

**EFEKTIVITAS BIMBINGAN ISLAM
DENGAN TEKNIK *SELF-MANAGEMENT*
TERHADAP KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA MAN 2
KOTA PEKALONGAN**

SKRIPSI

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



Oleh:

SALSABILA SEPTI ARIYANI
NIM. 3519094

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2023**

**EFEKTIVITAS BIMBINGAN ISLAM
DENGAN TEKNIK *SELF-MANAGEMENT*
TERHADAP KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA MAN 2
KOTA PEKALONGAN**

SKRIPSI

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



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2023**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Salsabila Septi Ariyani
NIM : 3519094
Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Fakultas : Ushulddin Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi dengan judul **“EFKETIVITAS BIMBINGAN ISLAM DENGAN TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* TERHADAP KEDISIPLINAN SISWA MAN 2 KOTA PEKALONGAN”**, adalah benar hasil karya penulis berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan. Semua sumber yang digunakan dalam penelitian ini telah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Apabila dikemudian hari pernyataan ini terbukti tidak benar, maka penulis bersedia menerima sanksi yang ditetapkan oleh Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Pekalongan, 17 September 2023

Penulis,



Salsabila Septi Arivani
NIM. 3519094

NOTA PEMBIMBING

Dr. Esti Zaduqisti, M.Si

Jl. Gondang No. 73 Wonopringgo Kabupaten Pekalongan

Lamp : 3 (Tiga) Eksemplar

Hal : Naskah Skripsi Sdri. Salsabila Septi Ariyani

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah

c.q Ketua Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam

di-

PEKALONGAN

Assalamualaikum, Wr.Wb.

Setelah diadakan penelitian dan perbaikan seperlunya, maka bersamaan ini saya kirimkan naskah skripsi saudara:

Nama : Salsabila Septi Ariyani

NIM : 3519094

Judul : EFEKTIVITAS BIMBINGAN ISLAM DENGAN TEKNIK
SELF-MANAGEMENT TERHADAP KEDISIPLINAN
BELAJAR SISWA MAN 2 KOTA PEKALONGAN.

Dengan permohonan agar skripsi saudara dapat dimunaqoshkan. Demikian, harap perhatian dan terima kasih.

Wassalamualaikum, Wr.Wb.

Pekalongan, 2 Oktober 2023

Pembimbing



Dr. Esti Zaduqisti, M.Si
NIP. 1977121720060402002



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**

**K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan 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/i:

Nama : **SALSABILA SEPTI ARIYANI**
NIM : **3519094**
Judul Skripsi : **EFEKTIVITAS BIMBINGAN ISLAM DENGAN
TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* TERHADAP
KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA MAN 2 KOTA
PEKALONGAN**

yang telah diujikan pada hari Jum'at, 20 Oktober 2023 dan dinyatakan **LULUS**
serta diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Sosial
(S.Sos) dalam bidang Ilmu Bimbingan Penyuluhan Islam.

Dewan Penguji

Penguji I


Dr. H. Miftahul Ula, M.Ag
NIP. 197409182005011004

Penguji II


Dr. Ani, M.Pd.I
NIP. 198503072015032007

Pekalongan, 20 Oktober 2023
Disahkan Oleh
Dekan,

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

PERSEMBAHAN

Dengan rasa cinta dan kasih, skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Diri saya sendiri, Salsabila Septi Ariyani yang telah berjuang dalam pembuatan skripsi ini ataupun perjuangan lainnya selama masa kuliah. Good job, mari kita lanjutkan lagi.
2. Mama Mariany Bahe dan Papa Suparyono yang selalu mendidik dan sabar, serta memberikan dukungan dan doanya. Semoga senantiasa diberikan umur panjang dan kesehatan. Dan untuk adik saya Naurah Fadhilla Ariyani, yang selalu memberikan dukungan.
3. Ibu Dr. Esti Zaduqisti, M. Si, dosen pembimbing yang senantiasa membimbing dan mengarahkan saya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Dewi Nur Fania, teman dan juga pembimbing dalam penelitian skripsi saya. Yang selalu menemani kesana-kemari.
5. Semua pengurus LPM Al-Mizan 2022 dan 2023 yang telah menemani *overthinking* ku selama perkuliahan.
6. Teman-teman magangku di LPM Al-Mizan: Rima, Alifah, Fatma, Fatehah, Army, Ni'amil, Riza, Adnan, Nizar, Mirza, Nazira dan yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu. Saya ucapkan terimakasih atas selesainya project terakhir kita.
7. Teman-teman BPI angkatan 2019 yang telah berjuang bersama. Semoga kita bertemu kembali di masa depan, sukses selalu kawan.
8. Teman-teman KKN 52 Kelompok 6 Desa Jatiroyom yang mereceh selama 45 hari. Semangat kalian semua.
9. Laila atau L yang menayakan kabar skripsiku setiap saat. Jangan lupa baca majalah dan buletin Al-Mizan yang aku kasih. Semoga harapan dan mimpimu tercapai.
10. Dan untuk semua orang yang terlibat dalam penyusunan skripsi saya. Terimakasih telah hadir menjadi penyemangat dalam menyelesaikan skripsi ini.

MOTTO

Tetap dengarkan suara hati kecilmu di tengah bisingnya dunia ini dengan suara orang lain. Karena orang lain dapat bersuara, tapi hanya dirimu yang dapat menentukan pilihannya.

-Abraham H. Maslow-



ABSTRAK

Salsabila Septi Ariyani. 2023. Efektivitas Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management* terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa MAN 2 Kota Pekalongan. Skripsi, Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam, Universitas Islam Negeri (UIN) K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan. Pembimbing: Dr. Esti Zaduqisti, M.Si.

Kata kunci: bimbingan islam, teknik *self-management*, kedisiplinan belajar.

Kedisiplinan dalam belajar merupakan sikap yang harus dimiliki siswa. Kedisiplinan menjadi persoalan penting dalam proses belajar mengajar di sekolah. Walaupun kedisiplinan belajar diperlukan, tidak semua siswa MAN 2 Kota Pekalongan, memiliki kedisiplinan belajar. Pihak sekolah sudah memberikan beragam *treatment* untuk meningkatkan kedisiplinan salah satunya yaitu pemberian Bimbingan Islam. Tetapi bimbingan ini belum dirasa cukup untuk meningkatkan kedisiplinan belajar. Oleh karena itu, peneliti merumuskan bimbingan islam dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah (1) Bagaimana kedisiplinan belajar siswa MAN 2 Kota Pekalongan sebelum diberikan bimbingan islam dengan teknik *self-management*. (2) Bagaimana kedisiplinan belajar siswa MAN 2 Kota Pekalongan setelah diberikan bimbingan islam dengan teknik *self-management*. (3) Bagaimana efektivitas bimbingan islam dengan teknik *self-management* terhadap tingkat kedisiplinan belajar siswa MAN 2 Kota Pekalongan.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian lapangan (*Field Research*) yang menggunakan metode penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen yang digunakan yaitu *pre-eksperimental*, dengan desain penelitian *one-group pretest-posttest*. Selanjutnya, teknik pengumpulan datanya menggunakan skala kedisiplinan belajar yang diberikan pada siswa sebelum dan setelah pemberian *treatment* (*Posttest-Pretest*). Dan teknik analisa data yang digunakan yaitu menggunakan uji t (*simple paired t-test*) yang merupakan analisis statistika parametrik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedisiplinan belajar siswa MAN 2 Kota Pekalongan setelah diberikan *treatment* terdapat perbedaan skor. Selisih rata-rata *pre-test* dan *post-test* yang diberikan yaitu 8,8. Sedangkan hasil hipotesis yang dilakukan menggunakan bantuan program komputer SPSS 22. Dari perhitungan tersebut diperoleh nilai (Sig (2-tailed)) = 0,000. Karena nilai (Sig. (2-tailed)) = 0,000 < 0,05 maka H_a diterima Sehingga dapat disimpulkan bahwa bimbingan islam dengan teknik *Self-Management* efektif diberikan untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa MAN 2 Kota Pekalongan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur dihaturkan pada Allah SWT yang telah memberikan karunia, rahmat, serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas skripsi ini. Penulis melakukan penelitian dengan judul “Efektifitas Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management* terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa MAN 2 Kota Pekalongan”. Sholawat serta salam tak lupa dihaturkan pada Nabi Muhammad SAW, semoga kita senantiasa mendapat syafaat dihari akhir kelak. Aaminn..

Penyusunan skripsi ini tidak akan berjalan dengan lancar tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Dengan kerendahan hati, penulis mengucapkan terimakasih kepada beberapa pihak, diantaranya:

1. Prof. Dr. Zaenal Mustakim, M.Ag, selaku Rektor UIN K.H. Aburrahman Wahid Pekalongan. Yang telah memberikan kesempatan bagi penulis menyelesaikan studinya di UIN K.H. Aburrahman Wahid Pekalongan.
2. Dr. H. Sam'ani, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah UIN K.H. Aburrahman Wahid Pekalongan. Yang telah memberikan segala bantuan dan pelayanan dalam proses akademik.
3. Dr. Maskhur, M.Ag, selaku Ketua Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam UIN K.H. Aburrahman Wahid Pekalongan. Yang telah memberikan bantuan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Dr. Esti Zaduqisti, M.Si, selaku Dosen pembimbing skripsi. Banyak ilmu yang penulis dapatkan selama proses bimbingan skripsi. Beliau juga senantiasa mengarahkan penulis, dalam proses penelitian. Sehingga penulis mendapatkan pemahaman penuh dan juga semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. H. Slamet Riyadi, M.Pd.I, selaku Kepala MAN 2 Kota Pekalongan yang telah memberikan izin peneliti untuk melakukan penelitian di Madrasah yang dipimpinnya. Tak lupa Pak Desi Puryanto Setiawan, S.Pd selaku guru Bimbingan Konseling yang memberikan bantuan dan dukungan selama proses penelitian.
6. Izza Himawanti, M.Psi, Dewi Rostiana, M.Pd dan Cintami Farmawati, M.Psi selaku *expert judgement* dalam penelitian ini. Terimakasih telah melakukan penilaian dan juga memberikan kritik dan saran pada modul yang peneliti

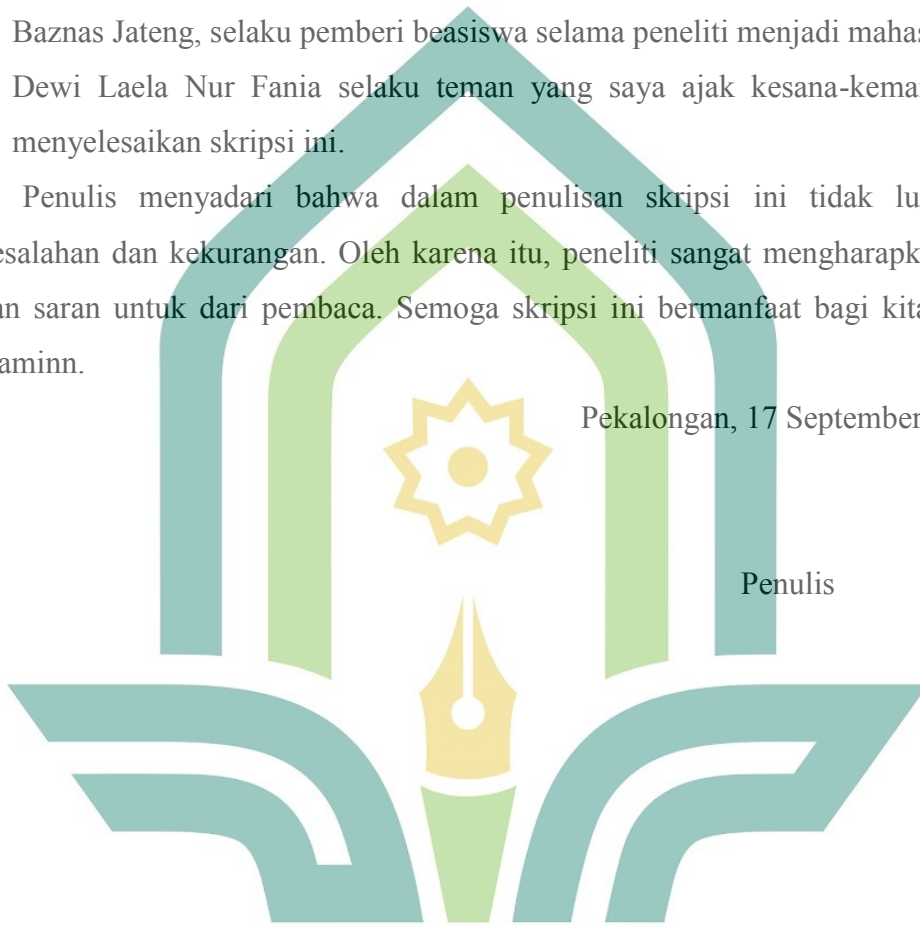
susun. Sehingga modul tersebut dapat diterapkan untuk melakukan penelitian pada skripsi ini.

7. Wirayudha Pramana Bhakti, M.Pd, selaku dosen wali yang senantiasa memberikan bimbingan dan nasehat selama peneliti menjadi mahasiswa.
8. Siswa MAN 2 Kota Pekalongan yang bersedia dan meluangkan waktu menjadi subjek penelitian ini.
9. Baznas Jateng, selaku pemberi beasiswa selama peneliti menjadi mahasiswa.
10. Dewi Laela Nur Fania selaku teman yang saya ajak kesana-kemari dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini tidak luput dari kesalahan dan kekurangan. Oleh karena itu, peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran untuk dari pembaca. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua, Aaminn.

Pekalongan, 17 September 2023

Penulis



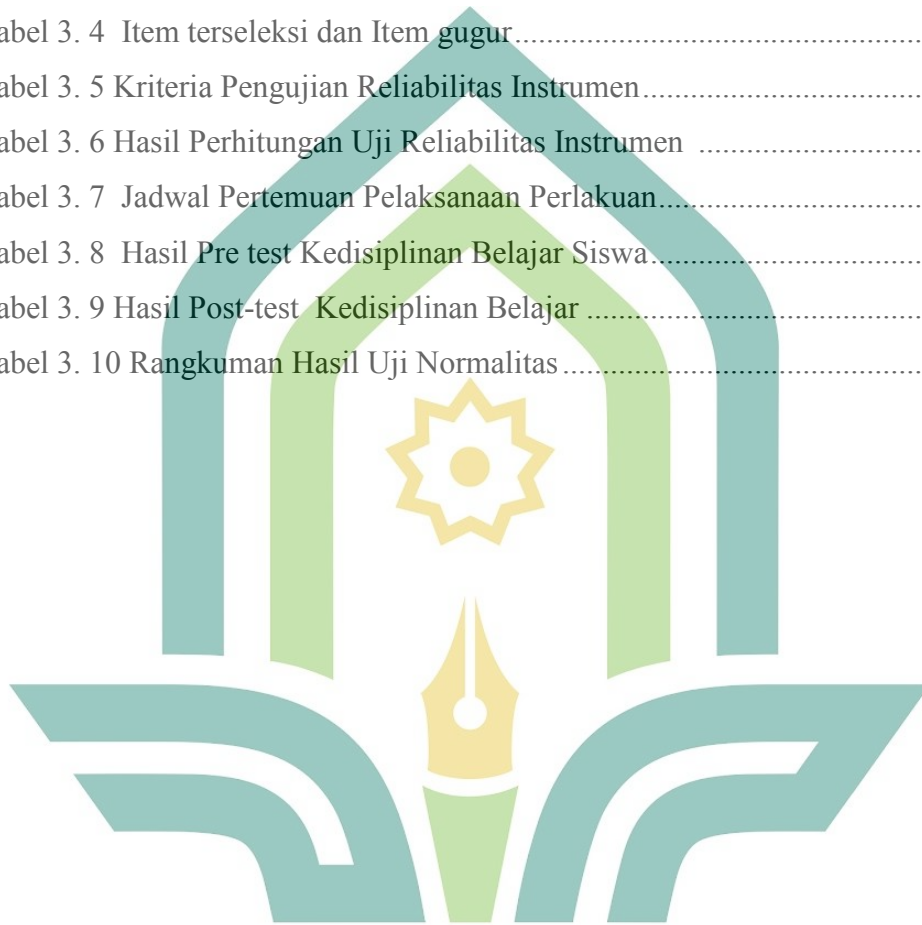
DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
NOTA PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN	iv
PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Tinjauan Pustaka	5
1. Analisis Teori	5
2. Penelitian yang Relevan	10
3. Kerangka Berpikir	13
4. Hipotesis Penelitian	16
F. Metode Penelitian	16
1. Jenis dan Desain Penelitian	16
2. Variabel Penelitian	18
3. Populasi, Sampel dan Teknik pengambilan sampel	20
4. Instrumen Penelitian	21
5. Teknik Pengolahan dan Analisis Data	26
G. Sistematika Penulisan	26
BAB II BIMBINGAN ISLAM DENGAN TEKNIK SELF-MANAGEMENT DAN KEDISIPLINAN BELAJAR	29
A. Bimbingan Islam dengan Teknik Self-Management	29
1. Bimbingan Islam	29
2. Teknik Self Management	33
3. Bimbingan Islam dengan Teknik Self-Management	36
B. Kedisiplinan Belajar	37
1. Pengertian Kedisiplinan Belajar	37
2. Bentuk Kedisiplinan Belajar	38
3. Ciri-Ciri Kedisiplinan Belajar	39
4. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Kedisiplinan Belajar	40

BAB III EFEKTIVITAS BIMBINGAN ISLAM DENGAN TEKNIK SELF-MANAGEMENT TERHADAP TINGKAT KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA MAN 2 KOTA PEKALONGAN	42
A. Gambaran Umum MAN 2 Kota Pekalongan	42
B. Deskripsi Subjek Penelitian	46
C. Hasil Uji Instrumen Penelitian	46
1. Instrumen Panduan Bimbingan Islam dengan Teknik Self-Management.....	46
2. Instrumen Pengumpulan Data.....	49
D. Perlakuan Penelitian.....	56
E. Kedisiplinan belajar siswa MAN 2 Kota Pekalongan sebelum diberikan bimbingan islam dengan teknik self-management.....	60
F. Kedisiplinan belajar siswa MAN 2 Kota Pekalongan sesudah diberikan bimbingan islam dengan teknik self-management.....	61
G. Efektivitas Bimbingan Islam dengan Teknik Self-Management terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa MAN 2 Kota Pekalongan...	62
1. Uji Prasyarat Analisis	62
2. Uji Hipotesis	64
BAB IV ANALISIS EFEKTIVITAS BIMBINGAN ISLAM DENGAN TEKNIK SELF-MANAGEMENT TERHADAP TINGKAT KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA MAN 2 KOTA PEKALONGAN	66
A. Analisis Kedisiplinan Belajar Siswa MAN 2 Kota Pekalongan Sebelum diberikan Bimbingan Islam dengan Teknik Self-management.	66
B. Analisis Kedisiplinan Belajar Siswa MAN 2 Kota Pekalongan Setelah diberikan Bimbingan Islam dengan Teknik Self-management.	68
C. Analisis Efektivitas Bimbingan Islam dengan Teknik Self-Management terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa MAN 2 Kota Pekalongan.	69
BAB V PENUTUP.....	74
A. Kesimpulan.....	74
B. Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Blueprint Skala Kedisiplinan Belajar.....	20
Tabel 1. 2 Skala Likert	23
Tabel 3. 1 Penskoran Jawaban Skala Kedisiplinan Belajar	50
Tabel 3. 2 Interval dan Kategori Kedisiplinan Belajar Siswa.....	51
Tabel 3. 3 Hasil Perhitungan Uji Validitas Menggunakan Microsof Excel.....	53
Tabel 3. 4 Item terseleksi dan Item gugur.....	54
Tabel 3. 5 Kriteria Pengujian Reliabilitas Instrumen.....	55
Tabel 3. 6 Hasil Perhitungan Uji Reliabilitas Instrumen	55
Tabel 3. 7 Jadwal Pertemuan Pelaksanaan Perlakuan.....	56
Tabel 3. 8 Hasil Pre test Kedisiplinan Belajar Siswa.....	60
Tabel 3. 9 Hasil Post-test Kedisiplinan Belajar	61
Tabel 3. 10 Rangkuman Hasil Uji Normalitas	63



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Modul Panduan Perlakuan
- Lampiran 2 Instrumen Penilaian Modul Panduan Perlakuan
- Lampiran 3 Hasil Perhitungan Valliditas Isi Per Item Instrumen Penilaian Modul
- Lampiran 5 Skala Kedisiplinan Belajar
- Lampiran 6 Item-item Pernyataan Sebelum dan Sesudah diperbaiki
- Lampiran 7 Tabel R
- Lampiran 8 Hasil Uji Validitas Instrumen Skala Kedisiplinan Belajar Menggunakan Korelasi *Product Moment*
- Lampiran 9 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Skala Kedisiplinan Belajar Menggunakan Korelasi *Alpha Cronbach*
- Lampiran 10 Rekap Data Hasil Skala Kedisiplinan Belajar Subjek Penelitian
- Lampiran 11 Hasil Uji Normalitas Menggunakan *Kolomogorov-Smirnov*
- Lampiran 12 Hasil Uji Homogenitas
- Lampiran 13 Hasil Uji Hipotesis Menggunakan Uji-t (*Paired Sampel t-test*)
- Lampiran 14 Hasil *Pre-test* Kedisiplinan Belajar siswa
- Lampiran 15 Hasil *Post-test* Kedisiplinan Belajar siswa
- Lampiran 16 Hasil Perbandingan Skor Kedisiplinan Belajar Siswa

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kedisiplinan belajar menjadi persoalan yang penting dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah. Peserta didik yang tidak memiliki kedisiplinan belajar akan terganggu aktivitasnya. Menurut Sarbaini bentuk dari siswa yang tidak memiliki kedisiplinan belajar antara lain, tidak mengikuti mata pelajaran dengan alasan tertentu, malas mencatat, terlambat masuk kelas, tidak memperhatikan penjelasan guru dan juga berbuat gaduh didalam kelas. ¹

Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya, menyatakan bahwa kedisiplinan belajar merupakan permasalahan yang penting karena dapat mempengaruhi hasil belajar siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Faiqotul Isnaini, menunjukan bahwa pemberian konseling kelompok dengan teknik *self-management* dapat meningkatkan kedisiplinan belajar. Hal ini dikarenakan terdapat perubahan perilaku yang adaptif dari siswa, mempersiapkan diri untuk menghadapi perubahan dan membantu perubahan sikap negatif siswa. ²

Selanjutnya, terdapat penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati yang menyatakan bahwa jika kedisiplinan belajar dimiliki oleh semua siswa maka akan terbentuk kegiatan belajar yang baik dan lancar. Dalam penelitian, juga dijelaskan bahwa teknik *self-management* secara efektif dapat meningkatkan

¹Faiqotul Isnaini, Taufik, “Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar”,(Surakarta:*Jurnal Penelitian Humaniora*, No II, Agustus, XVI, 2015), hlm.34.

² Faiqotul Isnaini, Taufik, “Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar.. hlm.38-41.

kedisiplinan belajar siswa. Hal ini dikarenakan dalam teknik ini menekankan pada perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik. Sehingga siswa dapat memperoleh prestasi belajar yang maksimal.³

Djojonegoro menyebutkan bahwa siswa yang memiliki kedisiplinan belajar memiliki 3 ciri-ciri yaitu. Pertama, memiliki motivasi dalam kegiatan pembelajaran dan berorientasi pada prestasi yang unggul. Kedua, memiliki motivasi yang berkaitan dengan bakat dan potensi lain yang dimilikinya. Ketiga memiliki daya saing, kerjasama dan kemampuan penalaran yang matang.⁴

Dari pengertian dan ciri yang sudah dipaparkan terkait kedisiplinan belajar, menjadi sikap yang sangat penting untuk dimiliki semua siswa. Karena dapat membantu dalam proses belajar maupun kegiatannya sehari-hari. Namun, tidak semua siswa di MAN 2 Kota Pekalongan memiliki kedisiplinan belajar. Contohnya seperti datang terlambat ke sekolah, bolos ketika pelajaran, menunda tugas yang diberikan oleh guru dan ketidakpatuhan lainnya.⁵ Akan tetapi, sudah ada penanganan yang diberikan kepada siswa untuk mengurangi permasalahan tersebut, yaitu pemberian bimbingan islam yaitu bantuan yang diberikan pada siswa, dan berupa tadarus, sholat dhuha dan dzikir pagi guna mencegah siswa agar tidak berangkat terlambat. Pembiasaan lainnya juga dilakukan setiap Hari Jum'at dengan mengadakan tadarus pagi di masjid

³ Ghet Ayu Rahmawati, "Efektifitas *Self Management* untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas TPM SMK Muhammadiyah 2 Kota Kediri Tahun Pelajaran 2018/2019", (Kediri: *Artikel Skripsi*, No II, 2019), Hlm. 9-10.

⁴ Tu'u Tulus, "*Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Belajar*", (Jakarta: Grasindo, 2004), hlm.15.

⁵ Lulu Hudiawaty, Guru Bimbingan Konseling MAN 2 Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 3 April 2023.

sekolah. Namun, pemberian bimbingan islam untuk mengatasi kedisiplinan belajar sendiri masih dinilai kurang, karena tingkat kedisiplinan yang masih rendah.⁶

Melihat permasalahan dari kedisiplinan belajar yang terdapat di MAN 2 Kota Pekalongan, dan juga penyelesaian yang telah dilakukan. Maka diperlukan teknik untuk membimbing siswa dengan tujuan meningkatkan kedisiplinan belajar. Peningkatan ini harus dilakukan secara sadar dan memiliki keinginan untuk mengubah perilakunya. Pada penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya dapat di simpulkan bahwa, terdapat teknik *self-management* yang dapat meningkatkan kedisiplinan belajar. Dan menurut Komalasari, bahwa *self management* menjadi teknik yang dapat mengubah tingkah laku, dengan bentuk pemantauan diri, pengendalian rangsangan dan penghargaan terhadap diri sendiri. Sehingga teknik ini dapat meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.⁷

Dan berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan, maka dalam penelitian ini akan dilihat bagaimana **“Efektivitas Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management* terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa MAN 2 Kota Pekalongan.**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

⁶ Lulu Hudiawaty, Guru Bimbingan Konseling MAN 2 Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 3 April 2023.

⁷Faiqotul Isnaini, Taufik, “Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar”,... hlm: 34.

1. Bagaimana tingkat kedisiplinan belajar siswa MAN 2 Kota Pekalongan sebelum pelaksanaan bimbingan islam dengan teknik *self-management*?
2. Bagaimana tingkat kedisiplinan belajar siswa MAN 2 Kota Pekalongan setelah pelaksanaan bimbingan islam dengan teknik *self-management*?
3. Bagaimana efektivitas bimbingan islam dengan teknik *self-management* terhadap kedisiplinan belajar siswa di MAN 2 Kota Pekalongan?

C. Tujuan Penelitian

Dari pemaparan rumusan masalah, adapun tujuan yang akan dicapai oleh peneliti dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Mengetahui tingkat kedisiplinan belajar siswa MAN 2 Kota Pekalongan sebelum pelaksanaan bimbingan islam dengan teknik *self-management*.
2. Mengetahui tingkat kedisiplinan belajar siswa MAN 2 Kota Pekalongan setelah pelaksanaan bimbingan islam dengan teknik *self-management*.
3. Memahami mengenai efektivitas bimbingan islam dengan teknik *self-management* terhadap kedisiplinan belajar siswa di MAN 2 Kota Pekalongan.

D. Manfaat Penelitian

Dari penelitian yang telah dilakukan, dapat diambil manfaatnya yaitu:

1. Secara Teoritis

Dari penelitian yang dilakukan diharapkan dapat menjadi sebuah kontribusi pemikiran. Dan dapat dikembangkan dalam ilmu pengetahuan dan ilmu dakwah terutama dalam Bimbingan Penyuluhan Islam. Terutama yang berkaitan dengan peran pembimbing atau guru BK.

Harapannya pembimbing atau guru BK dapat melakukan penyelesaian, ataupun pembentukan layanan bimbingan islam menggunakan teknik *self-management*. Dan juga permasalahan terkait kedisiplinan belajar. Selain kontribusi pemikiran, penelitian ini juga dapat digunakan sebagai acuan atau referensi pada penelitian selanjutnya.

2. Secara Praktis

- a. Bagi subjek penelitian, dari hasil penelitian yang dilakukan diharapkan dapat menerapkan kedisiplinan belajar di MAN 2 Kota Pekalongan.
- b. Bagi sekolah maupun guru BK, dari hasil penelitian diharapkan dapat membantu pihak sekolah maupun guru BK dapat meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.
- c. Bagi masyarakat, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi pada masyarakat terutama terkait permasalahan bimbingan islam dengan teknik *self-management* maupun mengenai kedisiplinan belajar.

E. Tinjauan Pustaka

1. Analisis Teori

a. Kedisiplinan Belajar

Kedisiplinan menurut Tu'u Tulus merupakan sarana dalam pendidikan yang berperan dalam mempengaruhi, mendorong, mengendalikan, mengubah, membina dan membentuk perilaku yang

sesuai dengan peraturan. Oleh karena itu, peraturan dalam pembentukan kedisiplinan belajar siswa sangat penting di berlakukan.⁸

Kedisiplinan belajar sangat penting bagi siswa. Karena dapat membantu dalam beberapa aspek berikut:

- 1) Membantu siswa untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan tidak menciptakan perilaku yang menyimpang.
- 2) Menunjukkan keahlian siswa pada lingkungannya.
- 3) Menjauhkan siswa dari tindakan yang dilarang di sekolah.
- 4) Membiasakan diri untuk hidup baik dan positif.
- 5) Menciptakan ketenangan jiwa.⁹

Selanjutnya, kedisiplinan belajar memiliki faktor-faktor yang mempengaruhinya. Menurut Surdadi (dalam Adam Achmadi dkk, 2021) menyatakan bahwa faktor kedisiplinan belajar antara lain. Yang pertama, faktor dari dalam diri yang meliputi ranah kognitif, minat dan juga motivasi. Kedua, faktor dari luar, yang meliputi lingkungan, keluarga maupun masyarakat. Sedangkan, menurut Yuliantika dalam penelitian yang sama faktor dari kedisiplinan belajar antara lain, kondisi psikis maupun fisik, kebiasaan dalam keluarga, penerapan tata tertib di sekolah, dan kondisi masyarakat sekitar.¹⁰

Nana Sudjana, menyebutkan indikator yang dapat mengukur tingkat kedisiplinan belajar meliputi:

⁸Tu'u Tulus, "Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Belajar,.... hlm. 30.

⁹ Tu'u Tulus, "Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Belajar,... hlm. 35.

¹⁰ Adam Achmadi, Ayong Linawati, "Pengaruh Penggunaan Teknik Self-Management dalam Konseling Kelompok terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas XI SMP Negeri 24 Surabaya", (Surabaya: *Jurnal Penelitian dan Pembelajaran*, No II, XXXVIII, 2021), hlm. 71.

- 1) Masuk kelas tepat waktu, artinya siswa tepat waktu dalam mengikuti kegiatan pembelajaran.
- 2) Mengenakan seragam sesuai dengan ketentuan sekolah.
- 3) Memperhatikan pelajaran yang diberikan oleh guru.
- 4) Berpartisipasi aktif dalam kegiatan pembelajaran dan tidak membolos.
- 5) Memiliki rencana dalam kegiatan belajar yang teratur.
- 6) Mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru.¹¹

b. Bimbingan Islam

Ahmad Mubarak menyatakan bahwa, Bimbingan Islam adalah bantuan yang diberikan kepada individu, atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir dan batin. Bimbingan ini diberikan untuk membantu individu memahami siapa diri mereka dan bagaimana menghadapi masalah agar dapat hidup harmonis yang sesuai petunjuk dalam Al-Qur'an dan Hadis.¹²

Purmansyah juga menambahkan bahwa, tujuan dari pemberian bimbingan islam adalah membantu siswa menjadi individu yang bermanfaat dan dapat menggunakan waktunya dengan efektif dan efisien. Siswa dilatih agar lebih produktif dan tidak menyia-nyaiakan waktunya. Bimbingan islam yang diberikan dengan teknik *self-management* juga dapat disebut sebagai manajemen diri. Dalam prespektif islam, merupakan kemampuan individu dalam mengelola dirinya sehingga

¹¹Nana Sudjana, *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2017), hlm.167-169.

¹² Ahmad Mubarak, *Al-Irsyad an Nafsy, Konseling Agama Teori dan Kasus*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002), hlm.4-5.

terjadi keselarasan antara dirinya, orang lain dan juga lingkungan sekitar yang berdasarkan pada Al-Qur'an dan hadis.¹³

Dalam pemberian bimbingan islam terdapat beberapa tahap¹⁴ yang meliputi:

1) Tahap Awal

Pada tahap ini, diawali dengan pertemuan klien dengan konselor. Klien mulai memaparkan permasalahan yang dialami.

2) Tahap Pertengahan

Tahap pertengahan atau dapat dikatakan sebagai tahap kerja, merupakan proses dari kegiatan bimbingan islam. Pada tahap ini, fokus pada identifikasi masalah yang dialami klien.

3) Tahap Akhir

Pada tahapan ini, klien diharapkan mengalami perubahan perilaku kearah yang positif, dan dapat merencanakan hidup dimasa depan.

c. *Self-Management*

Self-Management merupakan salah satu teknik dalam psikologi yang bertujuan untuk meningkatkan kedisiplinan. Teknik ini juga dapat digunakan dalam membantu individu untuk mengatur, memantau, dan mengevaluasi dirinya sendiri untuk mencapai perubahan tingkah laku yang lebih baik. Gunarsah menyatakan bahwa *self-management* atau

¹³ Purmasyah Ariadi, "Kesehatan Mental dalam Prespektif Islam", (*Syifa' medika*, No.II, III,2013), hlm. 120.

¹⁴ Sofyan S Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta,2004), hlm.50.

pengolahan diri juga merupakan tahapan ketika klien menggunakan keterampilan dan teknik mengurus diri untuk menghadapi permasalahan yang dialaminya.¹⁵

Selanjutnya, *self-management* menurut Gerald Corey menyebutkan bahwa *self-management* merupakan model dari *cognitive behavior therapy*. Dalam *self-management* terdapat 4 strategi yang meliputi: Monitor diri (*self-MONITORING*), penguatan positif (*self-reward*), perjanjian dengan diri sendiri (*self-contracting*) dan juga pengawasan terhadap rangsangan (*stimulus control*). *Self-management* menjadi serangkaian teknis dalam mengubah perilaku, pikiran dan juga perasaan. Teknik ini juga menjadi gabungan antar pendekatan *behavioral* dan kognitif, hal ini dapat membantu individu untuk mengubah tingkah laku yang merugikan dirinya.¹⁶

Dalam pelaksanaannya *self-management* dilakukan dalam tiga tahap yang meliputi:

- 1) Tahap monitor, yaitu proses dimana individu melakukan pengamatan terhadap tingkah lakunya dengan cermat.
- 2) Tahap evaluasi, yaitu proses ketika individu melakukan penilaian terhadap tingkah lakunya saat ini dan tingkah laku yang diinginkan.

¹⁵ Gunarsah Singgih D, *Konseling dan Psikologi*,(Jakarta: Libri, 2011), Hlm.204.

¹⁶ Ujang Yosep Ayubi, "Peningkatan Tanggung Jawab Studi Melalui Bimbingan Konseling Islam Pendekatan Teknik *Self Management*",(Bandung:*Jurnal Al Isyraq*, No I, Juni, II, 2019), hlm. 79.

- 3) Tahap penguatan, yaitu proses individu yang memberikan penguatan, penghapusan atau hukuman atas tindakan yang telah dilakukan.¹⁷

2. Penelitian yang Relevan

Untuk mengetahui dari sisi mana dalam penelitian yang telah dilakukan dan sisi lain yang belum terungkap. Dari hal tersebut diperlukan kajian terlebih dahulu, dengan demikian akan lebih mudah untuk menentukan fokus pembahasan yang belum dilakukan pada penelitian terdahulu. Dan berikut adalah hasil kajian penelitian yang menurut penulis relevan dengan penelitian ini antara lain:

- a. Skripsi dengan judul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self-Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019” yang ditulis oleh Eka Nuryanti (1411080038). Pembahasan dalam penelitian ini meliputi, pemberian layanan bimbingan dengan cara bimbingan kelompok yang bertujuan untuk meningkatkan kedisiplinan. Selain itu dalam pelaksanaannya bimbingan kelompok memiliki 4 tahapan meliputi tahap pengenalan, peralihan, kegiatan dan juga evaluasi.¹⁸ Penelitian tersebut memiliki kesamaan dengan penelitian yang akan dilakukan penulis, yaitu dalam penggunaan teknik *self-management*. Tetapi juga memiliki perbedaan yaitu terkait layanan bimbingan yang diberikan. Dalam penelitian ini

¹⁷ Gantina Komala Sari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta: Penerbit Indeks, 2011), hlm. 180.

¹⁸Eka Nuryanti, “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self-Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019”,(Lampung: *UIN Raden Intan Lampung*, 2018).

layanan bimbingan yang diberikan yaitu bimbingan kelompok, sedangkan yang dilakukan penulis adalah bimbingan islam yang diberikan secara klasikal.

- b. Skripsi dengan judul “Eksperimentasi Konseling Individu dengan Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar *Online* di Masa Pandemi pada Peserta Didik Kelas XI IPS SMA Yadika Bandar Lampung” hasil karya Fifin Yulianingsih (1811080203). Dalam penelitian ini, peneliti melakukan eksperimen terkait kedisiplinan belajar siswa pada masa pandemi. Peneliti mengaplikasikan pendekatan *behavioral* dengan teknik *self-management* dalam penelitiannya.¹⁹ Kesamaan dalam penelitian yang dilakukan oleh penulis dengan penelitian ini yaitu pada penggunaan teknik dan juga tujuan yang akan di capai yaitu melihat pengaruh *self-management* dengan kedisiplinan belajar. Sedangkan perbedaan dalam penelitian yang dilakukan oleh penulis terdapat pada bentuk layanan yang diberikan. Peneliti menggunakan bimbingan islam dengan cara kelompok, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan konseling individu.
- c. Jurnal dengan judul “Efektivitas Teknik *Self-Management* untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa SMA”, yang ditulis oleh Annisa Nurul Fatimah, Winny Sujayati dan Wiwin Yuliani. Dalam penelitian dapat disimpulkan bahwa teknik *self-management* dapat

¹⁹Fifin Yulianingsih, “Eksperimentasi Konseling Individu dengan Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar *Online* di Masa Pandemi pada Peserta Didik Kelas XI IPS SMA Yadika Bandar Lampung”,(Lampung: *UIN Raden Intan Lampung*, 2022).

digunakan untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa. Penggunaan teknik ini dapat melatih siswa dalam melakukan proses belajar mengajar dengan semestinya.²⁰ Dari penelitian yang sudah dipaparkan, terdapat kesamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis, yaitu terkait teknik *self-management* dan kedisiplinan belajar. Tetapi di sisi lain, terdapat perbedaan dalam metode penelitian. Yang mana, dalam jurnal menggunakan penelitian pustaka, sedangkan penulis melakukan penelitian pustaka disertai penelitian di lapangan.

- d. Jurnal dengan judul “Strategi *Self-Management* untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar”, yang ditulis oleh Faiqotul Isnaini dan Taufik. Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri di Margoyoso Kabupaten Pati. Dalam penelitian ini menggunakan teknik eksperimen. Dan selanjutnya dibentuk tiga kelompok yang meliputi, kelompok eksperimen, kelompok kontrol 1 dan kelompok kontrol 2. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa strategi *self-management* dapat meningkatkan kedisiplinan belajar.²¹ Penelitian yang dipaparkan dalam jurnal memiliki variabel yang sama dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis yaitu terkait hubungan *self-management* dengan kedisiplinan belajar siswa. Walaupun demikian, terdapat pembeda dari kedua penelitian ini yaitu proses dalam penelitian,

²⁰Annisa Nurul Fatimah et all, “Efektivitas Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa SMA”, (Cimahi: *IKIP Siliwangi*, 2019)..

²¹ Faiqotul Isnaini, Taufik, “Strategi Self-Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar”, (Surakarta: *Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 2015).

dimana dalam jurnal menggunakan 3 kelompok yang meliputi 2 kelompok kontrol dan 1 kelompok eksperimen. Sedangkan peneliti hanya menggunakan 1 kelompok yang akan dilihat perbedaannya sebelum dan sesudah diberikannya layanan bimbingan islam.

- e. Jurnal dengan judul “Peningkatan Tanggung Jawab Studi Melalui Bimbingan Konseling Islam Pendekatan Teknik *Self-Management*” yang ditulis oleh Ujang Yosep Ayubi. Dalam penelitian ini, membahas terkait proses bimbingan konseling islam dengan teknik *self-management* guna meningkatkan tanggung jawab belajar mahasiswa UIN Bandung. Dari penelitian ini di dapatkan bahwa, teknik *self-management* yang diberikan mampu meningkatkan kedisiplinan, tanggung jawab dan pengaturan waktu mahasiswa tersebut.²² Penelitian yang dijelaskan dalam jurnal memiliki variabel yang sama yaitu bimbingan konseling islam dengan teknik *self-management*. Walaupun demikian, terdapat pembeda dari kedua penelitian ini yaitu metode dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Selain metode juga terdapat perbedaan dalam pemilihan objek, karena dalam penelitian ini objek yang diteliti yaitu tanggung jawab studi mahasiswa di UIN Bandung.

3. Kerangka Berpikir

Berdasarkan tinjauan pustaka yang sudah dijelaskan sebelumnya, maka dapat diperoleh bentuk kerangka berpikir mengenai kedisiplinan

²²Ujang Yosep Ayubi, “Peningkatan Tanggung Jawab Studi Melalui Bimbingan Konseling Islam Pendekatan Teknik *Self Management*”,...hlm.79.

belajar. Kedisiplinan belajar menjadi sikap yang harus dimiliki oleh siswa karena dapat membantu proses pembelajaran yang diterima oleh siswa baik di dalam kelas maupun di luar kelas.²³

Berikutnya, permasalahan siswa dalam kedisiplinan belajar antara lain²⁴ meliputi:

- a. Tidak masuk kelas tepat waktu.
- b. Tidak menggunakan seragam sesuai dengan ketentuan sekolah.
- c. Tidak memperhatikan pelajaran yang diberikan oleh guru.
- d. Membolos.
- e. Tidak memiliki rencana belajar yang teratur.
- f. Tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru.

Masalah kedisiplinan belajar tersebut juga terjadi di MAN 2 Kota Pekalongan. Untuk mengatasi hal ini, siswa MAN 2 Kota Pekalongan diberikan bimbingan islam untuk meningkatkan kedisiplinan belajarnya. Pelaksanaan bimbingan islam untuk meningkatkan kedisiplinan belajar dapat diberikan dengan teknik *self-management*.

Bimbingan islam dengan teknik *self-management* merupakan pemberian bantuan pada individu untuk menyelesaikan permasalahannya, dan dapat hidup harmonis sesuai dengan petunjuk dalam Al-Qur'an dan Hadis. Bimbingan islam diberikan meliputi tiga tahap yaitu tahap awal, pertengahan dan penutup. Menurut Gunarsah,²⁵ teknik *self-management*

²³ Nana Sudjana, *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*,... hlm.167.

²⁴ Nana Sudjana, *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*,... hlm.165.

²⁵ Gunarsah Singgih D, *Konseling dan Psikologi*... Hlm. 204.

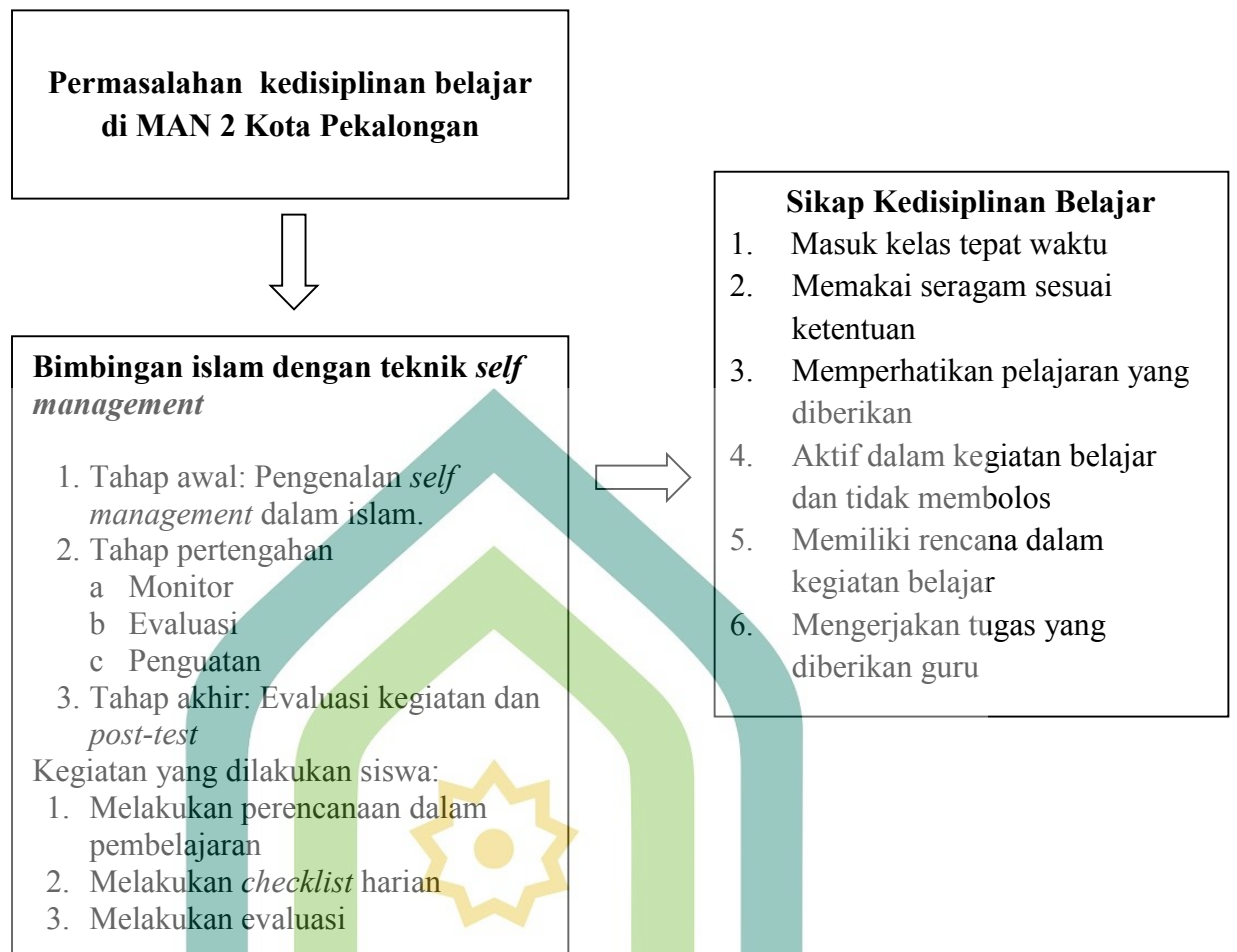
yang diberikan pada tahap pertengahan pada bimbingan islam. Yang meliputi 3 tahap yaitu tahap monitor, tahap evaluasi dan tahap penguatan. juga dapat digunakan dalam membantu individu untuk mengatur, memantau, dan mengevaluasi dirinya sendiri untuk mencapai perubahan tingkah laku yang lebih baik.²⁶

Hasilnya diharapkan, siswa dapat meningkatkan kedisiplinan belajar yang tercermin dari sikap seperti,²⁷ masuk kelas tepat waktu. Memakai seragam sesuai dengan ketentuan sekolah. Memperhatikan pelajaran yang diberikan oleh guru. Aktif dalam kegiatan pembelajaran dan tidak membolos. Memiliki rencana dalam kegiatan belajar yang teratur, Mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru

Dan dari penjelasan tersebut, maka dapat dikatakan bahwa pemberian bimbingan islam dengan teknik *self-management* dapat meningkatkan kedisiplinan belajar siswa. Dan berikut adalah alur kerangka berpikir dalam penelitian ini

²⁶ Gantina Komala Sari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling...* hlm. 180.

²⁷ Nana Sudjana, *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar,...* hlm. 167-169



Gambar 1.1 Konsep Kerangka Berpikir

4. Hipotesis Penelitian

Pada penelitian skripsi ini, penulis merumuskan sebuah hipotesis, yaitu sebagai berikut:

H_a : Terdapat perbedaan yang signifikan setelah dan sebelum pemberian Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management* terhadap Tingkat Kedisiplinan Belajar Siswa MAN 2 Kota Pekalongan.

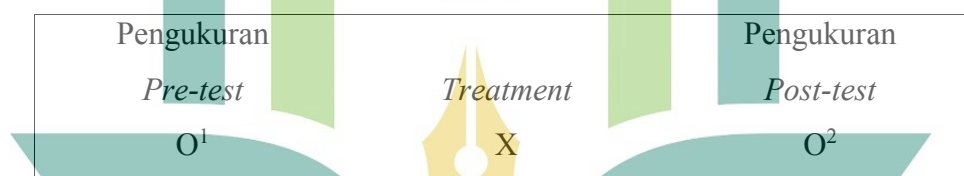
F. Metode Penelitian

1. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian yang akan dilakukan termasuk pada jenis penelitian lapangan (*Field Research*), yang menggunakan metode penelitian

eksperimen. Menurut Sugiyono, penelitian eksperimen merupakan bentuk penelitian yang digunakan untuk mengetahui pengaruh perlakuan (*treatment*) yang diberikan terhadap suatu hal dalam kondisi yang terkendali.²⁸

Selanjutnya, jenis penelitian eksperimen yang digunakan yaitu *pre-eksperimental*, dengan desain penelitian *one-group pretest-posttest*. Penelitian dengan jenis *pre-eksperimental* tidak memiliki kelas kontrol, dan hanya memiliki satu kelas, yaitu kelas eksperimen saja. Desain ini dipilih karena besarnya pengaruh dari *treatment* yang dilakukan lebih akurat. Hal ini dikarenakan adanya pemberian *pre-test* dan *post-test* pada kelas eksperimen.²⁹ Dan desain dari penelitian tersebut dapat dilihat melalui gambar berikut:



Gambar 1.2 Desain Penelitian One-Group Pretest-Posttest

Sumber: Sugiyono, "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D"

Keterangan:

O_1 = Nilai *Pre-test*

O_2 = Nilai *Post-test*

X = Perlakuan atau *treatment* yang diberikan

²⁸Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2017), hlm.72

²⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*,... hlm. 74

Rancangan dari penelitian ini dapat dilihat sebagai berikut:

a. Tahap *Pre-test*

Pre-test dilakukan guna melihat tingkat kedisiplinan belajar siswa MAN 2 Kota Pekalongan sebelum mendapatkan *treatment* yang diberikan dalam bentuk skala kedisiplinan belajar.

b. Pemberian intervensi

Intervensi diberikan pada subjek yang telah dipilih, dengan pemberian bimbingan islam dengan teknik *self-management*.

c. Tahap *Post-test*

Pada tahapan ini, peneliti memberikan angket pada subjek yang telah mendapatkan intervensi. Dan selanjutnya melakukan perbandingan kedua skala kedisiplinan belajar yang telah diberikan.

2. Variabel Penelitian

Variabel merupakan atribut atau objek yang memiliki variasi antara satu dengan yang lainnya.³⁰ Dan dalam penelitian yang dilakukan, terdapat dua variabel yang akan diteliti meliputi, variabel independen (X) merupakan bimbingan islam dengan teknik *self-management*. Dan variabel dependen (Y) adalah kedisiplinan belajar. Dan berikut adalah definisi operasional dari setiap variabel.

a. Bimbingan islam dengan teknik *self-management*

Layanan bimbingan islam yang diberikan dengan teknik *self-management* bertujuan membantu siswa dalam menghadapi kesulitannya

³⁰Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D...* Hlm. 38

agar hidup sesuai dengan petunjuk Al-Qur'an dan hadis. Terdapat 3 tahapan bimbingan islam dengan teknik *self-management*. Antara lain: (1) Tahap awal, yang mana pada tahap ini siswa diminta untuk melakukan pengenalan, identifikasi masalah dan *pre-test*. (2) Tahap pertengahan, dalam tahap ini teknik *self-management* digunakan dengan tahapan monitor diri, evaluasi dan penguatan. (3) Tahap akhir, yaitu tahap evaluasi kegiatan dan *post-test*.

b. Kedisiplinan Belajar

Kedisiplinan belajar merupakan sikap yang menunjukkan kepada aturan yang diberikan sekolah selama proses pembelajaran. Dalam penelitian, kedisiplinan belajar ini akan diukur menggunakan skala kedisiplinan belajar yang merujuk dari teori sikap kedisiplinan sebagai berikut:

- 1) Masuk kelas tepat waktu, artinya siswa masuk kelas untuk mengikuti kegiatan belajar dengan tepat waktu.
- 2) Memakai seragam sesuai dengan ketentuan sekolah, merupakan sikap yang mematuhi aturan dalam memakai seragam.
- 3) Memperhatikan pelajaran yang diberikan oleh guru, pemberian materi oleh guru terkadang tidak diberikan secara detail dan siswa harus memperhatikan penjelasan tersebut, maupun mencari sumber referensi lain yang sesuai.
- 4) Aktif dalam kegiatan pembelajaran dan tidak membolos, dalam kegiatan pembelajaran siswa akan selalu mengikutinya sampai akhir.

- 5) Memiliki rencana dalam kegiatan belajar yang teratur, kebiasaan teratur dalam belajar sangat penting di bandingkan lama waktu dalam kegiatan belajar. Dengan demikian, siswa harus mempunyai rencana dalam belajar untuk mencapai kesuksesan.
- 6) Mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, kegiatan pembelajaran tidak terlepas dari pemberian tugas oleh guru. Oleh karena itu, untuk mendukung kedisiplinan belajar siswa harus mengerjakan tugas yang diberikan. Adapun persebaran atau kisi-kisi pernyataan yang akan dibuatkan skala dapat dilihat melalui *blueprint* berikut ini:

Tabel 1. 1 Blueprint Skala Kedisiplinan Belajar

No	Indikator	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Masuk kelas tepat waktu.	1, 3	2, 4	4 Item
2.	Memakai seragam sesuai dengan ketentuan sekolah.	6, 8, 10	5, 7	5 Item
3.	Memperhatikan pelajaran yang diberikan oleh guru.	9, 11, 13	12, 14, 16	6 Item
4.	Aktif dalam kegiatan pembelajaran dan tidak membolos.	18, 20, 33	15, 17, 19	6 Item
5.	Memiliki rencana dalam kegiatan belajar yang teratur.	21, 23, 25	24, 26, 28	6 Item
6.	Mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru.	30, 32, 22	27,29, 31	6 Item

3. Populasi, Sampel dan Teknik pengambilan sampel

a. Populasi

Dalam penelitian ini, yang dimaksudkan populasi yaitu semua siswa kelas XI MAN 2 Kota Pekalongan yang berjumlah 139 orang.

b. Sampel dan Teknik pengambilan sampel

Dalam penelitian eksperimen, penentuan responden yang digunakan yaitu *non-probability sampling*. Dan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Definisi dari *purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan menggunakan kriteria atau ciri-ciri tertentu.³¹ Dengan karakteristik sebagai berikut:

- 1) Merupakan siswa aktif MAN 2 Kota Pekalongan.
- 2) Memiliki masalah kedisiplinan belajar yang kurang, dan memerlukan bimbingan islam dengan teknik *self-management*. Data didapatkan dari guru BK MAN 2 Kota Pekalongan.
- 3) Memiliki ciri-ciri tingkatan rendah dan sedang terkait kedisiplinan belajar yang didapatkan dari skala kedisiplinan belajar.

4. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian eksperimen, pengujian instrumen penelitian dilakukan sebanyak dua kali. Instrumen tersebut meliputi, instrumen panduan perlakuan dan instrumen pengambilan data. Panduan perlakuan yaitu, panduan dari pelaksanaan kegiatan bimbingan islam dengan teknik *self-management*. Instrumen perlakuan ini bertujuan untuk menilai modul panduan yang telah disusun oleh peneliti sebelumnya. Selanjutnya berkaitan dengan instrumen pengambilan data merupakan pengumpulan data yang digunakan untuk mengambil data terkait kedisiplinan belajar siswa di MAN 2 Kota Pekalongan.

³¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*,... hlm. 126.

a. Instrumen Panduan Perlakuan

Instrumen panduan perlakuan berupa modul panduan yang menjadi pedoman dalam melaksanakan bimbingan islam dengan teknik *self-management*. Modul panduan ini bertujuan sebagai pedoman guru Bimbingan Konseling maupun penyuluh dalam memberikan bimbingan islam dengan teknik *self-management*. Setelah penyusunan modul panduan tersebut akan melalui uji ahli, yang meliputi dosen Bimbingan Penyuluhan Islam. Dan aspek yang dinilai meliputi; kegunaan, ketepatan, kelayakan dan kesopanan pada modul. Selanjutnya, penilaian tersebut dianalisis menggunakan indeks Aiken's V yang dirumuskan oleh Lawis R. Aiken.³²

$$V = \frac{\sum s}{n(c-1)}$$

Keterangan:

s = $r - l_0$

l_0 = Angka penilaian validitas yang terendah

c = Angka penilaian validitas yang tertinggi

r = Angka yang diberikan *expert*

n = Jumlah *expert*

b. Instrumen Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan data yang spesifik dan bersifat nyata. Maka memerlukan teknik pengumpulan data. Dan dalam penelitian ini teknik pengumpulan datanya meliputi:

³² Ahmad Saifuddin, *Penyusunan Skala Psikologi*, (Jakarta: Kencana,2020), hlm.161.

1) Skala Kedisiplinan Belajar

Skala merupakan teknik atau instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian. Dalam penelitian ini, instrumen digunakan untuk mengambil data terkait kedisiplinan belajar yang merujuk pada teori yang dikemukakan oleh Djojonegoro.³³

Pengukuran skala kedisiplinan belajar menggunakan *skala likert* dengan lima pilihan jawaban dari pernyataan yang sangat positif sampai pernyataan yang sangat negatif. Penggunaan *skala likert* dipilih karena fenomena sosial dapat diukur dengan sikap, persepsi dan pendapat seseorang.³⁴ Dan berikut format dari *skala likert*

Tabel 1. 2 Skala Likert

Pernyataan <i>Favourable</i> (Pernyataan mendukung skala yang diukur)		Pernyataan <i>Unfavourable</i> (Pernyataan tidak mendukung skala yang diukur)	
Skor	Keterangan	Skor	Keterangan
4	Selalu (SL)	1	Selalu (SL)
3	Sering (SR)	2	Sering (SR)
2	Jarang (JR)	3	Jarang (JR)
1	Tidak Pernah (TP)	4	Tidak Pernah (TP)

Selanjutnya, instrumen tersebut disusun dalam bentuk pernyataan yang akan diberikan pada siswa sebelum dan setelah pemberian *treatment*. Dan sebelum pemberian skala tersebut pada siswa, maka dilakukan uji validitas dan reabilitas sebagai berikut.

³³ Tu'u Tulus, "Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Belajar"... hlm. 15

³⁴ Novalia & Muhammad Syazali, *Olah Data Penelitian Pendidikan*, (Lampung: Anugerah Utama Raharja (AURA), 2014), hlm. 193.

a) Uji Validitas

Uji validitas adalah pengukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan instrumen dalam sebuah penelitian.³⁵ Uji validitas yang dilakukan merupakan pengukuran validitas konstruk menggunakan analisis *product moment*. Pada penelitian ini, untuk melakukan uji validitas penelitian menggunakan bantuan dari aplikasi *Microsoft Excel*. Untuk mengetahui instrumen dikatakan valid dapat dengan membandingkan r hitung dengan r tabel sebagai berikut:

(1) Jika r hitung $>$ r tabel (0.05) maka instrumen dinyatakan valid.

(2) Jika r hitung $<$ r tabel (0.05) maka instrumen dinyatakan tidak valid.³⁶

b) Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan sebuah cara yang bertujuan untuk memperhatikan sejauh mana sebuah alat ukur dapat diandalkan dalam penelitian. Misalnya, dalam sebuah angket atau kuesioner dapat dikatakan reliabel apabila jawaban atas pertanyaan yang diajukan tetap mendapat hasil yang konsisten. Yang disebut dengan reliabilitas konsistensi internal. Uji reliabilitas sering digunakan dalam uji instrumen pada sebuah pengumpulan data dengan menggunakan metode *cronbach's alpha*, yang menghitung koefisien alpha. Dan dapat dikatakan reliabel jika r alpha $>$ r tabel

³⁵ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2010), Edisi Revisi, hlm. 211.

³⁶ Salafudin dan Nalim, *Statistik Inferensial*, (Pekalongan: Stain Pekalongan Press, 2014), hlm. 239.

$df = (a, n-2)$. Dan apabila hasil yang didapatkan dari *cronbach alpha* >0.60 maka data tersebut memiliki kehandalan yang tinggi.³⁷

2) Observasi

Observasi merupakan metode yang digunakan untuk memperoleh dan mengumpulkan data dengan cara mengamati dan melakukan pencatatan terhadap permasalahan yang sesuai di lapangan.³⁸ Dalam penelitian ini, peneliti melakukan pengamatan dalam pelaksanaan bimbingan islam dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa MAN 2 Kota Pekalongan. Pengamatan yang dilakukan terhadap subjek yang sedang diamati dengan melihat sikap yang ditunjukkan selama pemberian bimbingan islam dengan teknik *self-management*.

3) Wawancara

Wawancara merupakan sebuah interaksi yang menghasilkan adanya pertukaran informasi, tanggung jawab, kepercayaan hingga pembagian aturan.³⁹ Dalam penelitian, kegiatan wawancara dilakukan secara non struktural dan bertujuan untuk mendapatkan informasi tambahan terkait subjek penelitian.

4) Dokumentasi

Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data yang didapatkan dari catatan, dokumen, transkrip, agenda dan lain

³⁷ Agung Edy Wibowo, *Aplikasi Praktis SPSS dalam Penelitian*, (Yogyakarta: Gava Media, 2012), hlm. 52

³⁸ Deni Darmawan, *Metode Penelitian Kuantitatif, Cet Ke-1*,... hlm. 14.

³⁹ Deni Darmawan, *Metode Penelitian Kuantitatif, Cet Ke-1*,... hlm. 14.

sebagainya.⁴⁰ Tujuan dari teknik ini untuk mendapatkan hasil dokumentasi berupa *soft file* gambaran umum MAN 2 Kota Pekalongan.

5. Teknik Pengolahan dan Analisis Data

Analisis data merupakan usaha untuk mengetahui tafsiran dari data yang telah dikumpulkan pada kegiatan penelitian.⁴¹ Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas bimbingan islam dengan teknik *self-management* terhadap tingkat kedisiplinan belajar siswa MAN 2 Kota Pekalongan.

Dalam penelitian ini, analisis data yang digunakan yaitu uji *paired sample t-test*. Uji *paired sample t-test* bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan antara dua sampel yang saling berpasangan. Uji *paired sample t-test* merupakan bagian dari analisis statistika parametrik.⁴² Dan hasil untuk uji *paired sample t-test* yaitu:

Jika $p < 0,05$, atau signifikan maka hipotesis diterima.

Jika $p > 0,05$, atau tidak signifikan maka hipotesis ditolak.

G. Sistematika Penulisan

Dalam sebuah penelitian, untuk mendapatkan hasil dari pembahasan yang sistematis dan konsisten harus disusun dengan sedemikian rupa. Penelitian yang baik juga harus menunjukkan sebuah totalitas. Pada skripsi ini,

⁴⁰ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek...* hlm. 231.

⁴¹ Anas Sudiyono, *Pengantar Statistik Pendidikan*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2003), hlm. 192

⁴² Singih Santoso, *Panduan Lengkap SPSS versi 20 Edisi Revisi*, (Jakarta: PT. Ele Media Komputindo, 2014), hlm.45.

sistematika untuk penulisan terdiri dari lima bab. Dan pada masing-masing bab terdiri dari berbagai sub bab dengan susunan sebagai berikut:

Bab I, pendahuluan. Pada bab ini terdapat pembahasan mengenai pendahuluan. Sub bab dari pendahuluan meliputi: latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, metode penelitian, dan juga sistematika penelitian.

Bab II, kajian teori. Pada bab ini membahas terkait teori bimbingan islam, teknik *self-management* dan kedisiplinan belajar siswa. Selanjutnya, sub bab dari bimbingan islam meliputi pengertian, tujuan, fungsi dan tahapan bimbingan islam. Pada sub bab teknik *self-management* menjabarkan terkait, pengertian, manfaat dan tahapan *self-management*. Dan yang terakhir dalam sub bab kedisiplinan belajar dijabarkan pengertian, bentuk kedisiplinan, ciri-ciri dan faktor yang mempengaruhi.

Bab III, hasil penelitian. Pada bab ini berisi gambaran umum dari MAN 2 Kota Pekalongan, kedisiplinan belajar siswa sebelum dan sesudah pemberian bimbingan islam dengan teknik *self-management* dan efektivitas bimbingan islam dengan teknik *self-management* terhadap tingkat kedisiplinan belajar siswa MAN 2 Kota Pekalongan.

Bab VI, analisis hasil penelitian. Pada bab ini membahas terkait analisis hasil penelitian. Terdiri dari analisis kedisiplinan belajar siswa sebelum dan sesudah diberikannya bimbingan islam dengan teknik *self-management*. Dan juga analisis terkait efektivitas bimbingan islam dengan teknik *self-management*.

Bab V, penutup. Bab ini berisi kesimpulan dari kegiatan penelitian dan saran dari peneliti.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian “Efektivitas Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management* terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa MAN 2 Kota Pekalongan” maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Kedisiplinan belajar siswa MAN 2 Kota Pekalongan sebelum diberikan perlakuan memiliki rata-rata sedang. Kedisiplinan belajar siswa berdasarkan hasil *pre-test* adalah 1429 dengan rata-rata 46,1 yang masuk dalam kategori sedang.
2. Kedisiplinan belajar siswa MAN 2 Kota Pekalongan setelah diberikan perlakuan mengalami peningkatan. Berdasarkan hasil *post-test* kedisiplinan belajar, setelah diberikan perlakuan khusus berupa bimbingan islam dengan teknik *Self-Management* mengalami peningkatan. Hasil *post-test* kedisiplinan belajar adalah 1703 dengan rata-rata 54,9 dan termasuk kategori tinggi. Peningkatan skor kedisiplinan belajar secara signifikan terjadi pada hasil *post-test*. Dimana awalnya pada kategori sedang meningkat menjadi kategori tinggi, dengan peningkatan skor rata-rata sebesar 8,8. Maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan islam dengan teknik *Self-Management* dapat meningkatkan kedisiplinan belajar siswa MAN 2 Kota Pekalongan.
3. Efektivitas bimbingan islam dengan teknik *Self-Management* dapat meningkatkan kedisiplinan belajar siswa MAN 2 Kota Pekalongan dihitung

dengan hasil uji hipotesis menggunakan rumus uji t (*paired simple t test*). Perhitungan uji hipotesis dilakukan dengan bantuan program komputer SPSS 22. Dari perhitungan tersebut diperoleh nilai (Sig (2-tailed)) = 0,000. Karena nilai (Sig. (2-tailed)) = 0,000 < 0,05 maka H_a diterima. Dimana H_a berbunyi " Terdapat perbedaan yang signifikan setelah dan sebelum pemberian Bimbingan Islam dengan teknik *self-management* terhadap tingkat kedisiplinan belajar siswa". Sehingga dapat disimpulkan bahwa bimbingan islam dengan teknik *Self-Management* efektif diberikan untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa MAN 2 Kota Pekalongan.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, peneliti memberikan beberapa saran yang dapat dipertimbangkan yaitu:

1. Siswa agar dapat menindak lanjuti dan tetap melaksanakan rencana Self-Management dalam belajar yang telah dibuat selama kegiatan bimbingan. Agar selalu memiliki kedisiplinan dalam belajarnya.
2. Guru bimbingan dan konseling dapat melaksanakan kegiatan lanjutan terkait pelaksanaan bimbingan islam dengan teknik self-management untuk siswa kelas lainnya di MAN 2 Kota Pekalongan.
3. Kepala Sekolah agar dapat memberikan tambahan waktu dan juga perhatian penuh terhadap jam pelajaran bimbingan dan konseling. Dikarenakan pemberian bimbingan atau konseling sangat dibutuhkan oleh siswa, dan membantu menyelesaikan permasalahan khususnya dalam kegiatan belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmadi Adam, Linawati Ayong. 2021. Pengaruh Penggunaan Teknik Self-Management dalam Konseling Kelompok terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas XI SMP Negeri 24 Surabaya. Surabaya: *Jurnal Penelitian dan Pembelajaran*, No II, XXXVIII.
- Anuar Faqih Rahim. 2011. *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*. Jakarta. UII Press.
- Aria Mega,dkk. 2016. Efektivitas Layanan Konseling Behavioral dengan Teknik *Self-Management* untuk Mengembangkan Tanggung Jawab Belajar Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016. Lampung. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. No.1.
- Ariadi Purmasyah. 2013. Kesehatan Mental dalam Prespektif Islam. *Syifa' medika*. No.II, III.
- Arikunto Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta. PT. Rineka Cipta.
- Ayubi,Ujang Yosep. 2019. Peningkatan Tanggung Jawab Studi Melalui Bimbingan Konseling Islam Pendekatan Teknik Self Management. Bandung. *Jurnal Al Isyraq*, No I, Juni, II.
- Budi Triton Prawira. 2006. *SPSS 13.0 Terapan: Riset Statistik Parametrik*, Yogyakarta. Andi Offset.
- Darmawan Deni. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif*, Cet Ke-1. Bandung. PT. Remaja Rosdakarya.
- Farid, Imam Sayuti. 2007. *Pokok-Pokok Bahasan Bimbingan Penyuluhan Agama Teknik Dakwah*. Jakarta. Bulan Bintang.
- Fatimah, Annisa Nurul, Winny Sujayati, Wiwin Yuliani. 2019. *Efektivitas Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa SMA. Cimahi*. IKIP Siliwangi.
- Hurlock, B Elizabeth. 2013. *Psikologi Perkembangan*,. Jakarta. Erlangga.
- Isnaini Faiqotul, Taufik. Agustus 2015. Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar. Pati. *Jurnal Penelitian Humaniora*.
- Komalasari G, Eka, Wahyuni dan Karsih. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta Barat. PT. Indeks.

- Lumongga Namora, Lubis, Hasinda. 2016. *Konseling Kelompok*. Jakarta. Kencana.
- Lumongga Namora, Lubis, Hasinda. 2016. *Konseling Kelompok*. Jakarta. Kencana.
- Monica, Aria Mega, Gani. Ruslan Abdul. 2016. *Efektivitas Layanan Konseling Behavioral dengan Teknik Self-Management untuk Mengembangkan Tanggung Jawab Belajar Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016*. Lampung. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, No.1.
- Mubarok Ahmad, Nafsy, Al-Irsyad an. 2002. *Konseling Agama Teori dan Kasus*. Yogyakarta. Fajar Pustaka Baru.
- Novalia, Syazali Muhammad. 2014. *Olah Data Penelitian Pendidikan*. Lampung. Anugerah Utama Raharja (AURA).
- Nuryanti Eka. 2018. *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019*. Lampung. UIN Raden Intan Lampung.
- Pratiwi Ardila. 2017. *Efektivitas Teknik Modeling Simbolis untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Berprestasi Siswa SMP Negeri Minasante*. Minasante. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, Vol I, No I.
- Rahmawati, Gheta Ayu. 2019. *Efektifitas Self Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas TPM SMK Muhammadiyah 2 Kota Kediri Tahun Pelajaran 2018/2019*. Kediri. Artikel Skripsi Universitas Nusantara PGRI Kediri.
- S Willis Sofyan. 2004. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung. Alfabeta.
- Saifuddin Ahmad. 2020. *Penyusunan Skala Psikologi*. Jakarta. Kencana.
- Salafudin, Nalim. 2014. *Statistik Inferensial*. Pekalongan. Stain Pekalongan Press.
- Salam M, Anggraini Ike. 2018. *Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas V di SDN 55/I Sridadi. Jambi. Jurnal Gentala Pendidikan Dasar*. No I, Juni, III.
- Santoso Singgih. 2014. *Panduan Lengkap SPSS versi 20 Edisi Revisi*. Jakarta. PT. Ele Media Komputindo.
- Singgih D Gunarsah. 2011. *Konseling dan Psikologi*. Jakarta. Libri.

- Siregar Sofyan. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif: Dilengkapi Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS*. Jakarta. Penerbit Kencana.
- Sudjana Nana. 2017. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung. Remaja Rosdakarya.
- Sudjono Anas. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta. Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung. Penerbit Alfabeta.
- Tulus Tu'u. 2004. *Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Belajar*. Jakarta. Grasindo.
- Wibowo Agus. 2012. *Pendidikan Karakter Strategi Membangun Karakter Bangsa Berperadaban*. Yogyakarta. Pusaka Pelajar.
- Wibowo, Agung Edy. 2012. *Aplikasi Praktis SPSS dalam Penelitian*. Yogyakarta. Gava Media.
- Yulianingsih Fifi. 2022. *Eksperimentasi Konseling Individu dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Online di Masa Pandemi pada Peserta Didik Kelas XI IPS SMA Yadika Bandar Lampung*. Lampung. UIN Raden Intan Lampung.





MODUL
PANDUAN PELAKSANAAN
Bimbingan Islam dengan
Teknik Self-Management

Untuk Meningkatkan
Kedisiplinan Belajar Siswa

Disusun oleh:
Salsabila Septi Ariyani

salsabilseptiariyani@mh.suingusdur

BAB I

PENDAHULUAN

Modul panduan ini disusun guna kegiatan penelitian terkait penerapan bimbingan islam dengan teknik *self-management* guna meningkatkan kedisiplinan belajar siswa. Kegiatan ini kerjasama dengan guru Bimbingan Konseling dalam melaksanakan tujuan Bimbingan Islam yang difokuskan pada peningkatan kedisiplinan belajar siswa.

Modul ini disusun dari 4 bab. Bab I adalah pendahuluan yang terdiri dari, Tujuan Modul Panduan, Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management*, dan Kedisiplinan Belajar. Selanjutnya Bab II adalah Petunjuk Umum, yang berisi Tujuan Pelaksanaan dan Teknis Penerapan Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management*. Bab III adalah Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa. Dan terdiri dari, Rancangan Dasar Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management* dan Pedoman Pelaksanaan Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management*. Yang terakhir yaitu Bab VI adalah alat ukur Kedisiplinan Belajar siswa.

A. Tujuan Modul Panduan

Setelah membaca modul panduan ini, diharap guru Bimbingan Konseling mengetahui pengertian Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management* untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa. Selanjutnya, guru Bimbingan Konseling dapat menerapkan pedoman pelaksanaan dari Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management*.

B. Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management*

1. Bimbingan Islam

Ahmad Mubarak juga mendefinisikan bimbingan Islam merupakan proses bantuan yang diberikan kepada individu, atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir dan batin. Bimbingan ini diberikan untuk membantu individu memahami siapa diri mereka dan bagaimana menghadapi masalah

agar dapat hidup harmonis yang sesuai petunjuk dalam Al-Qur'an dan Hadis.¹

Dari penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa bimbingan islam merupakan pemberian bantuan kepada orang lain, yang dilakukan secara individu ataupun kelompok. Agar dapat menyelesaikan permasalahan yang dihadapi dan juga mengoptimalkan keimanannya. Sehingga mendapat kebahagiaan dan kesejahteraan dalam kehidupannya dimasa sekarang ataupun dimasa yang akan datang. Bimbingan islam juga diberikan agar individu dapat mengembangkan potensi diri yang dimilikinya.

Pemberian Bimbingan Islam memiliki tujuan umum untuk membantu individu memiliki pemahaman terkait posisinya. Dan juga membantu memiliki keberanian untuk mengambil keputusan, melakukan perbuatan yang baik dan bermanfaat bagi kehidupan di dunia ataupun di akhirat.

Dari pengertian dan tujuan yang telah dipaparkan, berikut tahapan dari kegiatan Bimbingan Islam meliputi:

a) Tahap Awal

Pada tahap ini, diawali dengan pertemuan klien dengan konselor. Klien mulai memaparkan permasalahan yang dialami.

b) Tahap Pertengahan

Tahap pertengahan atau dapat dikatakan sebagai tahap kerja, merupakan proses dari kegiatan bimbingan islam. Pada tahap ini, fokus pada identifikasi masalah yang dialami klien.

c) Tahap Akhir

Pada tahapan ini, klien diharapkan mengalami perubahan perilaku kearah yang positif, dan dapat merencanakan hidup dimasa depan.

¹ Ahmad Mubarak, Al-Irsyad an Nafsy, *Konseling Agama Teori dan Kasus*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002), hlm.4-5.

2. Teknik *Self-Management*

Self-management menurut Gerald Corey merupakan model dari *cognitive behavior therapy*. Dalam *self-management* terdapat 4 strategi yang meliputi: Monitor diri (*self-monitoring*), penguatan positif (*self-reward*), perjanjian dengan diri sendiri (*self-contracting*) dan juga pengawasan terhadap rangsangan (*stimulus control*). *Self-management* menjadi serangkaian teknis dalam mengubah perilaku, pikiran dan juga perasaan. Teknik ini juga menjadi gabungan antar pendekatan *behavioral* dan kognitif, hal ini dapat membantu individu untuk mengubah tingkah laku yang merugikan dirinya.²

Dalam pelaksanaannya *self-management* dilakukan dalam tiga tahap yang meliputi:

- 1) Tahap monitor, yaitu proses dimana individu melakukan pengamatan terhadap tingkah lakunya dengan cermat.
- 2) Tahap evaluasi, yaitu proses ketika individu melakukan penilaian terhadap tingkah lakunya saat ini dan tingkah laku yang diinginkan.
- 3) Tahap penguatan, yaitu proses individu yang memberikan penguatan, penghapusan atau hukuman atas tindakan yang telah dilakukan.³

C. Kedisiplinan Belajar

Kedisiplinan menurut Tu' u Tulus merupakan sarana dalam pendidikan yang berperan dalam mempengaruhi, mendorong, mengendalikan, mengubah, membina dan membentuk perilaku yang sesuai dengan peraturan. Oleh karena itu, peraturan dalam

² Ujang Yosep Ayubi, "Peningkatan Tanggung Jawab Studi Melalui Bimbingan Konseling Islam Pendekatan Teknik *Self Management*", (Bandung: *Jurnal Al Isyraq*, No I, Juni, II, 2019), hlm. 79.

³ Gantina Komala Sari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta: Penerbit Indeks, 2011), hlm. 180.

pembentukan kedisiplinan belajar siswa sangat penting di berlakukan.⁴

Kedisiplinan belajar sangat penting bagi siswa. Karena dapat membantu dalam beberapa aspek berikut:

- 1) Membantu siswa untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan tidak menciptakan perilaku yang menyimpang.
- 2) Menunjukkan keahlian siswa pada lingkungannya.
- 3) Menjauhkan siswa dari tindakan yang dilarang di sekolah.
- 4) Membiasakan diri untuk hidup baik dan positif.
- 5) Menciptakan ketenangan jiwa.⁵

Nana Sudjana, menyebutkan indikator yang dapat mengukur tingkat kedisiplinan belajar meliputi:

- 1) Masuk kelas tepat waktu, artinya siswa tepat waktu dalam mengikuti kegiatan pembelajaran.
- 2) Mengenakan seragam sesuai dengan ketentuan sekolah.
- 3) Memperhatikan pelajaran yang diberikan oleh guru.
- 4) Berpartisipasi aktif dalam kegiatan pembelajaran dan tidak membolos.
- 5) Memiliki rencana dalam kegiatan belajar yang teratur.
- 6) Mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru.⁶

⁴Tu'u Tulus, "Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Belajar, (Jakarta: Grasindo, 2004), hlm. 30.

⁵ Tu'u Tulus, "Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Belajar,... hlm. 35.

⁶Nana Sudjana, *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2017), hlm.167-169.

BAB II PETUNJUK UMUM

A. Tujuan Pelaksanaan

Tujuan dari pelaksanaan kegiatan Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management* adalah untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.

B. Teknis Penerapan Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management*

Teknis penerapan Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management* yaitu sebagai berikut:

1. Siswa mengikuti Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management*.
2. Waktu pemberian *treatment* yaitu 5 kali pertemuan.
3. Sebelum pemberian *treatment* siswa diberikan skala kedisiplinan belajar untuk mengukur kedisiplinan belajar siswa sebelum diberikannya Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management*.
4. Pada setiap pertemuan, guru Bimbingan Konseling atau pembimbing mengalokasikan waktu 40 Menit untuk melaksanakan kegiatan Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management*.
5. Setelah pertemuan berakhir, siswa akan dinilai kembali dengan skala kedisiplinan belajar untuk mengetahui *treatment* yang diberikan apakah dapat meningkatkan Kedisiplinan Belajar.

BAB III

RENCANA PELAKSANAAN BIMBINGAN ISLAM DENGAN TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA

A. Rencana Dasar Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management*

Rancangan dasar Bimbingan Islam dengan teknik *self-management* diberikan dengan 5 kali pertemuan. *Treatment* ini diberikan dengan tujuan untuk melihat hasil dari pemberian *treatment*.

B. Pedoman Pelaksanaan Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management*

1. Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management* Pertemuan

I

Pembahasan : Identifikasi masalah kedisiplinan belajar

Tujuan :

a. Tujuan Umum

Tujuan umum dari pelaksanaan bimbingan islam dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.

b. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari pelaksanaan bimbingan islam dengan teknik *self-management* pada pertemuan I sebagai berikut:

- 1) Siswa dapat melakukan identifikasi masalah terkait kedisiplinan belajar
- 2) Siswa dapat memahami mengenai kedisiplinan belajar.

Pelaksanaan :

a. Tahap Awal

Kegiatan yang dilakukan guru bimbingan konseling pada tahap ini sebagai berikut:

- 1) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengucapkan salam dan dijawab oleh siswa.

- 2) Guru bimbingan konseling atau pembimbing menanyakan kabar dan mulai perkenalan.
- 3) Guru bimbingan konseling atau pembimbing menyebutkan kontrak waktu dan asas bimbingan islam kepada siswa.
- 4) Guru bimbingan konseling atau pembimbing menciptakan suasana yang nyaman dan terbuka. Agar siswa nyaman dalam mengungkapkan masalahnya.

b. Tahap Pertengahan

Pada tahapan ini kegiatan yang dilakukan meliputi:

- 1) Penjelasan terkait kegiatan yang akan dilakukan selanjutnya dan mengenalkan topik yang akan dibahas yaitu kedisiplinan belajar.
- 2) Guru bimbingan konseling atau pembimbing melakukan pre-test dengan skala kedisiplinan belajar yang telah ditetapkan sebelumnya.
- 3) Guru bimbingan konseling atau pembimbing melakukan dialog terkait kedisiplinan belajar, guna rekap kasus dan laporan kedisiplinan belajar siswa.
- 4) Guru bimbingan konseling atau pembimbing membahas mengenai kedisiplinan belajar secara jelas dengan memberikan materi meliputi, pengertian kedisiplinan belajar, bentuk dari kedisiplinan belajar dan faktor yang mempengaruhi kedisiplinan belajar.
- 5) Guru bimbingan konseling atau pembimbing melakukan eksplorasi terhadap siswa terkait materi yang dibahas.

- 6) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengadakan tanya jawab dengan siswa berkaitan dengan materi yang telah dibahas.

c. Tahap Akhir

Selanjutnya, pada tahap akhir kegiatan yang dilakukan sebagai berikut:

- 1) Guru bimbingan konseling atau pembimbing menyatakan bahwa kegiatan akan segera berakhir.
- 2) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengajak siswa untuk mengemukakan kesan terhadap kegiatan yang akan dilakukan.
- 3) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengajak siswa untuk mengemukakan hasil dari kegiatan dan membahas kegiatan lanjutan.
- 4) Guru bimbingan konseling atau pembimbing memberikan ucapan terimakasih atas keikutsertaan siswa.
- 5) Guru bimbingan konseling menutup kegiatan dengan doa dan diakhiri salam.

2. Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management* Pertemuan II

Topik : *Self-Monitoring* dan Perencanaan

Tujuan :

a. Tujuan Umum

Tujuan umum dari pelaksanaan bimbingan islam dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.

b. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari pelaksanaan bimbingan islam dengan teknik *self-management* pada pertemuan II sebagai berikut:

- 1) Siswa dapat memahami mengenai *Self-Management* dan *Self-Monitoring*.
- 2) Siswa dapat menerapkan *self-management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar pada kehidupan sehari-hari.
- 3) Siswa dapat melakukan perencanaan dalam kegiatan belajar.
- 4) Siswa dapat membuat daftar rencana *self-management* dalam kegiatan belajar.

Pelaksanaan :

a. Tahap Awal

Kegiatan yang dilakukan guru bimbingan konseling atau pembimbing pada tahap ini sebagai berikut:

- 1) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengucapkan salam dan dijawab oleh siswa.
- 2) Guru bimbingan konseling atau pembimbing menanyakan kabar.
- 3) Guru bimbingan konseling atau pembimbing menyebutkan kontrak waktu dan asas bimbingan islam kepada siswa.
- 4) Guru bimbingan konseling atau pembimbing menciptakan suasana yang nyaman dan terbuka.

b. Tahap Pertengahan

Pada tahapan ini kegiatan yang dilakukan meliputi:

- 1) Penjelasan terkait kegiatan yang akan dilakukan selanjutnya dan mengenalkan topik yang akan dibahas yaitu *self-management*.
- 2) Guru bimbingan konseling atau pembimbing membahas mengenai kedisiplinan belajar secara jelas dengan memberikan materi meliputi,

pengertian *self-management*, manfaat *self-management* dan bentuk dari *self-management*.

- 3) Guru bimbingan konseling atau pembimbing melakukan eksplorasi terhadap siswa terkait materi yang dibahas.
- 4) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengarahkan siswa untuk membuat tabel perencanaan *self-management*. Tujuan pembuatan tabel ini agar siswa dapat mengetahui keberhasilan dari rencananya. Dan berikut tabel perencanaan *self-management* dalam kegiatan belajar.

No	Poin	Hari ke 1	Hari ke 2	Hari ke 3	Hari ke 4	Hari ke 5	Hari ke 6	Hari ke 7	dst
1.	Masuk kelas tepat waktu								
2.	Menggunakan seragam sesuai aturan								
3.	Memperhatikan pelajaran								
4.	Berpartisipasi aktif dalam kegiatan belajar								
5.	Memiliki rencana belajar								
6.	Mengerjakan tugas								
7.	Dst								

- 5) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengajak siswa untuk menyusun rencana yang akan dilakukan guna meningkatkan kedisiplinan belajar.
- 6) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengadakan tanya jawab dengan siswa berkaitan dengan materi yang telah dibahas.

c. Tahap Akhir

Selanjutnya, pada tahap akhir kegiatan yang dilakukan sebagai berikut:

- 1) Guru bimbingan konseling atau pembimbing menyampaikan materi terkait *self-monitoring*.
- 2) Guru bimbingan konseling atau pembimbing menyatakan bahwa kegiatan akan segera berakhir.
- 3) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengajak siswa untuk mengemukakan kesan terhadap kegiatan yang akan dilakukan.
- 4) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengajak siswa untuk mengemukakan hasil dari kegiatan dan membahas kegiatan lanjutan.
- 5) Guru bimbingan konseling atau pembimbing memberikan ucapan terimakasih atas keikutsertaan siswa.
- 6) Guru bimbingan konseling menutup kegiatan dengan doa dan diakhiri salam.

3. Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management* Pertemuan III

Topik : Evaluasi Diri

Tujuan :

a. Tujuan Umum

Tujuan umum dari pelaksanaan bimbingan islam dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.

b. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari pelaksanaan bimbingan islam dengan teknik *self-management* pada pertemuan III sebagai berikut:

- 1) Siswa dapat melakukan monitor diri dari kedisiplinan belajar yang telah dilakukan

- 2) Siswa dapat memahami mengenai perkembangan diri dari rencana *self-management* dalam kegiatan belajar yang telah dilakukan.
- 3) Siswa dapat melakukan evaluasi dalam perencanaan kegiatan belajar.

Pelaksanaan :

a. Tahap Awal

Kegiatan yang dilakukan guru bimbingan konseling atau pembimbing pada tahap ini sebagai berikut:

- 1) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengucapkan salam dan dijawab oleh siswa.
- 2) Guru bimbingan konseling atau pembimbing menanyakan kabar.
- 3) Guru bimbingan konseling atau pembimbing menyebutkan kontrak waktu dan asas bimbingan islam kepada siswa.
- 4) Guru bimbingan konseling atau pembimbing menciptakan suasana yang nyaman dan terbuka.
- 5) Guru bimbingan konseling atau pembimbing kembali menyampaikan sekilas materi sebelumnya terkait *self-monitoring*.

b. Tahap Pertengahan

Pada tahapan ini kegiatan yang dilakukan meliputi:

- 1) Penjelasan terkait kegiatan yang akan dilakukan selanjutnya dan mengenalkan topik yang akan dibahas yaitu evaluasi diri.
- 2) Guru bimbingan konseling atau pembimbing kembali melakukan pengecekan terhadap daftar rencana *self-management* dalam belajar siswa.

- 3) Guru bimbingan konseling atau pembimbing melakukan arahan kepada siswa untuk menemukan solusi dari permasalahan terkait *self-management*.
- 4) Guru bimbingan konseling atau pembimbing melakukan eksplorasi terhadap siswa terkait materi yang dibahas.
- 5) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengadakan tanya jawab dengan siswa berkaitan dengan materi yang telah dibahas.

c. Tahap Akhir

Selanjutnya, pada tahap akhir kegiatan yang dilakukan sebagai berikut:

- 1) Guru bimbingan konseling atau pembimbing menyatakan bahwa kegiatan akan segera berakhir.
- 2) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengajak siswa untuk mengemukakan kesan terhadap kegiatan yang akan dilakukan.
- 3) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengajak siswa untuk mengemukakan hasil dari kegiatan dan membahas kegiatan lanjutan.
- 4) Guru bimbingan konseling atau pembimbing memberikan ucapan terimakasih atas keikutsertaan siswa.
- 5) Guru bimbingan konseling menutup kegiatan dengan doa dan diakhiri salam.

4. Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management* Pertemuan IV

Topik : Pemberian penguatan positif atau negatif

Tujuan :

a. Tujuan Umum

Tujuan umum dari pelaksanaan bimbingan islam dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.

b. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari pelaksanaan bimbingan islam dengan teknik *self-management* pada pertemuan IV sebagai berikut:

- 1) Siswa dapat melakukan evaluasi dalam perencanaan kegiatan belajar.
- 2) Siswa dapat memahami mengenai perkembangan diri dari rencana kegiatan belajar yang telah dilakukan.
- 3) Siswa dapat menentukan perilaku yang akan diberikan, yaitu penguatan, penghapusan atau hukuman.

Pelaksanaan :

a. Tahap Awal

Kegiatan yang dilakukan guru bimbingan konseling atau pembimbing pada tahap ini sebagai berikut:

- 1) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengucapkan salam dan dijawab oleh siswa.
- 2) Guru bimbingan konseling atau pembimbing menanyakan kabar dan mulai perkenalan.
- 3) Guru bimbingan konseling atau pembimbing menyebutkan kontrak waktu.
- 4) Guru bimbingan konseling atau pembimbing menciptakan suasana yang nyaman dan terbuka.

- 5) Guru bimbingan konseling atau pembimbing kembali menyampaikan terkait evaluasi *self-management* dipertemuan sebelumnya.

b. Tahap Pertengahan

Pada tahapan ini kegiatan yang dilakukan meliputi:

- 1) Penjelasan terkait kegiatan yang akan dilakukan selanjutnya dan mengenalkan topik yang akan dibahas yaitu Penguatan, penghapusan atau hukuman.
- 2) Guru bimbingan konseling atau pembimbing kembali melakukan pengecekan terhadap daftar rencana *self-management* dalam belajar siswa.
- 3) Guru bimbingan konseling atau pembimbing melakukan diskusi mengenai perkembangan perilaku siswa setelah dilakukannya evaluasi pada pertemuan sebelumnya.
- 4) Guru bimbingan konseling atau pembimbing melakukan eksplorasi terhadap siswa terkait materi yang dibahas.
- 5) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengarahkan siswa untuk melakukan penguatan positif atau negatif dari hasil kedisiplinan belajar yang telah dilakukan sebelumnya.
- 6) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengadakan tanya jawab dengan siswa berkaitan dengan materi yang telah dibahas.

c. Tahap Akhir

Selanjutnya, pada tahap akhir kegiatan yang dilakukan sebagai berikut:

- 1) Guru bimbingan konseling atau pembimbing menyatakan bahwa kegiatan akan segera berakhir.

- 2) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengajak siswa untuk mengemukakan kesan terhadap kegiatan yang akan dilakukan.
- 3) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengajak siswa untuk mengemukakan hasil dari kegiatan dan membahas kegiatan lanjutan.
- 4) Guru bimbingan konseling atau pembimbing memberikan ucapan terimakasih atas keikutsertaan siswa.
- 5) Guru bimbingan konseling menutup kegiatan dengan doa dan diakhiri salam.

5. **Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management* Pertemuan**

V

Topik : Evaluasi Kegiatan

Tujuan :

a. Tujuan Umum

Tujuan umum dari pelaksanaan bimbingan islam dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.

b. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari pelaksanaan bimbingan islam dengan teknik *self-management* pada pertemuan IV sebagai berikut:

- 1) Siswa dapat memahami mengenai materi *self-management* yang telah diberikan.
- 2) Siswa dapat memahami mengenai perkembangan diri dari rencana kegiatan belajar yang telah dilakukan.
- 3) Siswa dapat menentukan perilaku yang akan diberikan, yaitu penguatan, penghapusan atau hukuman.

Pelaksanaan :

a. Tahap Awal

Kegiatan yang dilakukan guru bimbingan konseling atau pembimbing pada tahap ini sebagai berikut:

- 1) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengucapkan salam dan dijawab oleh siswa.
- 2) Guru bimbingan konseling atau pembimbing menanyakan kabar dan mulai perkenalan.
- 3) Guru bimbingan konseling atau pembimbing menyebutkan kontrak waktu.
- 4) Guru bimbingan konseling atau pembimbing menciptakan suasana yang nyaman dan terbuka.

b. Tahap Pertengahan

Pada tahapan ini kegiatan yang dilakukan meliputi:

- 1) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengajak siswa untuk melakukan *recovery* terkait *self-management* dalam kegiatan belajar yang telah dilakukan sebelumnya.
- 2) Guru bimbingan konseling atau pembimbing melakukan diskusi mengenai perkembangan perilaku siswa setelah dilakukannya evaluasi pada pertemuan sebelumnya.
- 3) Guru bimbingan konseling atau pembimbing melakukan eksplorasi terhadap siswa terkait materi yang dibahas.
- 4) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengadakan tanya jawab dengan siswa berkaitan dengan materi yang telah dibahas pada pertemuan-pertemuan sebelumnya.

c. Tahap Akhir

Selanjutnya, pada tahap akhir kegiatan yang dilakukan sebagai berikut:

- 1) Guru bimbingan konseling atau pembimbing menyatakan bahwa kegiatan akan segera berakhir.
- 2) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengajak siswa untuk mengemukakan kesan terhadap kegiatan yang akan dilakukan.
- 3) Guru bimbingan konseling atau pembimbing mengajak siswa untuk mengemukakan hasil dari kegiatan dan membahas kegiatan lanjutan atau *post-test* yang akan dilakukan setelah pertemuan.
- 4) Guru bimbingan konseling atau pembimbing memberikan ucapan terimakasih atas keikutsertaan siswa.
- 5) Guru bimbingan konseling menutup kegiatan dengan doa dan diakhiri salam.

Secara rinci, pedoman pelaksanaan Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management* dapat dijelaskan pada tabel di bawah ini:

Kegiatan	Materi/Topik	Tujuan
KKp 1	Identifikasi Masalah Kedisiplinan Belajar	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa dapat melakukan identifikasi masalah terkait kedisiplinan belajar ➤ Siswa dapat memahami mengenai kedisiplinan belajar.
KKp 2	<i>Self-Monitoring</i>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa dapat memahami mengenai <i>Self-Management</i> dan <i>Self-Monitoring</i>. ➤ Siswa dapat menerapkan <i>self-management</i> untuk meningkatkan kedisiplinan belajar pada kehidupan sehari-hari. ➤ Siswa dapat membuat daftar rencana <i>self-management</i> dalam kegiatan belajar.
KKp3	Evaluasi Diri	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa dapat melakukan monitor diri dari kedisiplinan belajar yang telah dilakukan

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa dapat memahami mengenai perkembangan diri dari rencana <i>self-management</i> dalam kegiatan belajar yang telah dilakukan. ➤ Siswa dapat melakukan evaluasi dalam perencanaan kegiatan belajar.
KKp 4	Pemberian penguatan, Penghapusan atau hukuman	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa dapat melakukan evaluasi dalam perencanaan kegiatan belajar. ➤ Siswa dapat memahami mengenai perkembangan diri dari rencana kegiatan belajar yang telah dilakukan. ➤ Siswa dapat menentukan perilaku yang akan diberikan, yaitu penguatan, penghapusan atau hukuman.
KKp 5	Evaluasi Kegiatan dan Penyampaian <i>Post-Test</i>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa dapat memahami mengenai materi <i>self-management</i> yang telah diberikan. ➤ Siswa dapat memahami mengenai perkembangan diri dari rencana kegiatan belajar yang telah dilakukan. ➤ Siswa dapat menentukan perilaku yang akan diberikan, yaitu penguatan, penghapusan atau hukuman.

BAB IV

ALAT UKUR KEDISIPLINAN BELAJAR

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kedisiplinan belajar siswa merupakan skala kedisiplinan belajar yang sudah dikembangkan dan melalui uji coba terlebih dahulu. Jumlah item dalam alat ukur ini yaitu 18 item.

Dan berikut skala kedisiplinan belajar siswa meliputi:

No	Pernyataan	SL	SR	JR	TP
1.	Saya masuk kelas tepat waktu				
2.	Saya datang ke sekolah pukul 07.00				
3.	Saya masuk ketika guru sudah berada di kelas				
4.	Saya mengganti atribut seragam sekolah (badge) sesuai aturan				
5.	Di dalam kelas, saya selalu memperhatikan penjelasan guru				
6.	Saya membawa seragam olahraga ketika terdapat mata pelajaran tersebut				
7.	Saya mencatat penjelasan guru				
8.	Saya mengobrol dengan teman ketika pelajaran				
9.	Saya bosan dengan materi pelajaran yang diulang-ulang				
10.	Saya takut dianggap bodoh ketika bertanya di kelas				
11.	Saya mudah terpengaruh ajakan teman untuk mengobrol saat di kelas				
12.	Saya meninggalkan pelajaran tanpa seizin guru				
13.	Saya meminta teman menjelaskan materi yang tertinggal				
14.	Saya tidur di kelas ketika guru menjelaskan				
15.	Saya meninggalkan buku pelajaran di sekolah				
16.	Ketika guru berhalangan hadir dan hanya memberikan tugas, saya membiarkan tugas tersebut				
17.	Saya belajar hanya saat ujian				
18.	Saya mengerjakan tugas yang diberikan guru di sekolah				

Lampiran 2

**INSTRUMEN PENILAIAN MODUL PANDUAN PELAKSANAAN
BIMBINGAN ISLAM DENGAN TEKNIK *SELF-MANAGEMENT***

Bapak/Ibu yang saya hormati,

Instrumen penilaian ini dibuat guna mengetahui aspek kegunaan, kelayakan, ketepatan dan kesopanan modul panduan yang saya buat. Modul panduan ini disusun untuk kegiatan penelitian mengenai pelaksanaan bimbingan islam dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.

Selanjutnya, saya sertakan dua (2) macam instrumen penilaian. Instrumen penilaian yang pertama berbentuk skala. Pada instrumen tersebut, berisi sejumlah pernyataan penilaian yang dapat dijawab berdasarkan tingkatan penilaian dengan memberikan tanda centang (v). Kriteria penilaian pada instrumen berbentuk skala adalah dengan menggunakan tingkatan skor yaitu 0,1 dan 2

- 0 = Tidak bermanfaat/Tidak layak/ Tidak tepat/ Tidak sopan
- 1 = Kurang bermanfaat/Kurang layak/ Kurang tepat/ Kurang sopan
- 2 = Bermanfaat/Layak/Sopan

Kemudian instrumen penilaian yang kedua yaitu penilaian secara kualitatif berupa lembar saran, penilai dapat memberikan tanggapan secara tertulis dilembar saran yang disediakan.

Saya berharap bapak/ibu bersedia memberikan penilaian pada modul panduan ini. Atas ketersediaan bapak/ibu, saya ucapkan terimakasih.

Penulis,

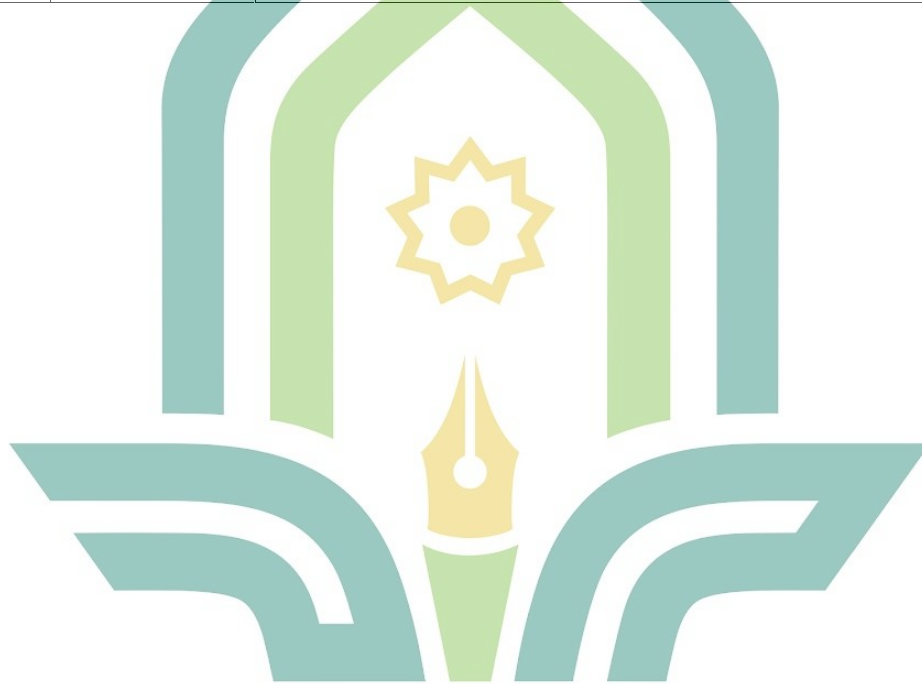
Salsabila Septi Ariyani

INSTRUMEN PENILAIAN I

**PENILAIAN MODUL PANDUAN PELAKSANAAN BIMBINGAN ISLAM
DENGAN TEKNIK *SELF-MANAGEMENT***

No	Aspek	Item	0	1	2
1.	Kegunaan	1. Modul panduan ini penting bagi guru BK maupun pembimbing			
		2. Modul panduan ini penting bagi siswa			
		3. Modul panduan ini bermanfaat bagi guru BK maupun pembimbing			
		4. Modul panduan ini bermanfaat bagi siswa			
		5. Modul panduan ini memberikan informasi praktis bagi guru BK atau pembimbing			
		6. Modul panduan ini memberikan informasi praktis pada siswa			
		7. Modul panduan ini bermanfaat bagi guru BK atau pembimbing dalam melaksanakan bimbingan islam			
2.	Kelayakan	1. Modul panduan ini dapat diterapkan untuk melaksanakan bimbingan islam dengan teknik self-management			
		2. Modul panduan ini layak untuk diterapkan pada siswa			
		3. Prosedur penerapan dalam modul ini, secara teknis layak digunakan dalam bimbingan islam			
		4. Pedoman pelaksanaan dalam modul ini layak digunakan dalam bimbingan islam			
		5. Topik dan pembahasan pada setiap pertemuan dalam modul ini layak diterapkan dalam pelaksanaan bimbingan islam			
		6. Bahasa yang digunakan dalam modul ini mudah dipahami oleh guru BK, pembimbing maupun siswa			
		7. Instrumen kedisiplinan belajar layak untuk mengukur kedisiplinan belajar siswa.			
3.	Ketepatan	1. Modul panduan ini tepat digunakan dalam bimbingan islam			
		2. Modul panduan ini tepat sasaran untuk siswa			

		3. Secara teknis, prosedur penetapan dalam modul ini dapat digunakan dalam bimbingan islam			
		4. Pedoman pelaksanaan dalam modul ini tepat digunakan dalam bimbingan islam			
		5. Instrumen kedisiplinan belajar tepat untuk mengukur kedisiplinan belajar siswa			
4.	Kesopanan	1. Modul panduan ini etis untuk digunakan pada siswa			
		2. Bahasa yang digunakan dalam modul panduan sopan			
		3. Topik pada setiap pertemuan bernilai positif			
		4. Penerapan bimbingan islam pada siswa baik.			



LEMBAR SARAN

I. Kegunaan



A large empty rectangular box for providing feedback on the usefulness of the instrument.

II. Kelayakan



A large empty rectangular box for providing feedback on the feasibility of the instrument.

III. Ketepatan



A large empty rectangular box for providing feedback on the accuracy of the instrument.

IV. Kesopanan

A large empty rectangular box for providing feedback on the politeness of the instrument.

Lampiran 3

**HASIL VALIDITAS ISI PER ITEM INSTRUMEN PENILAIAN MODUL
PANDUAN PERLAKUAN**

Aspek	Item	Expert 1	Expert 2	Expert 3	V
Kegunaan	Item 1	2	2	2	1
	Item 2	2	2	2	1
	Item 3	2	2	2	1
	Item 4	2	2	2	1
	Item 5	1	2	2	0,666667
	Item 6	1	2	2	0,666667
	Item 7	2	2	2	1
Kelayakan	Item 1	2	2	2	1
	Item 2	2	2	2	1
	Item 3	2	2	2	1
	Item 4	1	2	2	0,666667
	Item 5	1	2	2	0,666667
	Item 6	1	2	2	0,666667
	Item 7	2	2	2	1
Ketepatan	Item 1	2	2	2	1
	Item 2	1	2	2	0,666667
	Item 3	2	2	2	1
	Item 4	2	2	2	1
	Item 5	2	2	2	1
Kesopanan	Item 1	2	2	2	1
	Item 2	1	2	2	0,666667
	Item 3	1	2	2	0,666667
	Item 4	1	2	2	0,666667
					0

Lampiran 4

SKALA KEDISIPLINAN BELAJAR

Nama :
Kelas :

Bacalah petunjuk pengisian skala!

1. Bacalah pernyataan-pernyataan dibawah ini dengan teliti dan seksama
2. Isilah pernyataan-pernyataan di bawah ini dengan jujur (tidak akan berpengaruh terhadap nilai)
3. Berilah tanda centang () pada kolom yang dipilih. Berikut keterangan alternatif jawaban pada skala kedisiplinan belajar:
 - a. Selalu (SL):Memiliki arti selalu mengerjakan atau melakukannya setiap hari, tanpa terkecuali.
 - b. Sering (SR): Memiliki arti mengerjakannya atau melakukannya, tetapi tidak dilakukan terus menerus.
 - c. Jarang (JR): Memiliki arti pernah mengerjakan atau melakukannya, tetapi dengan rentang waktu yang sedikit.
 - d. Tidak Pernah (TP): Memiliki tidak pernah mengerjakan atau melakukannya sama sekali.

No	Pernyataan	SL	SR	JR	TP
1.	Saya masuk kelas tepat waktu				
2.	Saya datang ke sekolah pukul 07.00				
3.	Saya masuk ketika guru sudah berada di kelas				
4.	Saya mengganti atribut seragam sekolah (badge) sesuai aturan				
5.	Di dalam kelas, saya selalu memperhatikan penjelasan guru				
6.	Saya membawa seragam olahraga ketika terdapat mata pelajaran tersebut				
7.	Saya mencatat penjelasan guru				

8.	Saya mengobrol dengan teman ketika pelajaran				
9.	Saya bosan dengan materi pelajaran yang diulang-ulang				
10.	Saya takut dianggap bodoh ketika bertanya di kelas				
11.	Saya mudah terpengaruh ajakan teman untuk mengobrol saat di kelas				
12.	Saya meninggalkan pelajaran tanpa seizin guru				
13.	Saya meminta teman menjelaskan materi yang tertinggal				
14.	Saya tidur di kelas ketika guru menjelaskan				
15.	Saya meninggalkan buku pelajaran di sekolah				
16.	Ketika guru berhalangan hadir dan hanya memberikan tugas, saya membiarkan tugas tersebut				
17.	Saya belajar hanya saat ujian				
18.	Saya mengerjakan tugas yang diberikan guru di sekolah				



Lampiran 5

**ITEM-ITEM PERNYATAAN SEBELUM DAN SESUDAH DIPERBAIKI
(BERDASARKAN PENILAIAN *EXPERT*)**

No item	Sebelum Diperbaiki	Setelah Diperbaiki
1.	Ketika istirahat, saya segera masuk kelas setelah mendengar bel pelajaran berikutnya.	Saya masuk kelas tepat waktu
4.	Saya kembali masuk kelas setelah guru datang	Saya masuk ketika guru sudah berada di kelas
6.	Saya mengganti badge seragam ketika naik kelas	Saya mengganti atribut seragam sekolah (badge) sesuai aturan
9.	Di dalam kelas, saya selalu memperhatikan penjelasan guru	Di dalam kelas, saya selalu memperhatikan penjelasan guru
10.	Saya membawa seragam olahraga ketika terdapat mata pelajaran olahraga.	Saya membawa seragam olahraga ketika terdapat mata pelajaran tersebut
11.	Saya membuat catatan ketika pelajaran	Saya mencatat penjelasan guru
12.	Saya mengobrol dengan teman ketika pelajaran	Saya mengobrol dengan teman ketika pelajaran
14.	Saya bosan dengan materi pelajaran yang diulang-ulang	Saya bosan dengan materi pelajaran yang diulang-ulang
15.	Saya takut dianggap bodoh ketika bertanya di kelas	Saya takut dianggap bodoh ketika bertanya di kelas
16.	Saya mudah terganggu dengan teman yang mengajak saya mengobrol	Saya mudah terpengaruh ajakan teman untuk mengobrol saat di kelas
17.	Saya meninggalkan pelajaran tanpa seizin guru	Saya meninggalkan pelajaran tanpa seizin guru
18.	Saya meminta teman menjelaskan materi ketika saya tidak berangkat sekolah	Saya meminta teman menjelaskan materi yang tertinggal
19.	Saya tidur di kelas ketika guru menjelaskan	Saya tidur di kelas ketika guru menjelaskan
24.	Saya meninggalkan buku pelajaran di sekolah	Saya meninggalkan buku pelajaran di sekolah
27.	Ketika guru berhalangan hadir dan hanya memberikan tugas, saya membiarkan tugas tersebut.	Ketika guru berhalangan hadir dan hanya memberikan tugas, saya membiarkan tugas tersebut
28.	Saya belajar dengan sistem kebut semalam ketika ujian.	Saya belajar hanya saat ujian
29.	Saya mengerjakan tugas minggu lalu ketika pelajaran hendak dimulai.	Saya mengerjakan tugas yang diberika guru di sekolah

Lampiran 6

TABEL R

df=(N-2)	Tingkat signifikansi untuk uji satu arah				
	0.05	0.025	0.01	0.005	0.0005
	Tingkat signifikansi untuk uji dua arah				
	0.1	0.05	0.02	0.01	0.001
1	0.9877	0.9969	0.9995	0.9999	1.0000
2	0.9000	0.9500	0.9800	0.9900	0.9990
3	0.8054	0.8783	0.9343	0.9587	0.9911
4	0.7293	0.8114	0.8822	0.9172	0.9741
5	0.6694	0.7545	0.8329	0.8745	0.9509
6	0.6215	0.7067	0.7887	0.8343	0.9249
7	0.5822	0.6664	0.7498	0.7977	0.8983
8	0.5494	0.6319	0.7155	0.7646	0.8721
9	0.5214	0.6021	0.6851	0.7348	0.8470
10	0.4973	0.5760	0.6581	0.7079	0.8233
11	0.4762	0.5529	0.6339	0.6835	0.8010
12	0.4575	0.5324	0.6120	0.6614	0.7800
13	0.4409	0.5140	0.5923	0.6411	0.7604
14	0.4259	0.4973	0.5742	0.6226	0.7419
15	0.4124	0.4821	0.5577	0.6055	0.7247
16	0.4000	0.4683	0.5425	0.5897	0.7084
17	0.3887	0.4555	0.5285	0.5751	0.6932
18	0.3783	0.4438	0.5155	0.5614	0.6788
19	0.3687	0.4329	0.5034	0.5487	0.6652
20	0.3598	0.4227	0.4921	0.5368	0.6524
21	0.3515	0.4132	0.4815	0.5256	0.6402
22	0.3438	0.4044	0.4716	0.5151	0.6287
23	0.3365	0.3961	0.4622	0.5052	0.6178
24	0.3297	0.3882	0.4534	0.4958	0.6074
25	0.3233	0.3809	0.4451	0.4869	0.5974
26	0.3172	0.3739	0.4372	0.4785	0.5880
27	0.3115	0.3673	0.4297	0.4705	0.5790
28	0.3061	0.3610	0.4226	0.4629	0.5703
29	0.3009	0.3550	0.4158	0.4556	0.5620
30	0.2960	0.3494	0.4093	0.4487	0.5541
31	0.2913	0.3440	0.4032	0.4421	0.5465
32	0.2869	0.3388	0.3972	0.4357	0.5392
33	0.2826	0.3338	0.3916	0.4296	0.5322

Lampiran 7

**HASIL UJI VALIDITAS INSTRUMEN KEDISIPLINAN BELAJAR
MENGUNAKAN KORELASI *PRODUCT MOMENT***

Kode Subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1	4	4	4	2	2	1	4	4	4	
2	4	4	4	4	2	1	4	4	4	
3	4	4	4	1	1	4	4	4	4	
4	3	2	4	1	1	1	4	4	4	
5	4	4	4	4	1	4	2	4	4	
6	4	4	4	4	1	4	4	4	3	
7	3	3	2	4	2	4	3	4	4	
8	3	1	4	1	1	3	4	4	3	
9	3	1	4	1	1	3	4	4	3	
10	4	1	4	1	1	3	3	4	4	
11	4	4	2	4	1	4	4	4	4	
12	4	3	4	2	1	4	4	4	4	
13	4	4	3	4	1	3	2	3	4	
14	4	4	4	1	1	4	4	4	3	
15	4	4	4	1	1	2	1	4	3	
16	3	3	3	3	1	4	2	4	2	
17	4	4	4	2	1	4	2	4	4	
18	3	2	4	1	1	4	2	4	4	
19	4	4	3	4	1	4	4	4	4	
20	4	4	4	1	1	4	2	4	4	
21	4	2	4	2	3	4	4	4	3	
22	4	4	2	2	1	4	4	4	4	
23	4	4	2	2	1	4	4	4	4	
24	3	3	3	2	1	2	4	4	4	
25	4	4	4	1	1	4	2	4	4	
26	4	2	2	1	2	4	4	4	4	
27	4	3	4	1	2	4	2	3	3	
28	2	2	3	1	1	4	4	4	4	
29	3	4	4	2	1	4	2	4	4	
30	3	3	3	2	3	4	3	3	3	
R Hitung	0,396 906	0,506 14	0,192 156	0,450 584	0,302 212	0,495 216	- 52	0,177 77	0,245 77	0,573 302
R Tabel	0,361									
Validi	Valid	Valid	Tidak	Valid	Tidak	Valid	Tida	Tida	Valid	

		d	k Valid						
--	--	---	------------	--	--	--	--	--	--

20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
4	4	4	3	1	4	2	4	2	4
4	4	4	3	1	4	2	4	2	4
4	4	3	4	1	3	1	1	3	4
3	4	3	4	2	4	4	2	1	4
4	4	2	4	1	4	3	4	2	4
2	3	1	3	1	3	2	4	4	4
2	4	2	3	3	3	4	2	3	3
3	4	3	3	1	4	4	2	3	3
3	4	3	3	1	4	3	2	3	3
4	4	3	3	1	4	4	2	3	3
1	4	1	4	1	3	4	4	3	4
1	4	3	3	1	4	3	3	4	3
2	3	4	3	1	3	3	2	3	4
4	4	4	4	1	3	1	1	1	3
1	2	2	4	1	3	2	1	1	4
2	1	2	2	3	1	3	4	3	2
3	4	4	3	1	4	2	2	2	4
4	4	4	4	1	4	2	1	4	4
1	4	4	3	1	3	3	1	1	4
2	4	3	3	2	4	4	2	3	4
4	4	4	3	2	4	3	1	4	3
4	4	4	3	1	2	3	1	1	4
4	4	4	3	1	4	4	1	1	4
2	3	4	4	1	2	1	1	1	2
3	4	4	4	1	4	2	1	2	4
4	4	2	2	1	4	4	1	1	4
4	4	4	3	3	4	3	3	3	4
4	4	3	4	1	4	3	1	3	4
4	4	4	3	3	2	2	1	3	3
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
0,207 098	0,263 787	0,048 358	- 0,144 32	0,519 73	0,155 033	- 0,102 68	0,483 614	0,571 613	0,378 458
Tidak	Tidak	Tidak	Tida	Valid	Tidak	Tida	Valid	Valid	Valid

Valid	Valid	Valid	k Valid		Valid	k Valid			
-------	-------	-------	------------	--	-------	------------	--	--	--

30	31	32	33
2	2	4	4
3	2	4	4
2	1	4	3
2	1	4	3
3	3	4	3
2	1	3	4
2	2	2	2
2	2	3	2
2	2	3	2
2	2	3	2
2	4	4	2
2	2	3	2
2	3	4	3
2	1	4	4
4	3	4	4
3	3	2	3
2	2	4	4
2	1	3	4
2	1	4	3
2	2	3	2
4	1	2	4
2	3	4	4
3	3	4	3
2	2	4	2
3	3	3	3
4	2	2	4
2	3	4	2
2	2	4	2
3	3	4	3
2	3	3	3
-0,0589	0,085828	0,09715	0,216106
Tidak Valid	Tidak Valid	Tidak Valid	Tidak Valid

Lampiran 8

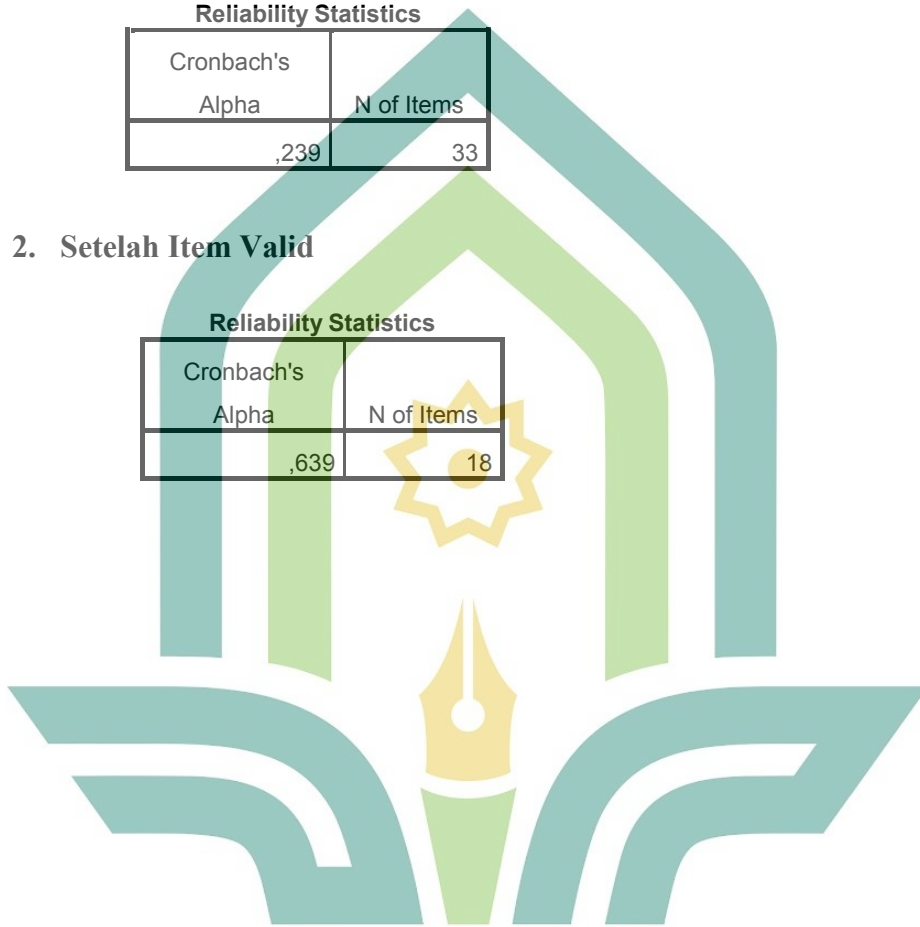
**HASIL UJI RELIABILITAS INSTRUMEN KEDISIPLINAN BELAJAR
MENGUNAKAN *ALPHA CROMBACH***

1. Sebelum Item Valid

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,239	33

2. Setelah Item Valid

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,639	18



Lampiran 9

**REKAP DATA SKALA KEDISIPLINAN BELAJAR SUBJEK
PENELITIAN**

1. Data *Pre-Test* Skala Kedisiplinan Belajar

No	Kode Subjek	1	2	3	4	5	6	7
1	S1	3	2	1	4	4	4	3
2	S2	4	1	1	4	3	4	4
3	S3	4	1	1	4	2	4	2
4	S4	4	1	1	3	3	2	2
5	S5	4	2	1	4	4	4	4
6	S6	2	3	2	4	2	4	3
7	S7	2	2	1	0	2	4	3
8	S8	4	1	0	4	3	2	1
9	S9	4	2	1	4	4	4	4
10	S10	4	4	2	1	2	4	4
11	S11	4	3	1	2	3	4	3
12	S12	2	2	1	1	4	2	3
13	S13	4	1	1	4	3	4	3
14	S14	4	2	1	1	3	4	3
15	S15	4	3	2	2	3	4	3
16	S16	1	1	1	4	4	4	4
17	S17	4	4	4	4	4	4	2
18	S18	4	2	1	4	3	3	3
19	S19	4	3	1	3	3	4	4
20	S20	3	3	1	4	4	4	4
21	S21	4	4	2	4	2	4	2
22	S22	4	3	2	3	4	4	3
23	S23	3	2	1	2	3	4	3
24	S24	4	4	2	1	2	4	4
25	S25	2	4	4	1	4	3	4
26	S26	4	3	1	2	4	4	4
27	S27	4	1	1	4	3	4	3
28	S28	4	4	2	2	2	4	4
29	S29	4	4	1	2	2	4	2
30	S30	4	3	1	3	3	4	4
31	S31	3	3	1	4	4	4	4

8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
2	3	1	3	2	2	2	1	2	1
3	4	1	4	1	4	3	1	1	2
1	3	4	1	1	4	4	1	3	4
2	2	1	3	1	3	1	1	2	1
2	2	1	2	1	4	2	1	1	3
3	4	2	3	1	3	1	1	1	3
3	3	3	3	1	4	1	3	1	1
4	4	1	4	4	4	3	1	4	4
2	2	1	2	1	4	1	2	1	3
2	4	1	4	2	2	2	1	1	4
2	3	3	4	1	2	3	1	2	2
2	1	2	2	1	2	2	1	1	2
3	4	1	3	1	2	1	1	2	1
3	1	2	4	1	4	3	1	2	4
2	2	2	2	1	3	2	1	2	3
3	1	2	1	1	3	2	1	2	2
4	2	2	2	1	1	1	2	2	1
3	3	3	4	1	2	2	1	2	1
3	3	1	3	1	3	3	1	2	3
3	1	2	2	1	3	2	1	1	1
3	4	3	3	1	3	3	1	2	3
2	3	2	2	1	4	1	1	3	4
2	2	2	3	1	3	2	1	1	2
2	4	1	4	3	3	3	1	1	4
4	3	3	4	2	4	2	1	2	4
2	3	3	2	1	3	1	1	3	3
3	3	1	4	1	4	3	1	2	3
2	4	1	4	2	3	3	1	1	2
2	4	2	4	1	4	2	2	1	4
3	3	1	3	3	3	3	1	3	1
3	3	3	4	1	4	2	2	3	3

18	Jumlah
2	42
2	47
3	47
2	35
4	46
4	46

3	40
4	52
4	46
4	48
2	45
4	35
4	43
4	47
3	44
4	41
3	47
4	46
3	48
2	42
3	51
3	49
3	40
4	51
3	54
3	47
4	49
4	49
4	49
3	49
3	54
Total	1429

2. Data *Post-Test* Skala Kedisiplinan Belajar

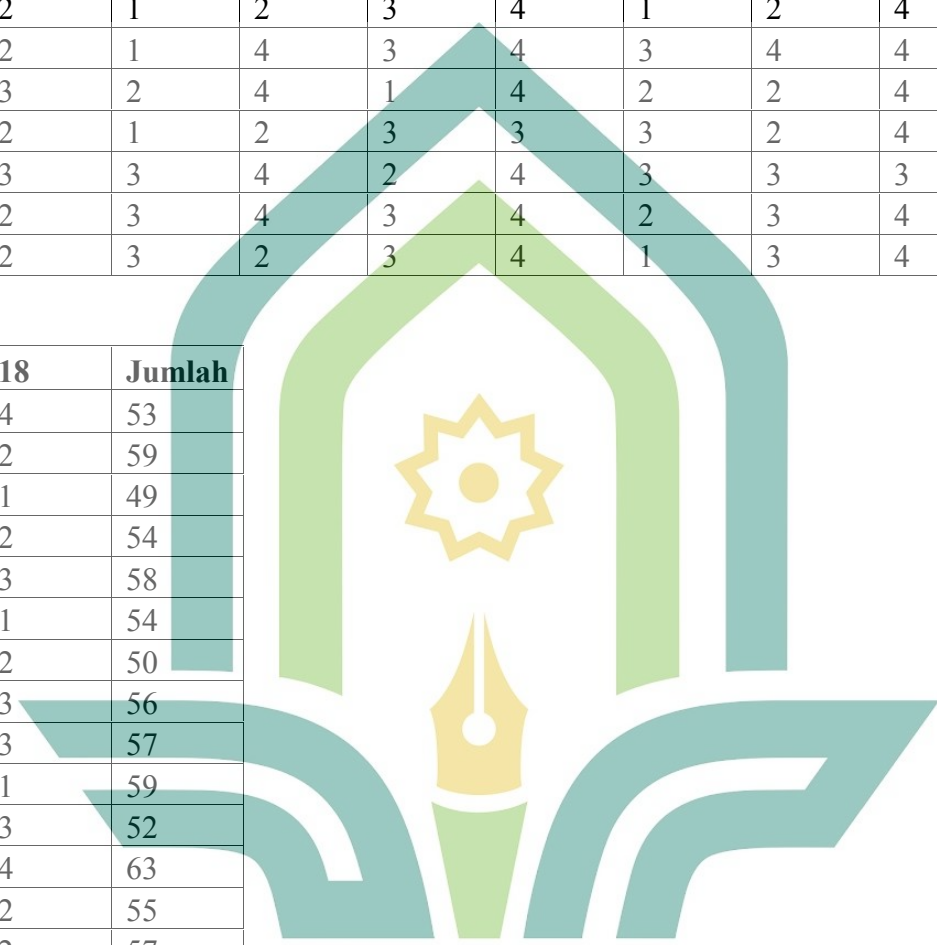
No	Kode Subjek	1	2	3	4	5	6	7
1	S1	4	1	3	4	2	4	2
2	S2	4	4	4	4	3	4	4
3	S3	4	1	4	2	2	4	4
4	S4	4	4	4	4	3	4	3
5	S5	4	3	4	4	4	4	4
6	S6	4	2	3	4	4	4	4
7	S7	3	3	4	3	3	3	3
8	S8	4	4	3	4	4	4	2
9	S9	4	3	4	4	4	4	4
10	S10	4	3	4	3	2	4	4

11	S11	3	2	3	3	3	4	3
12	S12	4	4	4	4	3	4	4
13	S13	4	4	4	4	3	4	4
14	S14	3	3	4	4	3	4	3
15	S15	4	4	4	4	4	4	4
16	S16	4	4	4	4	4	4	2
17	S17	3	3	2	4	3	4	3
18	S18	4	3	2	4	4	4	4
19	S19	4	2	4	3	4	4	4
20	S20	4	3	4	4	4	4	4
21	S21	4	1	4	4	2	4	2
22	S22	4	2	3	3	4	4	3
23	S23	4	3	4	2	3	4	3
24	S24	4	3	4	3	2	4	4
25	S25	4	2	2	2	3	4	4
26	S26	4	2	4	4	3	4	2
27	S27	4	4	4	4	4	2	4
28	S28	4	2	3	3	2	4	3
29	S29	4	2	4	3	2	4	2
30	S30	4	3	4	3	4	4	4
31	S31	4	2	4	4	4	4	3

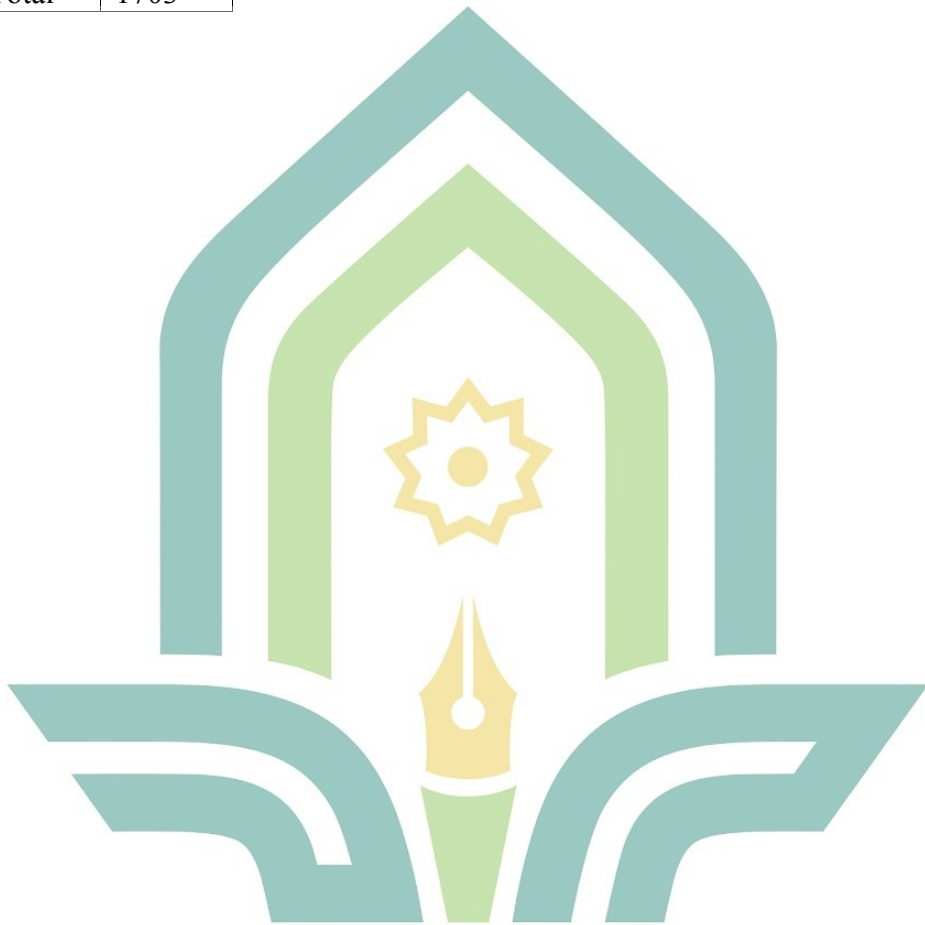
8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
3	1	4	2	3	3	3	2	4	4
1	1	4	4	4	3	3	4	3	3
3	1	3	1	4	3	1	4	4	3
3	3	2	1	4	2	3	4	2	2
3	2	4	2	3	1	3	4	3	3
3	3	3	2	3	2	4	4	1	3
3	3	3	2	2	2	3	3	3	2
3	1	3	4	4	3	2	3	2	3
3	2	4	2	3	1	3	3	3	3
3	3	4	2	4	3	3	4	4	4
2	1	4	3	4	2	3	4	3	2
3	2	4	2	4	3	3	4	4	3
4	1	2	4	4	1	2	4	3	1
3	3	3	3	4	2	3	4	3	3
3	4	3	2	4	3	3	4	3	4
3	3	3	2	4	1	4	4	3	2
2	2	3	2	3	3	3	3	3	2

3	3	3	4	3	2	3	4	3	1
2	3	4	3	4	2	3	4	2	1
3	4	3	2	4	3	3	4	4	4
2	3	2	3	4	1	3	4	3	1
3	3	4	3	4	1	4	4	3	2
3	3	3	3	4	2	3	3	3	2
3	3	4	2	4	3	3	4	4	4
2	1	2	3	4	1	2	4	2	2
2	1	4	3	4	3	4	4	3	3
3	2	4	1	4	2	2	4	3	2
2	1	2	3	3	3	2	4	3	1
3	3	4	2	4	3	3	3	4	2
2	3	4	3	4	2	3	4	2	1
2	3	2	3	4	1	3	4	2	1

18	Jumlah
4	53
2	59
1	49
2	54
3	58
1	54
2	50
3	56
3	57
1	59
3	52
4	63
2	55
2	57
1	62
1	56
2	50
2	56
2	55
3	64
2	49
2	56
3	55
1	59



3	47
2	56
1	54
2	47
2	54
2	56
1	51
Total	1703



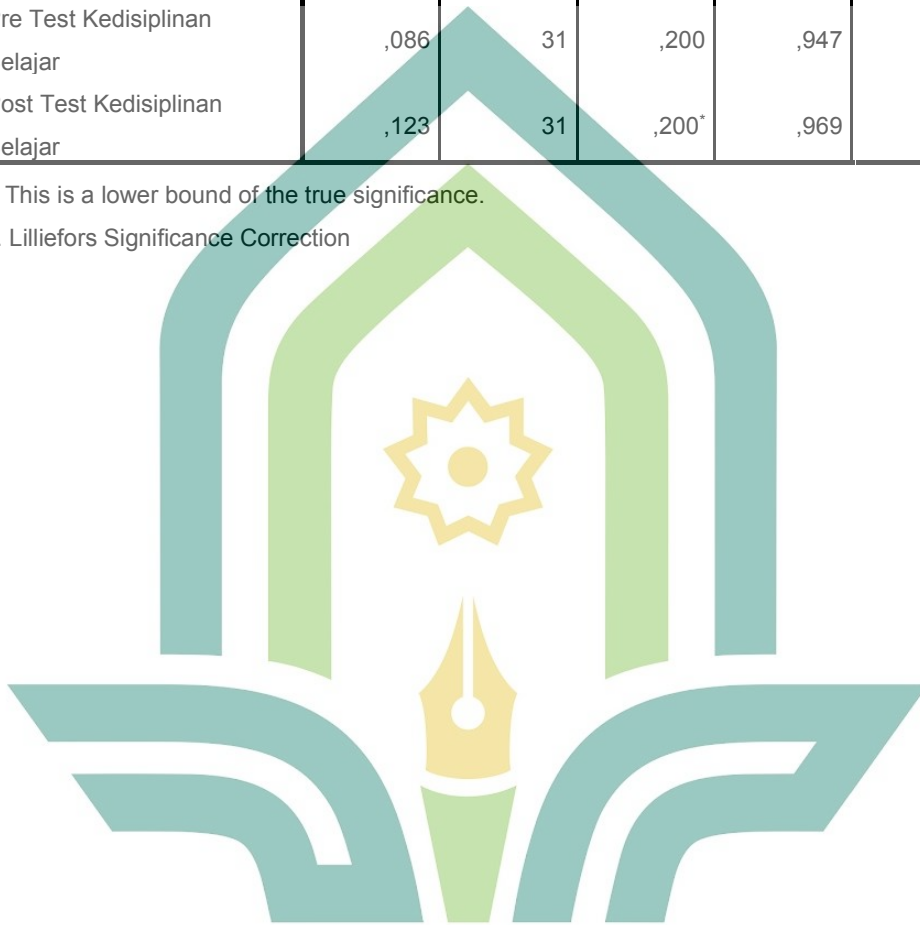
Lampiran 10

HASIL UJI NORMALITAS MENGGUNAKAN *KOLMOGOROV-SMIRNOV*

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre Test Kedisiplinan Belajar	,086	31	,200	,947	31	,129
Post Test Kedisiplinan Belajar	,123	31	,200 [*]	,969	31	,485

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

a. Lilliefors Significance Correction

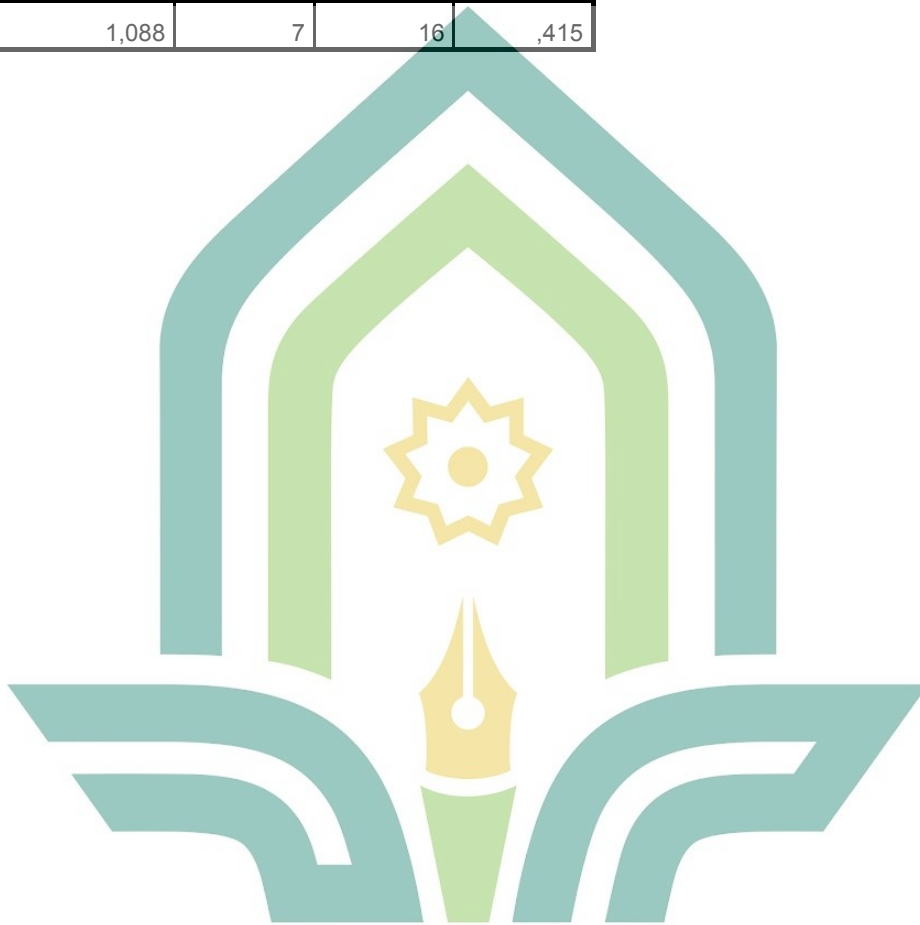


HASIL UJI HOMOGENITAS

Test of Homogeneity of Variances

Pre Test Kedisiplinan Belajar

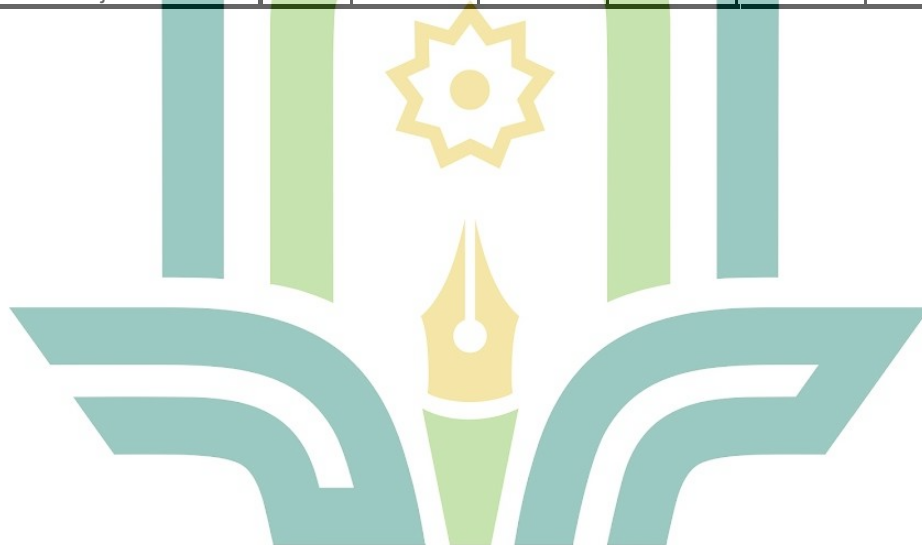
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1,088	7	16	,415



Lampiran 12

HASIL UJI HIPOTESIS MENGGUNAKAN UJI-T (*PAIRED SAMPLE T-TEST*)

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	Pre Test Kedisiplinan Belajar - Post Test Kedisiplinan Belajar	-8,83871	7,36250	1,32234	-11,53930	-6,13812	-6,684	30	,000



Lampiran 13

TABEL HASIL *PRE-TEST* KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA

Kode Subjek	Skor	Kategori
S1	42	Sedang
S2	47	Sedang
S3	47	Sedang
S4	35	Rendah
S5	46	Sedang
S6	46	Sedang
S7	40	Sedang
S8	52	Sedang
S9	46	Sedang
S10	48	Sedang
S11	45	Sedang
S12	35	Rendah
S13	43	Sedang
S14	47	Sedang
S15	44	Sedang
S16	41	Sedang
S17	47	Sedang
S18	46	Sedang
S19	48	Sedang
S20	42	Sedang
S21	51	Sedang
S22	49	Sedang
S23	40	Sedang
S24	51	Sedang
S25	54	Tinggi
S26	47	Sedang
S27	49	Sedang
S28	49	Sedang
S29	49	Sedang
S30	49	Sedang
S31	54	Tinggi
Total	1429	
Rata-Rata	46,1	Sedang

Lampiran 14

HASIL POST-TEST KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA

Kode Subjek	Skor	Kategori
S1	53	Sedang
S2	59	Tinggi
S3	49	Sedang
S4	54	Tinggi
S5	58	Tinggi
S6	54	Tinggi
S7	50	Tinggi
S8	56	Tinggi
S9	57	Tinggi
S10	59	Tinggi
S11	52	Tinggi
S12	63	Tinggi
S13	55	Tinggi
S14	57	Tinggi
S15	62	Tinggi
S16	56	Tinggi
S17	50	Sedang
S18	56	Tinggi
S19	55	Tinggi
S20	64	Tinggi
S21	49	Sedang
S22	56	Tinggi
S23	55	Tinggi
S24	59	Tinggi
S25	47	Sedang
S26	56	Tinggi
S27	54	Tinggi
S28	47	Sedang
S29	54	Tinggi
S30	56	Tinggi
S31	51	Sedang
Total	1703	
Rata-Rata	54,9	Tinggi

Lampiran 15

HASIL PERBADINGAN SKOR KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA

No	Kode Subjek	Skor Kedisiplinan Belajar		Peningkatan Skor
		<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	
1	S1	42	53	11
2	S2	47	59	12
3	S3	47	49	2
4	S4	35	54	19
5	S5	46	58	12
6	S6	46	54	8
7	S7	40	50	10
8	S8	52	56	4
9	S9	46	57	11
10	S10	48	59	11
11	S11	45	52	7
12	S12	35	63	28
13	S13	43	55	12
14	S14	47	57	10
15	S15	44	62	18
16	S16	41	56	15
17	S17	47	50	3
18	S18	46	56	10
19	S19	48	55	7
20	S20	42	64	22
21	S21	51	49	2
22	S22	49	56	7
23	S23	40	55	15
24	S24	51	59	8
25	S25	54	47	7
26	S26	47	56	9
27	S27	49	54	5
28	S28	49	47	2
29	S29	49	54	5
30	S30	49	56	7
31	S31	54	51	3
Total		1429	1703	274
Rata-rata		46,1	54,9	8,8
Kategori		Sedang	Tinggi	

SURAT PERMOHONAN EXPERT JUDGMENT

Hal : Permohonan *Expert Judgment*
Lampiran : 3

Kepada Yth.

Ibu Cintami Farmawati, M.Psi
Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah
UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan

Bismillahirrahmanirrahim

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Disampaikan dengan hormat bahwa saya:

Nama : Salsabila Septi Ariyani

NIM : 3519094

Merupakan mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan yang sedang melakukan penelitian untuk menyusun skripsi yang berjudul "Efektivitas Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management* terhadap Tingkat Kedisiplinan Belajar Siswa di MAN 2 Kota Pekalongan."

Sehubungan dengan hal tersebut, maka peneliti memohon kesediaan ibu/sdr untuk menjadi *Expert Judgment* terkait modul dan angket yang akan digunakan dalam penelitian ini. Modul merupakan panduan dari pelaksanaan bimbingan islam dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa. Sedangkan angket yang dimaksud adalah instrumen pengumpulan data yang digunakan untuk mengukur tingkat kedisiplinan belajar siswa.

Demikian surat permohonan ini saya berikan, mohon harapan saya agar ibu/ berkenan memberikan *judgment* (penilaian) dan saran demi mendapatkan modul dan angket yang layak untuk diterapkan dalam kegiatan penelitian. Atas bantuan dan kesediaannya saya ucapkan terimakasih.

Wallahumu wafiq illa aqwamithoriq.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 17 Juli 2023

Mengetahui,
Dosen Pembimbing Skripsi


Dr. Esti Zaduqisti, M.Si
NIP. 199712172006042002

Hormat saya,


Salsabila Septi Ariyani
NIM. 3519094



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA PEKALONGAN
MADRASAH ALIYAH NEGERI 2**

Jalan Trikora Pragak Yosorejo Pekalongan 51137
Telepon (0285) 429205; Faksimili (0285) 429205
Website : www.man2kotapekalongan.sch.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 738/Ma.11.34.02/PP.00.6/09/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala Madrasah Aliyah Negeri 2 Kota Pekalongan, menerangkan bahwa :

Nama : Salsabila Septi Ariyani
Tempat/Tanggal Lahir : Pekalongan, 17 September 2001
NIM : 3519094
Universitas : UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan
Prodi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Semester : 9 (Sembilan)

Mahasiswa tersebut benar-benar melaksanakan kegiatan penelitian di MAN 2 Kota Pekalongan dengan menggunakan Skala Kedisiplinan Belajar pada tanggal 26 Juli – 31 Agustus 2023 dengan judul penelitian :

**"EFEKTIVITAS BIMBINGAN ISLAM DENGAN TEKNIK SELF – MANAGEMENT
TERHADAP TINGKAT KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA DI MAN 2
KOTA PEKALONGAN"**

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sebenarnya, dan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Pekalongan, 1 September 2023

Kepala,


Slamet Riyadi



LEMBAR EXPERT JUDGMENT

SURAT KETERANGAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Izza Himawanti

NIP : 198812112019032006

Setelah membaca, menelaah, dan mencermati instrumen penelitian berupa lembar modul dan skala yang akan digunakan untuk penelitian yang berjudul "Efektivitas Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management* Terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa MAN 2 Kota Pekalongan". Yang disusun oleh:

Nama : Salsabila Septi Ariyani

NIM : 3519094

Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam

Dengan ini menyatakan, bahwa instrumen lembar penilaian modul dan skala tersebut:

- Layak digunakan untuk mengambil data tanpa revisi.
 Layak digunakan untuk mengambil data dengan revisi.
 Tidak layak digunakan.

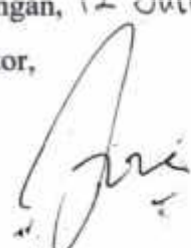
Catatan (bila perlu):

krn self management, sehingga usabakan
ada remasan time line / Jadwal harian
yg akan diisi siswa.

Demikian, keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Pekalongan, 12 Juli 2023

Validator,


Izza Himawanti
NIP. 198812112019032006

LEMBAR EXPERT JUDGMENT

SURAT KETERANGAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Cintami Fatmawati, M.Psi

NIP : 198608152019032009

Setelah membaca, menelaah, dan mencermati instrumen penelitian berupa lembar modul dan skala yang akan digunakan untuk penelitian yang berjudul "Efektivitas Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management* Terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa MAN 2 Kota Pekalongan". Yang disusun oleh:

Nama : Salsabila Septi Ariyani

NIM : 3519094

Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam

Dengan ini menyatakan, bahwa instrumen lembar penilaian modul dan skala tersebut:

- Layak digunakan untuk mengambil data tanpa revisi.
 Layak digunakan untuk mengambil data dengan revisi.
 Tidak layak digunakan.

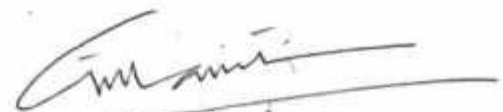
Catatan (bila perlu):

Demikian, keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Pekalongan,

2023

Validator,



Cintami Fatmawati, M.Psi
NIP. 198608152019032009

LEMBAR EXPERT JUDGMENT

SURAT KETERANGAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Dewi Rostiana

NIP :

Setelah membaca, menelaah, dan mencermati instrumen penelitian berupa lembar modul dan skala yang akan digunakan untuk penelitian yang berjudul "Efektivitas Bimbingan Islam dengan Teknik *Self-Management* Terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa MAN 2 Kota Pekalongan". Yang disusun oleh:

Nama : Salsabila Septi Ariyani

NIM : 3519094

Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam

Dengan ini menyatakan, bahwa instrumen lembar penilaian modul dan skala tersebut:

- Layak digunakan untuk mengambil data tanpa revisi.
 Layak digunakan untuk mengambil data dengan revisi.
 Tidak layak digunakan.

Catatan (bila perlu):

Instrumen penelitian yang akan diberikan kepada subjek penelitian menggunakan bahasa yang mudah dipahami (Perhatikan EJD, kalimat/kata yang kurang efektif dan maknanya sama).

Demikian, keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Pekalongan, 17 Juli 2023
Validator,


Dewi Rostiana, M.Pd
NIP.

DOKUMENTASI

1. Penilaian *Expert Judgment*



2. Penyerahan Modul Panduan Kepada Guru BK MAN 2 Kota Pekalongan



3. Pengisian Skala Kedisiplinan Belajar oleh Siswa



4. Kegiatan Bimbingan Islam oleh Pembimbing





SURAT KETERANGAN SIMILARITY CHECKING

Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah (FUAD) IAIN Pekalongan menerangkan bahwa skripsi atas nama mahasiswa:

Nama : Salsabila Septi Ariyani
Nim : 3519094
Prodi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : Efektivitas Bimbingan Islam dengan Teknik Self-Management terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa MAN 2 Kota Pekalongan

telah melalui tahap *plagiarism checking* menggunakan aplikasi Turnitin, dengan keterangan:

Waktu Submit : 05 Oktober 2023
Hasil (Similarity) : 25%

Oleh karenanya naskah tersebut dinyatakan **LOLOS** dari plagiarisme. Surat Keterangan ini berlaku selama 1 (satu) semester sejak diterbitkan untuk dijadikan sebagai syarat pendaftaran ujian/munaqasyah skripsi.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Pekalongan, 05 Oktober 2023

a.n Dekan,
Ketua Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam



Dr. Maskhur, M.Ag



LEMBAR PEMERIKSAAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Drs. H. S. Kohar
NIP : 196607152003021001
Pangkat, Golongan, Ruang : Penata TK.I (III/d)
Jabatan : IFT PTP / Sub Koordinator Akma FUAD

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Salsabila Septi Ariyani
NIM : 3519094
Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Telah selesai melaksanakan pemeriksaan Skripsi sesuai dengan aturan yang disahkan dan diterapkan di Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah. Oleh karena itu, untuk selanjutnya skripsi saudara/i segera dijilid sesuai dengan warna fakultas dan kode warna yang ditetapkan oleh STATUTA UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan. Atas perhatian dan kerja sama saudara/i, kami ucapkan terima kasih.

Pekalongan, 14 November 2023
Mengetahui,

Dekan
Sub Koordinator AKMA FUAD

Drs. H. S. Kohar
NIP. 196607152003021001



BIODATA PENULIS

A. Data Diri

- a. Nama : Salsabila Septi Ariyani
- b. Jenis Kelamin : Perempuan
- c. Tempat, Tanggal Lahir : Pekalongan, 17 September 2001
- d. Agama : Islam
- e. Nomer HP : 0813-2591-3155
- f. E-mail : salsabilaseptiariyani@mhs.uingusdur.ac.id
- g. Tempat Tinggal : Kramatsari, Gg 10A No 31, Kota Pekalongan

B. Data Orang Tua

- a. Nama ayah : Suparyono
- b. Nama Ibu : Mariany Bahe
- c. Agama : Islam
- d. Tempat Tinggal : Kramatsari, Gg 10A No 31, Kota Pekalongan

C. Riwayat Pendidikan

- a. SMPN 4 Kota Pekalongan Tahun Lulus 2016
- b. SMKN 2 Kota Pekalongan Tahun Lulus 2019
- c. UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan Tahun Masuk 2019

Demikian biodata ini dibuat oleh penulis dengan sebenar-benarnya.

Pekalongan, 3 Oktober 2023

Penulis



Salsabila Septi Ariyani