22 tahun. Individu yang tergolong remaja akhir cenderung berada dalam keadaan labil dan emosional karena mengalami banyak perubahan-perubahan yang berlangsung cepat. Sedangkan menurut Hurlock masa perkembangan remaja adalah periode dalam perkembangan individu yang merupakan masa mencapai

kematangan mental, emosional, sosial, fisik dan pola peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa.[1]

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang penting dalam masa perkembangan remaja.[2] Spencer mengemukakan bahwa self confidence atau kepercayaan diri merupakan model umum yang dimiliki para unggulan (*superior performers*). Sedangkan

Surya menyatakan bahwa percaya diri ini menjadi bagian penting dari perkembangan kepribadian seseorang, sebagai penentu atau penggerak bagaimana seseorang bersikap dan bertingkah laku.

Percaya diri berasal dari bahasa Inggris yakni *self confidence* yang artinya percaya pada kemampuan, kekuatan dan penilaian diri sendiri. Jadi dapat dikatakan bahwa penilaian tentang diri sendiri adalah berupa penilaian yang positif. Individu akan termotivasi dan lebih mau menghargai dirinya jika individu tersebut memiliki penilaian positif terhadap dirinya. Pengertian secara sederhana dapat dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap gejala aspek kelebihan yang dimiliki oleh individu dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan hidupnya.[3]

---

[1] Muhamad Riswan Rais," Kepercayaan Diri (Self Confidence) Dan Perkembangannya Pada Remaja"(Jurnal Pendidikan dan Konseling 2022), vol 12 ,no 1

[2] B.Walgito, Bimbingan dan Konseling (Studi dan Karir) Yogyakarta: Andi Yuliani, W (2018). Metode Penelitian Deskriptif Kualitatif Dalam Perspektif Bimbingan dan Konseling, 2(2), 83-91

[3] Muhamad Riswan Rais," Kepercayaan Diri (Self Confidence) Dan Perkembangannya Pada Remaja"(Jurnal Pendidikan dan Konseling 2022), vol 12 ,no 1

Kehidupan manusia tidak terlepas dari komunikasi dengan bahasa sebagai intisari dari kejadian sosial . Terciptanya suatu seni pemeranan atau yang dinamakan dengan film merupakan suatu karya hasil dari orang-orang yang memiliki kreatifitas dengan profesionalitas dibidangnya, film sebagai suatu seni seharusnya dalam menilainya dengan sudut pandang artistik jangan sesuai dengan logika.[4]

Film serial kartun dari Jepang(Anime) yang berjudul K-ON! mampu mengangkat tentang kepercayaan diri dari seseorang. Serial Anime : K-ON! berdurasi kurang lebih 24 menit per episode. Anime ini tayang pada tahun 2009-2010. total dari episode nya ada 39 episode. Penulis dari serial bernama Kakifly yang juga menulis berbagai karya hebat lainya. “K-ON!” bercerita mengenai empat siswi Sekolah Menengah Atas Sakuragaoka di Jepang. Sebagai kegiatan ekstrakurikuler, mereka bergabung dalam sebuah klub musik pop atau klub musik ringan yang sudah hampir ditutup. Anggota klub tersebut hanya mereka berempat. Mereka yang awalnya tidak saling mengenal kemudian banyak menghabiskan waktu bersama-sama dan berusaha keras berlatih alat musik agar klub mereka tidak ditutup. Banyak peristiwa dan hal-hal yang membuat mereka semakin dekat dan menjadi sahabat. Anime K-ON selain ceritanya yang lucu dan menarik, juga terdapat tanda-tanda yang melambangkan tingkah laku tokoh. Tanda-tanda tersebut

[4] Islami, M. F. J. & Q. (2020). Analisis Litotes dalam Drama Macbeth Karya William Shakespeare: Kajian Sosiopragmatik. Jurnal Pustaka Budaya, 4, Januari(1).

menggambarkan makna persabahatan dari personil klub musik K-ON baik itu melalui sikap maupun hal- hal yang ada di lingkungan sekitar.[5]

Dalam salah episode 5 dan 6 "K-On!", terdapat momen yang secara tidak langsung membahas tentang kepercayaan diri salah satu anggota band/klub musik ini saat menghadapi konser perdana di sekolah mereka. Anime ini juga menunjukkan cara mereka memecahkan masalah, termasuk penggunaan teknik-teknik konseling seperti Self Management. Hal ini menunjukkan pendekatan yang beragam dalam menghadapi tantangan dan mengeksplorasi perasaan serta pemikiran karakter-karakternya secara lebih mendalam.

Dalam Serial “K-ON!” ini Ada salah satu praktek Teknik Konseling yaitu teknik Self Management, Self Management adalah sebuah proses dimana seseorang mampu merubah sikap atau sifat mereka sendiri dengan suatu strategi agar menjadi lebih baik. Lebih lanjut self management berarti perubahan dari dalam diri tentang tingkah laku yang menggunakan strategi atau teknik tertentu.[6]

Animasi K-ON! Ada salah satu tokoh yang mengalami kondisi kurangnya kepercayaan dirinya yaitu Mio Akiyama, Dia adalah anak gadis Sma biasa seperti kebanyakan orang tetapi ia mengalami masalah dalam dirinya yaitu dia tidak berani berbicara di depan orang banyak dan bahkan saat manggung pertama kali pun dia sangat grogi. Teman-temanya membantunya dengan menguatkan tekat nya dan membantu dia sampai tidak ada rasa grogi lagi, Ibu guru nya pun membantunya

[5] Assifa Aulia Hapsari, ” KAJIAN SEMIOTIKA DAN KONSEP PERSAHABATAN DALAM ANIME K-ON SUTRADARA NAOKO YAMADA” (skripsi Studi sarjana S1 Sastra Jepang UNDIP 2020)

[6] Nikmatus Sholihah. Retno Tri Hariastuti, dkk., “Penerapan Strategi Self Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Pada Siswa Tunadaksa Cerebral Palcy Kelas Iv Sdlb-D Ypac Surabaya,” 3 no. 1 (2021): 4.

karena dia tahu bahwa bakat Mio itu ada hanya tertutupi dengan rasa keprecayaan dirinya yang kurang.

Refleksi mengandung arti gerakan,pantulan di luar kemauan (kesadaran) sebagai jawaban suatu hal atau kegiatan yang datang dari luar.[7] Dari kodratnya, karya sastra merupakan refleksi pemikiran, perasaan, dan keinginan pengarang lewat bahasa dan visual penulis oleh sebab itu dikatakan refleksi karena ada berbagai masalah kehidupan yang ada dalam suatu karya yang ditulis oleh penulis dan masalah kehidupan yang terjadi sangat realita dengan kehidupan remaja-remaja saat ini.oleh karena itu peneliti mengambil objek animasi serial K-on untuk dijadikan bahan penelitian.karena serial animasi K-on! ada hal yang menarik bagi penggemarnya.contohnya seperti pengisi suara karakter yang sangat lembut apalagi animasi ini dipadukan dengan permainan musik para karakter yang memiliki genre Japanese pop yang asik bagi kalangan anak muda sampai dewasa,dan juga banyak masalah (*Problem)* yang sangat menarik dan sesuai dengan realita sekarang,maka dari itu animasi ini cocok ditonton untuk semua umur untuk bias diambil refleksinya dan pembelajaran untuk kehidupan sehari-hari.

Self management seseorang menjadi lebih baik karena adanya sebuah usaha dan motivasi yang muncul pada diri seseorang. Apabila individu mampu mengelola dirinya dengan baik, maka dapat dikatakan bahwa individu tersebut telah memiliki kemampuan self management yang baik.Self management sendiri juga ada keterkaitanya dengan Konseling Islam dalam mengatasi masalah yang dihadapinya. Dalam Al-Qur'an juga ada sebagai rujukan pertama juga menegaskan

[7] KBBI

tentang percaya diri dengan jelas dalam beberapa ayat-ayat yang mengindikasikan percaya diri dalam (Ali Imran: 139)

وَلَا تَهِنُوْا وَلَا تَحْزَنُوْا وَاَنْتُمُ الْاَعْلَوْنَ اِنْ كُنْتُمْ مُّؤْمِنِيْنَ

Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orangorang yang beriman. (Ali Imran: 139)

Dari ayat di atas nampak bahwa orang yang percaya diri dalam al-Qur'an di sebut sebagai orang yang tidak takut dan sedih serta mengalami kegelisahan adalah orang orang yang beriman dan orang-orang yang istiqomah. Ayat ini dapat dipergunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri. Ma'rifatun-nafsi atau mengenal diri sendiri terkenal dengan ungkapan "barang siapa yang mengenal dirinya, maka ia mengenal Tuhannya", Dapat disejajarkan dengan konsep diri, self concept yaitu bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri. Khusnudzon atau prasangka yang baik juga dapat disejajarkan dengan berpikir positif.[8]

Tanpa rasa percaya diri pada karakter serial K-on tidak mendapatkan perilaku baik dalam keaktifan di kelas, lebih sering menyendiri, tidak berani tampil di depan banyak orang, tidak beradaptasi dengan teman sebaya dan lingkungan sekitar dan hasil belajar juga kurang maksimal karena tidak berani bertanya. oleh karena itu teknik self manajement merupakan cara yang dapat memfasilitasi individu dalam kehidupanya sehari- hari, dengan manajement diri karakter serial K-ON! dapat mengatur hidupnya, disiplin belajar, menemukan tingkah laku yang

[8] Aya Mamlu'ah, Konsep Percaya Diri Dalam Al- Qur'an Surat Ali Imran Ayat 130, Jurnal Pendidikan dan Kajian Islam volume 1, No 1, 2020

dapat mengembangkan potensi dalam aspek kecerdasan interpersonal yang dititikberatkan pada pembiasaan akhlak mulia, memahami ajaran agama secara baik dan benar terhadap diri sendiri, orang lain, lingkungan dan dengan Tuhan. Maka teknik selft manajement dan relevansinya terhadap konseling islam sangat dibutuhkan untuk meningkatkan kepercayaan diri pada serial anime K-ON!.

Berdasakan Uraian Diatas penulis bermaksud untuk melakukan penelitian pada anime serial K-on!!! guna menyusun skripsi dengan Judul "**SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI STUDI LITERATUR KARAKTER "MIO" DALAM SERIAL "K-ON !" "**

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana kondisi kepercayaan diri "Mio" di serial "K-ON!"?
2. Bagaimana Self Management yang diterapkan oleh "Mio" dalam serial "K-ON!" untuk meningkatkan Kepercayaan diri ?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui kondisi kepercayaan diri karakter "Mio" di Serial K-ON!.
2. Untuk mengetahui Self Management yang diterapkan oleh karakter "Mio" di serial K-ON! guna menyelesaikan masalah Kepercayaan diri.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dengan penelitian ini harapannya bisa menambah pengetahuan dan wawasan terkait konsep teknik self management guna meningkatkan kepercayaan diri yang digunakan di anime K-ON! episode (5 dan 6) serta bisa dijadikan bahan bacaan yang memberikan manfaat pada bidang yang berhubungan dengan Bimbingan Penyuluhan Islam.

2. Manfaat praktis

Selain manfaat teoritis, penelitian ini juga diharapkan mampu memberikan manfaat secara praktis. Adapun manfaat praktis antara lain:

A. Bagi Peneliti

Memperbanyak pengetahuan pada bidang Bimbingan Penyuluhan Islam khususnya tentang konsep teknik self manajemen dan konseling islam.

B. Bagi Pembaca

Memperbanyak pengetahuan dan informasi tentang konsep dan praktik dari teknik self management dalam anime K-on untuk meningkatkan kepercayaan diri dan relevansi dengan konseling islam. Agar bisa dipraktikkan di kehidupan sehari-hari menjadi pribadi yang unggul.

E. Tinjauan Pustaka

1. Analisis Teori

   a. Self Management

Self management adalah salah satu teknik yang terdapat dalam Konseling (*Cognitive Behavior)*. Self management merupakan teknik yang efektif diberikan kepada konseli yang sedang belajar, berlatih kemampuan baru, sehingga dapat mengatur diri,mengurangi ketergantungan pada pihak luar dan mengajarkan konseli menjadi manager bagi dirinya sendiri.[9]

Self Management melibatkan pemantauan diri, penguatan yang positif, kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri dan penguasaan terhadap rangsangan. Self management atau pengolaan diri merupakan strategi pengubahan perilaku yang bertujuan untuk mengarahkan perilaku seseorang dengan suatu teknik. Self management berkenaan dengan kesadaran dan keterampilan untuk mengatur keadaan sekitarnya yang mempengaruhi tingkah laku individu. Self management adalah suatu proses dimana klien mengarahkan sendiri pengubahan perilakunya dengan satu strategi atau gabungan strategi.[10]

---

[9] Wahyuningsih Diana Dewi ,Panduan Untuk Konselor Teknik Self Management dalam Bingkai Konseling Cognitive Behavior Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Smp,(Purwodadi, CV.Sarnu Untung ,2020),hal.3

[10] Nikmatus Sholihah, "Penerapan Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Pada Siswa Tunadaksa Cerebral Palcy Kelas IV SDLB-D YPAC SURABAYA," Jurnal BK Unesa 3, no. 1 (2021): 4.

Adapun juga Aspek-aspek dalam Self manajemen antara lain :

1. **Pendorongan diri (*Self Motivation*)**

   Meerupakan adanya sebuah dorongan yang terdapat dalam diri seseorang yang dapat menambah semangat sehingga orang tersebut bisa melakukan barbagai kegiatan dan mencapai Tujuan yang diinginkan

2. **Penyusunan Diri (*Self Organization*)**

   (*Self Organization*) adalah sebuah aturan terhadap segala sesuatu yang beraikaitan dengan diri seseorang sehingga dapat tercapainya efisiensi dalam kehidupan individu. Dapat dikatakan juga sebagai pengorganisasian diri. Jadi individu mampu mengatur segala sesuatu yang berkaitan dengan pikiran, tenaga, waktu maupun lainnya yang dapat membantu pembentukan *self management*.

3. **Pengendalian Diri (*Self Control*)**

   (*Self Control*) adalah suatu kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengendalikan dirinya sendiri secara sadar sehingga dapat tercapainya sebuah keinginan serta tidak merugikan orang lain.

4. **Pengembangan Diri (Self Development)**

   Gie berpendapat bahwa pengembangan diri (*self development*) adalah suatu kegiatan untuk meningkatkan

kesadaran diri untuk mengembangkan sebuah potensi. Dengan adanya pengembangan diri 10 seseorang dapat meningkatkan kemampuan dan potensi yang dimilikinya.[11]

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi Self Management diantaranya :

1. Kesehatan (*health*) Dengan adanya penyesuaian diri maka kesehatan fisik menjadi hal yang paling penting bagi seseorang. Karena untuk mencapai kesehatan antara perasaan dan emosi seseorang harus seimbang.
2. Ketrampilan (*skill*) Seseorang yang mampu mengatur kehidupannya, dilihat bahwa orang tersebut mampu melakukannya apa tidak, maka individu tersebut dapat menyimpulkan untuk menjadi orang yang memiliki beberapa keahlian dibidang tertentu, maka terwujud lah tujuan dalam hidupnya.
3. Aktivitas (*Action*) Seseorang yang memiliki imajinasi moral yang tinggi maka orang tersebut dapat dikatakan sebagai orang yang mampu mengembangkan aktivitas hidupnya, sehingga nantinya dapat memberikan manfaat bagi dirinya dan bagi orang lain.

[11] The Liang Gie, *Cara Belajar yang Baik bagi Mahasiswa Edisi Kedua* (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2021), 78-80.

4. Identitas diri (*Identity*) Identitas diri adalah sebuah rancangan yang mengharuskan individu untuk menata prinsip secara konsisten. Dan untuk mengukur pemahaman seseorang dan memberikan penilaian terhadap keadaan diri yang dapat mempengaruhi seseorang untuk melakukan sebuah tindakan.[12]

b. Percaya diri

satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain. Kepercayaan diri merupakan atribut yang sangat berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat, tanpa adanya kepercayaan diri akan menimbulkan banyak masalah pada diri seseorang. Hal tersebut dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang mampu untuk mengaktualisasikan segala potensinya. Kepercayaan diri merupakan urgen untuk dimiliki setiap individu. Kepercayaan diri diperlukan baik oleh seseorang anak maupun orang tua, secara individual maupun kelompok.[13]

[12] Makhfudz Junaidi, "Hubungan Antara Manajemen Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Aktivis Bem IAIN Sunan Ampel Surabaya," (skripsi, IAIN Sunan Ampel Surabaya, 2020), 32-34.

[13] Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, "Teori-Teori Psikologi," in Yogyakarta: AR-RUZZ MEDIA, 2021, 34.

2. Penelitian yang Relevan

Nur Azizah Imran 2020 dengan judul penerapan teknik self management untuk mengurangi kecanduan media sosial pada siswa SMA Negri 1 Sinjai. Penelitian ini menelaah penerapan teknik self management untuk mengurangi kecanduan media sosial pada siswa di SMA Negeri 1 Sinjai. Masalah dalam penelitian ini adalah: (1) Bagaimanakah gambaran tingkat kecanduan media sosial pada siswa di SMA Negeri 1 Sinjai?, (2) Bagaimanakah gambaran pelaksanaan teknik self management untuk mengurangi kecanduan media sosial pada siswa di SMA Negeri 1 Sinjai?, (3) Apakah penerapan teknik self management dapat menurunkan tingkat kecanduan penggunaan media sosial pada siswa di SMA Negeri 1 Sinjai? Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Untuk mengetahui gambaran tingkat kecanduan penggunaan media sosial di SMA Negeri 1 Sinjai, (2) Untuk mengetahui gambaran pelaksanaan teknik self management untuk mengurangi kecanduan media sosial pada siswa di SMA Negeri 1 Sinjai, (3) Untuk mengetahui apakah teknik self management dapat menurunkan tingkat kecanduan penggunaan media sosial pada siswa. Pendekatan penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian Eksperimental dengan model The Randomized Pretest-Posttest Control Group Design. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI dan XII SMA Negeri 1 Sinjai sebanyak 40 siswa pada

tahun ajaran 2020/2021. Sampel penelitian ini sebanyak 8 siswa. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan Skala kecanduan media sosial dan Observasi. Teknik analisis data penelitian menggunakan analisis statistik deskripti dan analisis statistik inferensial. Jadi hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) Tingkat kecanduan media sosial siswa sebelum diberikan teknik self management berada pada kategori tinggi, (2) Pelaksanaan teknik self management terdiri dari 6 tahap yaitu, Rasional tujuan dan tinjauan singkat prosedur, Self monitoring, self contracting, Self control, Self reward, penutup atau terminasi, (3) Penerapan teknik self management dapat mengurangikecanduan media sosial pada siswa di SMA Negeri 1 Sinjai. Kesamaannya adalah membahas pokok-pokok dari self Managemen.

Miftahul Adnin, Suciani Latif, Supiati SMA Negeri 9 Bulukumba 2023. Kecanduan game online disini merupakan suatu gangguan yang sifatnya kumat-kumatan atau kronsi, ditandai dengan perbuatan kompulsif yang dilakukan seseorang secara berulang-ulang untuk mendapatkan kepuasan pada aktivitas tertentu. Istilah kecanduan juga digunakan untuk menyebut ketergantungan pada permasalahan sosial. Kecanduan sebagai kondisi yang dihasilkan dengan mengkonsumsi zat alami atau zat sintesis yang berulang-ulang sehingga menjadi tergantung secara fisik atau secara psikologis.

Ketergantungan psikologis berkembang melalui proses belajar dengan penggunaan yang berulang-ulang. Dengan kata lain Ketergantungan secara psikologis adalah keadaan individu yang merasa terdorong menggunakan sesuatu untuk mendapatkan efek menyenangkan yang dihasilkannya (Hermawan & Kudus, 2021)

World Health Organization (2018) mendefinisikan kecanduan game online sebagai gangguan mental yang dimasuk-kan ke dalam International Classification of Diseases (ICD- 11). Hal ini ditandai dengan gangguan kontrol atas game dengan meningkatnya prioritas yang diberikan pada game lebih dari kegiatan lain. Perilaku tersebut terus dilanjutkan walaupun memberikan konsekuensi negatif pada dirinya. Remaja dianggap lebih sering dan lebih rentan terhadap kecanduan game online dari pada orang dewasa. Sebuah studi menunjukkan bahwa kecanduan game online lebih sering terjadi pada remaja karena Masa remaja yang berada pada periode ketidakstabilan, cenderung lebih mudah terjerumus terhadap percobaan hal-hal baru (Jordan & Andersen, 2016). Saat pelaksanaan PPL II di UPT SMA Negeri 9 Bulukumba salah satu pelaksanaan layanan konseling individual ini dilaksanakan karena ada beberapa pihak yang datang memberikan informasi terkait F seperti wali kelas dan Guru Mata pelajaran, hal tersebut menjadi kekhawatiran karena F jarang mengikuti kegiatan belajar mengajar dan tidak aktif dalam proses belajar mengajar dikelas, mudah mengantuk dan tidak fokus saat dikelas, sibuk bermain

HP, tak jarang F didapati bermain game saat pembelajaran dikelas sedang berlangsung dan saat ditegur F memilih untuk izin ke WC dan tidak masuk lagi dikelas dengan artian F membolos pada mata pelajaran. Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara dengan guru BK diperoleh bahwa F sering datang terlambat dan beberapa kali kedapatan bolos jam pembelajaran, beberapa kali kedapatan memanjat pagar untuk bolos, guru BK menerangkan bahwa F sering dikeluhkan oleh guru mapel karena sibuk sendiri dengan HPnya saat pembelajaran berlangsung dan jarang mengerjakan PR. Berdasarkan hal tersebut guru BK mengambil tindakan untuk melakukan pemanggilan kepada F agar dilakukan indentifikasi dan eksplorasi penyebab masalah yang dialami. F mengaku sering begadang untuk bermain game online sehingga sulit dibangunkan dan mengakibatkan terlambat kesekolah karena itu juga F sering mengantuk dikelas yang berujung pada kegiatan bermain HP untuk menghilangkan ngantuk. Berdasarkan gejala yang nampak diketahui bahwa F mengalami kecanduan game, sehingga penting untuk ditindak lanjuti dengan segera, karena apabila tidak dilakukan penindak lanjutan maka akan merugikan diri F sendiri, dan mengakibatkan hasil belajar F menurun. Sehingga dilakukan konseling individual terhadap F. Pelaksanaan konseling individual menggunakan pendekatan *Behavioral* dengan menggunakan teknik Self management.

Arimbi. Dengan judul Konseling kelompok teknik selfmanagement efektif meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X SMA Percaya diri

merupakan aspek yang sangat penting dalam mengembangkan potensi yang ada pada diri siswa. Dengan memiliki kepercayaan diri yang tinggi diri, diharapkan siswa dapat mencapai prestasi dan hasil belajar yang lebih baik. Tujuan penelitian ini adalah meningkatkan rasa percaya diri siswa menggunakan teknik self-management melalui layanan konseling kelompok. Penelitian ini menggunakan rancangan one group pre-test post-test design. Subjek penelitian ini adalah siswa Kelas X IPS 3 SMA Negeri 1 Mengant.[14] Persamaannya dengan penelitian ini yaitu membahas tentang self management dan kepercayaan diri sedangkan perbedaannya yaitu terletak pada teknik, pada penelitian ini menggunakan konseling self management sedangkan dalam penelitian Arimbi menggunakan teknik konseling kelompok.

Suhardita Kadek, dengan judul Efektivitas Penggunaan Teknik Permainan Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa. Salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh konselor untuk meningkatkan percaya diri siswa yaitu dengan memberikan teknik permainan dalam bimbingan kelompok. Tujuan yang diharapkan dalam penelitian selain ingin mengetahui gambaran profil percaya diri siswa kelas XI SMA laboratorium percontohan UPI Bandung, untuk mengetahui gambaran percaya diri siswa sebelum dan sesudah diberikan intervensi, menghasilkan program intervensi penggunaan

[14] Arimbi, "Konseling Kelompok Teknik Self-Management Efektif Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X SMA," TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling 4, no. 2 (2020): 293–99,

teknik permainan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan percaya diri siswa, dan untuk mengetahui efektivitas penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan percaya diri siswa. Penelitian menggunakan eksperimental yaitu penelitian yang dilakukan dengan memberikan perlakuan (treatment) tertentu terhadap subjek penelitian yang bersangkutan dengan menggunakan desain eksperimen pretest posttest control group design. Sampel yang dipilih yaitu siswa kelas XI SMA Laboratorium (percontohan) UPI Bandung Tahun Ajaran 2010/2011. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perubahan yang signifikan percaya diri siswa setelah diberikan intervensi penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok, dengan demikian dapat dikatakan bahwa penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok efektif digunakan untuk meningkatkan percaya diri siswa. Rekomendasi yang diajukan agar guru bimbingan dan konseling dapat mengkolaborasikan bimbingan kelompok dengan teknik permainan, sehingga suasana belajar yang diciptakan menyenangkan. Sedangkan untuk peneliti selanjutnya jika ingin menerapkan teknik yang sama perlu mengkaji pola bimbingan yang telah dilakukan oleh sekolah itu sendiri serta mengkaji bagaimana bentuk penghargaan yang telah dilakukan oleh guru BK kepada siswa di sekolah, sehingga penelitian yang dilakukan

sesuai dengan harapan.[15]Persamaannya dengan penelitian ini yaitu membahas tentang percaya diri sedangkan perbedaannya yaitu terletak pada teknik, pada penelitian ini menggunakan konseling self management sedangkan dalam penelitian Suhardita Kadek menggunakan teknik permainan dalam konseling kelompok.

Iceu Rohayati, dengan judul Program Bimbingan Teman Sebaya Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa. Penelitian dilatar belakangi oleh permasalahan perbandingan antara guru BK dengan jumlah siswa yang tidak seimbang, usia remaja yang memiliki sifat lebih percaya kepada teman sebaya, kurangnya rasa percaya diri siswa. Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan rumusan program bimbingan teman sebaya yang efektif untuk meningkatkan percaya diri siswa SMA Negeri 13 Bandung kelas XI G tahun pelajaran 2010-2011. Pendekatan yang digunakan ialah kuantitatif dengan metode penelitian *Pre-experimental* design, sampelnya diambil secara sampling purposive. Hasil studi pendahuluan menunjukan bahwa percaya diri siswa berada pada kategori sedang. Upaya pelaksanaan bimbingan teman sebaya selama ini belum terlaksana. Hasil validasi menunjukan program bimbingan teman sebaya efektif meningkatkan percaya diri siswa. Direkomendasikan agar dapat dilaksanakan disekolah menggunakan

[15] Kadek Suhardita, "Efektivitas Penggunaan Teknik Permainan Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa," Edisi Khusus, no. 1 (2011): 127–38

kelompok pembanding dan ditambah instrumen eksternal.[16] Persamaannya dengan penelitian ini yaitu membahas tentang percaya diri sedangkan perbedaannya yaitu terletak pada teknik, pada penelitian ini menggunakan konseling self management sedangkan dalam penelitian Iceu Rohayati menggunakan teknikProgram Bimbingan Teman Sebaya.

F. Kerangka Berpikir

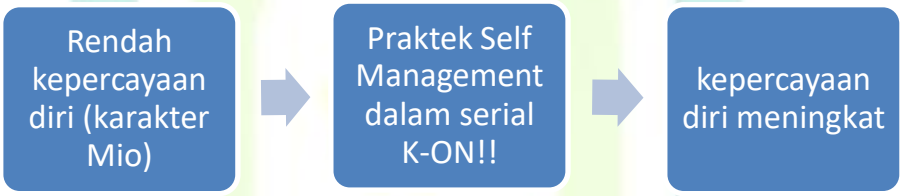
Kepercayaan diri artinya adalah percaya pada kemampuann serta kekuatan dan penilaian diri,jadi kepercayaan diri juga sangat berpengaruh dalam kehidupan manusia sehari-hari, misalnya dalam kehidupan remaja, terutama pada masa sekolah banyak sekali remaja sekarang masih kurang percaya diri apabila di minta untuk pidato didepan kelas untuk tugas nya sendiri. Dengan banyak kondisi seperti ini yang harus dilakukan adalah dengan menggunakan teknik self management.

Self management adalah sebuah proses pengolahan diri, berkenaan dengan kesadaran dan keterampilan untuk mengatur keadaan sekitarnya yang mempengaruhi tingkah laku individu menjadi lebih baik dari sebelumya, self management harus dengan kesadaran diri penuh dan keinginan untuk merubah diri menjadi lebih baik. Dalam memahami self

[16] Iceu Rohayati, "Program Bimbingan Teman Sebaya Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa," Pendidikan Edisi Khus, no. 2 (2021): 154–63, http://jurnal.upi.edu/file/36-ICEU_ROHAYATI.pdf.

managemen ini ada satu film serial animasi dari Jepang yang mempraktekan hal ini di kalangan anak-anak SMA(remaja).

Dalam serial animasi K-on!! Mempraktekan bagaimana cara membuat seorang remaja yang tadinya sangat tidak percaya diri jadi sangat percaya diri dengan self management yang dikemas dengan drama dan berbagai hal-hal yang bersangkutan dengan proses peningkatan kepercayaan diri, seperti dukungan dari orang-orang terdekat dan lain sebagainya. Sehingga seseorang tersebut bisa menangani problemnya dan menjadi seorang yang lebih baik.



Gambar 1.1. Kerangka Berpikir

G. Metode penelitian

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Dalam penelitian ini penulis menggunakan penelitian kualitatif dengan jenis penelitian *library research* (penelitian kepustakaan) karena yang dikaji adalah dokumen mengenai analisis isi atau content film serial animasi K-on!!". Penelitian kepustakaan adalah penelitian yang meliputi pencarian dan pengumpulan data

dan informasi yang sumbernya dari jurnal, buku, catatan, serta artikel yang memiliki kaitan dengan penelitian.[17]

Sedangkan pendekatan yang digunakan yaitu pendekatan kualitatif deskriptif yang tujuannya mendeskripsikan atau menjelaskan konsep self management dan Relevansinya terhadap konseling Islam di Film Serial animasi K-on!!. Menurut Bogdan dan Taylor, penelitian kualitatif ialah penelitian yang hasilnya berupa data deskriptif dalam bentuk kata-kata tertulis dan lisan seseorang dan tingkah laku yang bisa dilihat atau diamati.[18] Secara holistic penelitian kualitatif tidak menggunakan statistik, tetapi dengan mengumpulkan data, menganalisis, dan menafsirkan data.[19]

2. Sumber Data

a. Data Primer

Data primer ialah sumber data yang paling utama yang digunakan pada penelitian. Penulis menggunakan sumber data primer berupa Video di Animax jaringan televise satelit dari Jepang serial animasi K-on!! yang berjumlah dua episode yaitu episode berjumlah 2 episode yaitu episode 5 dan 6 Data primer

[17] Milya Sari & Asmendri, "Penelitian Kepustakaan (Library Research) dalam Penelitian Pendidikan IPA", (*Jurnal Penelitian Bidang IPA dan Pendidikan IPA*, Vol. 1 No. 6 2020), hlm. 44

[18] Zuchri Abdussamad, Metode Penelitian Kualitatif, (CV Syakir Media Press, 2021), hlm. 31.

[19] Albi Algito dan Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Sukabumi: CV Jejak, 2018), hlm. 9

tersebut digunakan untuk menganalisis konsep Self management dalam menangani masalah Kepercayaan diri yang ada pada film serial animasi K-on!!.

b. Data Sekunder

Data sekunder ialah sumber data yang tidak langsung menyajikan data tetapi bisa mendukung data primer. Pada penelitian ini data sekunder yang digunakan penulis berupa jurnal, buku, dan situs internet yang memiliki kaitan dengan penelitian.

3. **Teknik pengumpulan data**

Dalam penelitian ini ada metode penumpulan data yang digunakan antara lain:

a. Observasi

Observasi ialah teknik mengumpulkan data melalui pengamatan. Pada penelitian ini penulis akan mengamati seluruh dialog dan adegan yang terdapat pada film serial animasi K-on!!.Hal ini untuk mempermudah penulis mencari dan menemukan konsep Self management dan kepercayaan diri dalam film tersebut.

b. Dokumentasi

Dokumen ialah tulisan kejadian yang telah berlalu. Yang bentuknya berupa karya, gambar, dan tulisan historis seseorang. Dokumen yang bentuknya karya seperti patung, film, dan seni gambar. Dokumen yang bentuknya gambar seperti sketsa, foto, gambar hidup, dan lainnya. Sedangkan dokumen yang bentuknya tulisan seperti sejarah hidup, biografi, catatan harian, dan lainnya.[20]

4. **Teknik analisis data**

Teknik analisis data yang penulis gunakan yaitu analisis isi (*content analysis*), dengan menggunakan teori analisis isi Fraenkel and Wallen yaitu penelitian yang dilakukan terhadap informasi yang didokumentasikan dalam rekaman, baik gambar, suara, maupun tulisan. Dalam analisis konten pada penelitiannya dilakukan pembahasan secara rinci mengenai isi informasi, baik tertulis atau cetak di media massa. Pengertian analisis konten sendiri adalah dalam bentuk kata atau kalimat tertulis dan lisan dari subjek yang diamati. Analisis isi deskriptif adalah analisis isi yang bertujuan

[20] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*, (Alfabeta: Bandung, 2019), hlm. 314.

mendeskripsikan rincian suatu teks atau pesan tertentu, atau mendeskripsikan aspek serta karakteristik suatu pesan.[21]

H. Sistem Penulisan

Secara keseluruhan dalam penelitian skripsi ini terdapat lima bab yang pada setiap bab berisi subbab, rincian subbab tersebut antara lain sebagai berikut:

Bab I Pendahuluan yang berisi latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, metode penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab II Landasan Teori berisi dua subbab, subbab pertama berisi tentang Self managemen, membahas pengertian Self Managemen, tujuan Self managemen, fungsi self management, asas-asas self management, metode bimbingan islami dan tahapan self managemen, subbab kedua berisi tentang kepercayaan diri, membahas pengertian kepercayaan diri dan ruang lingkup kepercayaan diri.

Bab III Gambaran Umum Self managemen untuk meningkatkan keprcayaan diri dalam Film serial Animasi K-on!! berisi dua subbab,

[21] Siti Ulin Nuha, Erik Aditia Ismaya, dan Much Arsyad Fardani, *"Nilai Peduli Sosial pada Film Animasi Nussa dan Rara",* (Jurnal Riset Pendidikan Dasar, Vol. 4 No. 1 2021), hlm. 19

subbab pertama berisi gambaran umum film serial animasi K-on, subbab kedua berisi kondisi karakter yang mengalami kurangnya kepercayaan diri di film serial animasi K-on.

Bab IV Analisis teknik self managemen untuk Meningkatkan kepercayaan diri dalam Film serial Animasi K-on, subbab pertama berisi analisis Self Managemen dalam film serial animasi K-on berisi analisis Analisis Tahapan Self Management dalam Animasi K-on untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri dalam film serial animasi K-on!!.

Bab V Penutup berisi kesimpulan dan saran.

BAB V
Penutup

A. Kesimpulan

1. kepercayaan diri contoh lainya ada dalam animasi K-ON! menampilakan seorang remaja yang bernama Mio Akiyama yang mengalami rendahnya kepercayaan dirinya, dilihat dari saat dia ditunjuk untuk menjadi vokali,Mio sangat takut dan malu karena dia belum bernah sekal-kali tampil di atas panggung yang cukup besar.
2. Dalam menangani proses peningkatan kepercayaan diri bisa menggunakan self Managemen karena self managemen bisa mengubah seseorang dengan keyakinan dari dirinya sendiri sehingga menjadi kenyataan, dalam self managemen ini bisa diartikan sebagai pertaturan dari diri sendiri, apa yang boleh dan tidak boleh dilakukan oleh dirinya dan bahkan mengatur kehidupan sehari-hari menjadi lebih baik. Karakter Mio mempraktekan *Self Management* dengan baik sebarti halnya dari segi aspek, faktor pendukung, dan juga tahapan yang membuat karakter Mo dari yang sebelumnya pesimis sampai menjadi optimis lagi.

B. Saran

a. Untuk penelitian selanjutnya anime K-on ini sebenarnya masih banyak sekali yang wajib di teliti karena praktek-praktek kegiatan atau alur cerita anime K-on ini sangatlah sesuai dengan apa yang terjadi di masa kini, oleh karena itu dalam Bimbingan konseling juga ada dalam anime K-on masih banyak teknik yang di praktekan dan bisa menemukan teknik konseling lainya.

b. Untuk para penikmat anime Jepang harus menonton anime K-ON! Ini karena banyak sekali Pelajaran yang bisa diambil didalamnya dari segi cerita pun menarik untuk kehidupan sehari-hari terutama untuk remaja yang sedang mencari jati dirinya.

DAFTAR PUSTAKA

Muhamad Riswan Rais.2022" *Kepercayaan Diri (Self Confidence) Dan Perkembangannya Pada Remaja*"(Jurnal Pendidikan dan Konseling)

B.Walgito,Andi Yuliani, w 2018.*Bimbingan dan Konseling (Studi dan Karir)* Yogyakarta.

Islami, M. F. J. & Q. (2017). Analisis Litotes dalam Drama Macbeth Karya William Shakespeare: Kajian Sosiopragmatik. Jurnal Pustaka Budaya

Nikmatus Sholihah. Retno Tri Hariastuti, dkk., "*Penerapan Strategi Self Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Pada Siswa Tunadaksa Cerebral Palcy Kelas Iv Sdlb-D Ypac Surabaya,"*

Aya Mamlu'ah.2019. *Konsep Percaya Diri Dalam Al- Qur'an Surat Ali Imran Ayat 130*, Jurnal Pendidikan dan Kajian Islam volume 1, No 1,

Tohirin.2019 .*Bimbingan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah*, Jakarta: Raja Grafindo Persada,.

Wahyuningsih Diana Dewi.2020 .*Panduan Untuk Konselor Teknik Self Management dalam Bingkai Konseling Cognitive Behavior Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Smp*,(Purwodadi, CV.Sarnu Untung

Samsul Munir Amin.2014, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah ,)

Dr.H.Cholil,M.Pd.I.2024 ,*Bimbingan dan Konseling Islam*,(Yogyakarta:KBM)

Milya Sari & Asmendri.2021 "*Penelitian Kepustakaan (Library Research) dalam Penelitian Pendidikan IPA*", (*Jurnal Penelitian Bidang IPA dan Pendidikan IPA*, Vol. 1)

Komalasari Gantina Sari.2021.”Teori dan Teknik konseling”. Jakarta : Indeks

Yosep Ujang Ayubi.2019.”peningkatan tanggung jawab studi melalui bimbingan konseling islam pendekatan teknik self managemen”.Bandung: Jurnal al isyraq,no 1,Juni, II.

,Megaaria Monica &Ruslan Abdul Ghani.2016. ”Efektivitas Layanan Konseling Behavioral dengan Teknik Self Management untuk Mengembangkan Tanggung Jawab Belajar Pada PesertsDidik Kelas XI SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun ajaran 2015/2016”.Lampung:Jurnal Bimbingan Dan Konseling,no.1

Liang Gie. 2000. “Cara Belajar yang baik bagi Mahasiswa.” Yogyakarta:GadjahMada Univercity.

Junaidi Makhfudz. 2010. “Hubungan Antara Manajemen Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Aktivis Bem IAIN Sunan Ampel
Surabaya.” Skripsi, IAIN Sunan Ampel Surabaya.

Komalasari Gantina dan EkaWahyuni .“Teori dan Teknik Konseling.” Jakarta:Indeks.

Riswan Rais. ” Kepercayaan Diri (Self Confidence) Dan Perkembangannya Pada Remaja.”Jurnal Pendidikan dan Konseling vol 12 ,no 1.

Purnamaningsih. 2003. “Kepercayaan Diri Dan Kecemasan”. Jurnal Psikologi.

Adywibowo, I. P. 2010. “Memperkuat Kepercayaan Diri Anak melalui Percakapan Referensial”. Jurnal Pendidikan Penabur, 37.

Riswan Rais. 2022.” Kepercayaan Diri (Self Confidence) Dan Perkembangannya Pada Remaja.” Jurnal Pendidikan dan Konseling vol 12 ,no 1.

Samsul Munir Amin.2013. “Bimbingan dan Konseling Islam. “Jakarta: Amzah.

Zuchri Abdussamad.2021. Metode Penelitian Kualitatif, CV Syakir Media Press.

Sugiyono. 2019. “Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D.” Alfabeta: Bandung.

Rifqi Muhammad.2019.”Islamic Counseling Technique” Institut Agama Islam Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas Vol. 2 No.

なぜ我々は「けいおん!」に萌えてしまうのか? - Why Are We Infatuated With K-On!?, ASCII Media Works, 7 Juni 2009 (diakses 24 desember 2024, Bahasa Inggris)

https://id.wikipedia.org/wiki/Daftar_episode_K-On! Di akses 24 Desember 2024

https://k-on.fandom.com/id/wiki/Yui_Hirasawa “biografi Yui Hirasawa” Di akses 24 Desember 2024
https://k-on.fandom.com/id/wiki/Ritsu_Tainaka “Biografi Ritsu Tainaka” Di akses 24 Desember 2024
https://k-on.fandom.com/id/wiki/Mio_Akiyama “Biografi Mio Akiyama” Di akses 24 Desember 2024
https://k-on.fandom.com/id/wiki/Tsumugi_Kotobuki “BIografi Tsumugi Kotobuki” Di akses 24 Desember 2024
https://k-on.fandom.com/wiki/Nodoka_Manabe “biografi Nodoka Manabe” Di akses 25 Desember 2024
https://k-on.fandom.com/wiki/Sawako_Yamanaka, “biografi sawako yamanaka” di akses tanggal 25 desember 2024
"Multiple injuries in Kyoto anime studio fire". NHK. 18 Juli 2019. Diarsipkan dari tanggal 2019-07-18. Diakses tanggal 25 desember 2024