REPOSITORI IAIN KUDUS

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambar Objek Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di MA Mazro'atul Huda Karanganyar Demak bertujuan untuk melihat seberapa pengaruh layanan konseling kelompok teknik *self management* terhadap kedisiplinan belajar peserta didik di MA Mazro'atul Huda Karanganyar Demak. Pelaksaan penelitian menggunakan 1 kelompok eksperimen, dengan jumlah sampel 8 peserta didik dari populasi 30 peserta didik. Sampel yang terpilih nantinya yang akan diberikan *treatment* layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*. Pelaksanaan konseling dilakukan 4 kali pertemuan yaitu pada 7 juni- 26 juli 2023.

a. Data Peserta didik MA Mazro'atul Huda Karanganyar Demak

Jumlah peserta didik yang terdapat di MA Mazro'atul Huda Karanganyar Demak, total keseluruhannya peserta didik yaitu sebanyak 313 peserta didik, yang terdiri dari kelas X, XI, XII, dari dua jurusan yaitu MIPA dan IPS. Rincian kelas yang terdapat di MA Mazroa'atul Huda Karanganyar Demak sebagai berikut.

Tabel 4.1 Jumlah Peserta Didik

No.	Kelas	Jumlah siswa
1.	X MIPA 1	36
2.	X MIPA 2	36
3.	X IPS 1	38
4.	X IPS 2	29
5.	XI MIPA 1	28
6.	XI MIPA 2	30
7.	XI IPS 1	28
8.	XII MIPA 1	28
9.	XII MIPA 2	30
10.	XII IPS 1	30
Total		313

b. Hasil Analisis Data

1) Uji Validitas

Uji validitas merupakan sebuah uji coba untuk melihat tingkat kevalidan dari suatu data. Uji validitas

REPOSITORI IAIN KUDUS

REPOSITORI IAIN KUDUS

pada penelitian ini menggunakan validitas isi dan konstruk. Validitas isi berupa angket yang dikonsultasikan kepada validator yaitu Bapak Hasan Bastomi, M.Pd.I. dan Bapak David Ari Setyawan, M.Pd. Berdasarkan uji validitas instrumen yang dilakukan oleh validator dapat disimpulkan bahwa instrument yang telah dibuat peneliti dikatakan valid dan layak digunakan. Setelah itu langkah selanjutnya peneliti menggunakan uji korelasi *product moment* percoban validasi statistik menggunakan SPSS versi 21.

Hasil data perolehan hasil uji validitas angket kedisiplinan belajar terdapat butiran item yang terdiri 45 item, diujikan kepada peserta didik yang berjumlah 28 orang bertujuan melihat valid atau tidaknya angket yang telah dibuat oleh peneliti. Berikut hasil perolehan perhitungan uji validitas adalah:

Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas

No. item	r hitung	r tabel	Keterangan
1.	-0,05137	.374	Tidak Valid
2.	0,335123	.374	Tidak Valid
3.	0,077748	.374	Tidak Valid
4.	0,147298	.374	Tidak Valid
5.	0,086178	.374	Tidak Valid
6.	0,421593	.374	Valid
7.	0,397531	.374	Valid
8.	0,011003	.374	Tidak Valid
9.	0,464302	.374	Valid
10.	0,437128	.374	Valid
11.	0,031316	.374	Tidak Valid
12.	0,412446	.374	Valid
13.	0,416994	.374	Valid
14.	-0,13615	.374	Tidak Valid
15.	0,205253	.374	Tidak Valid
16.	0,421889	.374	Valid
17.	0,451588	.374	Valid
18.	0,187537	.374	Tidak Valid
19.	0,407582	.374	Valid
20.	0,554215	.374	Valid
21.	0,459678	.374	Valid
22.	0,459678	.374	Valid

REPOSITORI IAIN KUDUS

REPOSITORI IAIN KUDUS

23.	0,459678	.374	Valid
24.	0,418839	.374	Valid
25.	0,418839	.374	Valid
26.	-0,16286	.374	Tidak Valid
27.	-0,15362	.374	Tidak Valid
28.	0,483568	.374	Valid
29.	0,080234	.374	Tidak Valid
30.	-0,14195	.374	Tidak Valid
31.	-0,27564	.374	Tidak Valid
32.	-0,17115	.374	Tidak Valid
33.	0,064128	.374	Tidak Valid
34.	0,420912	.374	Valid
35.	0,387261	.374	Valid
36.	-0,0555	.374	Tidak Valid
37.	-0,04228	.374	Tidak Valid
38.	0,264916	.374	Tidak Valid
39.	0,375538	.374	Valid
40.	0,165049	.374	Tidak Valid
41.	0,34911	.374	Tidak Valid
42.	0,473633	.374	Valid
43.	0,234176	.374	Tidak Valid
44.	0,118679	.374	Tidak Valid
45.	2,8917	.374	Tidak Valid

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui bahwa dari 45 item setelah diuji validasi dinyatakan 20 item pernyataan yang valid karena r hitung> r tabel, sedangkan 25 item pernyataan tidak valid karena r hitung< r tabel dengan taraf 5%. Dari 45 item pernyataan dapat dikatakan valid diantaranya item nomor 6, 7, 9, 10, 12, 13, 16, 17, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 28, 34, 35, 39, dan 42. Sedangkan item pernyataan tidak valid tidak digunakan, berjumlah 25 diantaranya item nomor 1, 2, 3, 4, 5, 8, 11, 14, 15, 18, 26, 27, 29, 30, 31, 32, 33, 36, 37, 38, 40, 41, 43, 44, dan 45.

2) Uji Reliabilitas

Langkah selanjutnya setelah melakukan uji validatas, yaitu menguji reliabilitas pada angket. Uji reliabitas yang digunakan pada penelitan ini, menggunakan uji statistic *cronbach alpha* melalui

REPOSITORI IAIN KUDUS

REPOSITORI IAIN KUDUS

aplikasi SPSS**.** Pada uji ini memiliki kriteria, apabila nilai yang diperoleh pada pengujian *cronbach alpha* > 0,60 dikatakan reliabel. Begitupun sebaiknya apabila *cronbach alpha* < 0,60 dikatakan tidak reliabel.

Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas

Cronbach's Alpha	N of Item
.807	20

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa hasil uji reliabilitas angket kedisiplinan belajar memiliki nilai 0,807. Karena hasil nilainya lebih besar dari 0,60, maka uji reliabilitas angket kedisiplinan belajar dikatakan reliabilitas. maka dapat disimpulkan bahwa angket kedisiplinan belajar telah memenuhi syarat reliabel.

c. Tingkat Kedisiplinan Belajar Peserta Didik Sebelum *Treatment* Layanan Konseling Kelompok

Hasil dari *pretest* dari 30 orang yang dalam kategori tinggi terdiri 3 orang, kategori sedang terdiri 19 orang, dan kategori rendah terdiri 8 orang. Hasil *pretest* dapat dilhat pada tabel berikut.

Tabel 4.4 Tingkat Kedisiplinan Belajar Peserta Didik Sebelum *Treatment*

No.	Nama	Hasil Pretes	Kategori
1.	AKC	45	Sedang
2.	AK	55	Sedang
3.	AMUS	42	Sedang
4.	AMZ	42	Sedang
5.	AM	44	Sedang
6.	AF	41	Sedang
7.	DAPW	62	Tinggi
8.	DAR	32	Rendah
9.	D	47	Sedang
10.	EMD	63	Tinggi
11.	HL	40	Rendah
12.	IRM	35	Rendah
13.	LMS	45	Sedang
14.	MBS	46	Sedang
15.	MKP	74	Tinggi
16.	MAY	33	Rendah

REPOSITORI IAIN KUDUS

REPOSITORI IAIN KUDUS

17.	MF	28	Rendah
18.	NYW	42	Sedang
19.	NSAT	39	Rendah
20.	NIS	43	Sedang
21.	RAA	53	Sedang
22.	RARS	44	Sedang
23.	SF	55	Sedang
24.	SNC	38	Rendah
25.	SNA	45	Sedang
26.	SRY	59	Sedang
27.	SA	41	Sedang
28.	S	43	Sedang
29.	UHA	31	Rendah
30.	UK	53	Sedang

Hasil *pretest* ditemukan 8 peserta didik memiliki kategori kedisiplinan belajar rendah.Oleh karena itu ada 8 peserta didik yang dipilih menjadi subjek layanan konseling kelompok. Adanya perlakuan layanan konseling kelompok teknik *self management* diharapkan, peserta didik setelah mengikuti kegiatan konseling memiliki pribadi disiplin.

Hasil *pretest* dari populasi dijadikan sampel dengan melihat hasil berdasarkan perhitungan kategori peserta didik yang memiliki kedisiplinan belajar rendah. Pengukuran kategori subjek penelitian menggunakan SPSS versi 21 dengan hasil berikut.

Tabel 4.5 Kategori Tingkat Kedisiplinan Belajar

Kategori	Nilai
Rendah	20-40
Sedang	41-60
Tinggi	61-80

Berdasarkan hasil *pre-test* tingkat kedisiplinan belajar peserta didik MA Mazro'atul Huda Karanganyar sebelum *treatment* dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 4.6 Hasil *Pretes* Kedisiplinan Belajar

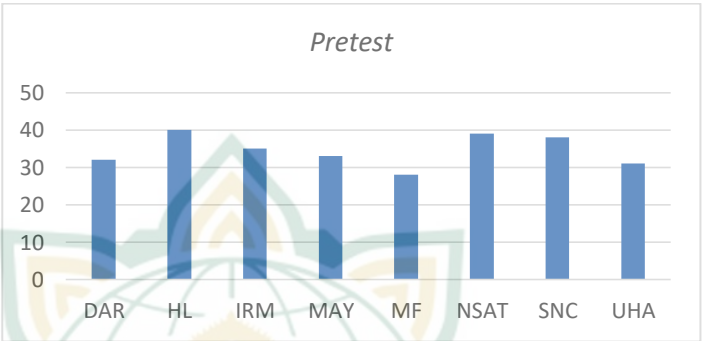
No.	Responden	*Pretest*	Kategori
1.	DAR	32	Rendah
2.	HL	40	Rendah
3.	IRM	35	Rendah
4.	MAY	33	Rendah

REPOSITORI IAIN KUDUS

REPOSITORI IAIN KUDUS

5.	MF	28	Rendah
6.	NSAT	39	Rendah
7.	SNC	38	Rendah
8.	UHA	31	Rendah

Gambar 4.1 Grafik *Pretest*



Bahwa berdasarkan hasil *pretest*, peserta didik pada kategori rendah sebanyak 8 orang akan diberikan layanan konseling kelompok Teknik *Self Management*.

d. Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok Teknik *Self Management*

1) Pertemuan pertama

Hari/Tanggal : Rabu, 7 juni 2023
Jam : 13.45- 14.30 WIB
Tempat : Perpustakaan

Pada pertemuan pertama tahap pembentukan peneliti dan anggota kelompok saling memperkenalkan diri untuk membangun suasana lebih dekat. Sebelum memulai layanan konseling kelompok peneliti mengajak anggota kelompok berdo'a, lalu menjelaskan tujuan adanya pelaksanaan layanan konseling kelompok.

Tahap kedua merupakan tahap peralihan, peneliti dan anggota kelompok menentukan waktu pelaksanaan konseling. Anggota kelompok menyepakati kegiatan konseling dilakukan 45 menit. Peneliti menanyakan tentang kesiapan anggota kelompok untuk melaksanakan kegiatan layanan konseling kelompok.

Tahap kegiatan peneliti akan menjelaskan tentang kedisiplinan belajar, peserta didik diharapkan dapat memahami terlebih dahulu tentang disiplin belajar. Peneliti menanyakan kepada anggota kelompok, apa

REPOSITORI IAIN KUDUS

REPOSITORI IAIN KUDUS

yang mereka ketahui tentang kedisiplinan belajar. Ada beberapa mereka yang berpendapat definisi kedisiplinan belajar. Peneliti lalu menjelaskan dan menjabarkan tentang kedisiplinan belajar.

Tahap pengakhiran, peneliti mengajak anggota kelompok untuk menyimpulkan kegiatan awal sampai akhir. Ada beberapa anggota kelompok yang masih malu-malu disuruh untuk menyimpulkan dan ada juga ada yang berani untuk menyimpulkan. Setelah anggota kelompok menyimpulkan hasil kegiatan dan dirasa durasi konseling hampir habis, peneliti menyimpulkan kegiatan pada pertemuan pertama ini dan menanyakan perasaan mereka dalam mengikuti kegiatan konseling. Kegiatan ini diakhiri dengan do'a dan mengucapkan salam.

Hasil dari pertemuan ini adalah peserta didik lebih mengetahui gambaran kedisiplinan belajar. Kesepakatan untuk pertemuan selanjutnya setelah memahami kedisiplinan belajar diharapkan peserta didik lebih menerapkan apa yang telah dipahami.

2) Pertemuan kedua

Hari/Tanggal : Rabu, 14 Juli 2023
Jam : 13.45-14.30 WIB
Tempat : Perpustakaan

Tahap pembentukan, Untuk membuat anggota kelompok lebih nyaman dan rileks, peneliti menanyakan kabarnya dan bagaimana kegiatan belajarnya, dll. Setelah itu pemimpin kelompok menjelaskan definisi, tujuan, manfaat, asas-asas yang terdapat di layanan konseling kelompok. Sebelum memasuki kegiatan inti seperti biasanya peneliti menawarkan waktu yang nantinya buat pelaksanaan konseling, anggota kelompok bersepakat kegiatan konseling dilakukan 45 menit.

Tahap peralihan, pemimpin kelompok mengulas pertemuan sebelumnya mengenai mnemahami kedisiplinan belajar. Apakah sudah menerapkan kedisiplinan belajar setelah memahaminya bahkan sebaliknya. Pemimpin kelompok serta menanyakan tentang kesiapan anggota kelompok untuk melaksanakan tahap selanjutnya.

Tahap kegiatan, pertemuan kedua ini peneliti menjelaskan teknik *self management* dan pengungkapan masalah, apabila masih ditemui anggota kelompok tidak

REPOSITORI IAIN KUDUS

REPOSITORI IAIN KUDUS

disiplin belajar peneliti akan memberikan sebuah teknik yaitu *self management*. Adanya teknik *self management* anggota kelompok dapat mengelola dirinya lebih berperilaku positif.

Peneliti memberikan lembaran yang berisi lembaran *monitoring* di dalam lembaran *monitoring* berisi permasalahan yang dilakukan, penyebab terjadinya perilaku ketidakdisiplinan, serta dampak negatif positif yang diterima. Lembaran *monitoring* berguna untuk mengamati tingkahlakunnya selama satu minggu. Artinya peserta didik jika tidak disiplin belajar, maka dapat mencatat perilakunya di lembaran *monitoring* yang sudah diberikan oleh pemimpin konseling.

Tahap pengakhiran, peneliti mengajak anggota kelompok untuk menyimpulkan kegiatan awal sampai akhir. Lalu peneliti mengingatkan bahwa pertemuan selanjutnya akan mengadakan evaluasi pada tahap *monitoring* ini. Durasi konseling dirasa udah habis kegiatan ini diakhiri dengan do'a dan mengucapkan salam.

3) Pertemuan ketiga

Hari/Tanggal : Rabu, 21 Juli 2023
Jam : 13.45-14.30 WIB
Tempat : Perpustakaan

Tahap pembentukan, pemimpin kelompok menjelaskan definisi, tujuan, manfaat, asas-asas yang terdapat di layanan konseling kelompok. Pemimpin kelompok juga mengajak anggota kelompok melakukan *ice breaking*, karena pemimpin kelompok melihat angggota kelompok kurang bersemangat.

Tahap peralihan, peneliti menawarkan waktu yang nantinya buat pelaksanaan konseling, anggota kelompok bersepakat kegiatan konseling dilakukan 45 menit. Setelah waktu pelaksanaan sudah disepakati kemudian pemimpin kelompok menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk melaksanakan tahap selanjutnya.

Tahap kegiatan, pada pertemuan ketiga ini peneliti mengevaluasi lembaran *monitoring* yang diberikan pada minggu yang lalu, untuk melihat perkembangan sikap kedisiplinan belajar anggota kelompok. Hasil dari evaluasi anggota kelompok masih yang tidak disiplin diantaranya masih ada yang terlambat masuk kelas,

REPOSITORI IAIN KUDUS

REPOSITORI IAIN KUDUS

terlambat berangkat sekolah, mencotek, mengerjakan tugas rumah di sekolahan, keluar kelas, dan tidak bersemangat belajar. Untuk itu peneliti memberikan sebuah teknik *self management* tahap *contranting* dan *reinforcement* positif (*self reward*).

Di dalam lembaran tahap *contranting* dan *self reward* berisi tiga soal yang harus diisi yaitu berisi target dan *reward* untuk menunjang perubahan. *Reward* terdapat memiliki dua bentuk yaitu hadiah dan konsekuensi berikut penjelasanya, apabila angggota kelompok berhasil melakukan target maka hadiah apa yang harus diberikan terhadap dirinya, dan konsekuensi apa yang harus dilakukan apabila gagal melaksanakan target.

Tahap pengakhiran, peneliti mengajak anggota kelompok untuk menyimpulkan kegiatan awal sampai akhir. Lalu peneliti mengingatkan bahwa pertemuan selanjutnya akan mengadakan evaluasi pada tahap *contranting* dan *self reward*. Durasi konseling dirasa sudah habis kegiatan ini diakhiri dengan do'a dan mengucapkan salam.

4) Pertemuan keempat

Hari/Tanggal : Rabu, 26 Juli 2023
Jam : 13.45-14.30 WIB
Tempat : Perpustakaan

Tahap pembentukan, pemimpin kelompok menjelaskan definisi, tujuan, manfaat, asas-asas yang terdapat di layanan konseling kelompok. Tahap ini pemimpin kelompok juga mengajak anggota kelompok melakukan *ice breaking* supaya anggota kelompok lebih semangat.

Tahap peralihan, peneliti menawarkan waktu yang nantinya buat pelaksanaan konseling, anggota kelompok bersepakat kegiatan konseling dilakukan 45 menit. Setelah waktu pelaksanaan sudah disepakati kemudian pemimpin kelompok menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk melaksanakan tahap selanjutnya.

Tahap kegiatan, pada pertemuan ke empat ini peneliti mengevaluasi lembaran *monitoring* yang diberikan pada minggu yang lalu, untuk melihat perkembangan sikap kedisiplinan belajar anggota kelompok. Hasil dari evaluasi ada satu anak yang kurang

REPOSITORI IAIN KUDUS

REPOSITORI IAIN KUDUS

disiplin berpakaian rapi. Begitupun hasil kedisiplinan yang meningkat, anggota kelompok berangkat sekolah tepat waktu, masuk dan keluar kelas ketika ada bel, mengerjakan tugas rumah berada rumah, mengerjakan tugas sendiri dengan kemampuan sendiri, dirumah belajar minimal 15 menit.

Peneliti memberikan sebuah teknik *self management* tahap *control*. Tahap ini peneliti memberikan motivasi terhadap anggota kelompok supaya anggota kelompok yang sudah memiliki kedisiplinan yang tinggai dapat memertahankan dan meningkatkan, sebaliknya bagi anggota kelompok yang masih kurang disiplin dapat meningkatkan kedisiplinan belajar. Pada tahap ini juga peneliti memberikan angket kedisiplinan guna *posttes*.

Tahap pengakhiran, peneliti mengajak anggota kelompok untuk menyimpulkan kegiatan awal sampai akhir, serta kesan dan pesan selama proses layanan konseling kelompok pertemuan pertama sampai pertemuan terakhir. Hasil yang diperoleh anggota kelompok dapat memahami lebih dalam kedisiplinan belajar, sehingga mereka dapat membedakan antara mana yang baik dilakukan dan tidak. Anggota kelompok dapat menerapkan teknik *self management* untuk membantu untuk mengolah perasaan, pikiranya. Kesan dan pesannya merasa senang bisa mengikuti kegiatan layanan konseling kelompok. Durasi konseling dirasa sudah habis kegiatan ini diakhiri dengan do'a dan mengucapkan salam.

e. Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik *Self Management* Terhadap Peserta Didik MA Mazro'atul Huda Karanganyar Demak

a. **Nilai Hasil *Posttest* Angket Kedisiplinan belajar Peserta Didik MA Mazro'atul Huda Karanganyar Demak**

Hasil nilai *posttest* bertujuan untuk melihat apakah ada perubahan pada peserta didik setelah adanya *treatment* konseling kelompok teknik *self management*. Berikut hasil perbandingan *pretest* dan *posttest* kedisiplinan belajar berdasarkan hasil akhir.

Tabel 4.7 Hasil Perbandingan *Pretest* dan *Posttest* Kedisiplinan Belajar

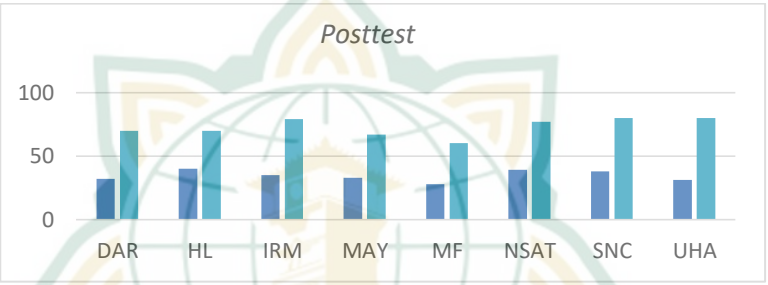
No	Responden	*Pretes*	Kategori	*Posttest*	Kategori

REPOSITORI IAIN KUDUS

REPOSITORI IAIN KUDUS

1.	DAR	32	Rendah	70	Tinggi
2.	HL	40	Rendah	70	Tinggi
3.	IRM	35	Rendah	79	Tinggi
4.	MAY	33	Rendah	67	Tinggi
5.	MF	28	Rendah	60	Sedang
6.	NSAT	39	Rendah	77	Tinggi
7.	SNC	38	Rendah	80	Tinggi
8.	UHA	31	Rendah	80	Tinggi

Gambar 4. 2 Grafik *Posttest*



2. Analisis Pendahuluan

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan perhitungan untuk memastikan apakah data berdistribusi normal atau tidak. Apabila uji normalitas dinyatakan normal, maka bisa melanjutkan uji selanjutnya. Pada penelitian ini peneliti menggunakan uji *Shapiro Wilk*. Uji normalitas yang di uji, yaitu nilai *pretest* dan nilai *posttest*. Hasil uji normalitas apabila normal, jika nilai signifikan> 0,05, dan sebaliknya apabila dikatakan tidak normal jika nilai signifikasi <0,05.[1] Berikut hasil perhitungan uji normalitas dengan menggunakan rumus *Shapiro Wilk*.

Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas *Shapiro Wilk*

	Shapiro Wilk		
	Statistic	**Df**	**Sig**
Pretest	.952	8	.736
Posttest	.887	8	.219

Berdasarkan tabel 4.8 mengenai uji normalitas tersebut, diketahui bahwa nilai signifikan dari *pretes* adalah 0,105.

[1] N.Lillis Suryani, *Peningkatan Kotmitmen Profesi Melalui Iklim Organisasi, Kepribadian Dan Kepuasan Kerja Dosen*, pertama (Surabaya: Cipta Media Nusantara, 2022), 39.

REPOSITORI IAIN KUDUS

REPOSITORI IAIN KUDUS

Sedangkan nilai signifikan dari *posttest* ialah 0, 140. Setelah dilakukannya perhitungan uji normalitas, *pretes* menghasilkan nilai signifikan 0,736 > 0,05. Sedangkan *posttest* menghasilkan nilai signifikan 0, 219 > 0,05. Dapat disimpulkan bahwa dari hasil *pretest dan posttest* tersebut sesuai dengan kriteria pengujian yaitu sama-sama lebih besar dari 0,05, maka data tesebut berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas adalah sebuah uji untuk mengetahui suatu data dinyatakan variasinya homogen atau tidak.[2] Uji homogenitas memiliki kriteria yaitu apabila nilai signifikansi < 0,05 dikatakan tidak homogen. Sedangkan apabila nilai signifikansi > 0,05 maka dikatakan homogen. Penelitian ini menggunakan uji levene serta diolah menggunakan program SPSS versi 21. Hasil peroleh dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 4. 9 Hasil Uji Homogenitas

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
3,830	1	14	.071

Berdasarkan tabel 4.9 Pada hasil uji homogenitas tersebut menunjukkan nilai signifikansinya 0,71 > 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa uji homogenitas dalam penelitian ini menunjukkan homogen.

c. **Uji Hipotesis**

Uji hipotesis dipergunakan untuk membuktikan uji dugaan sementara dari hipotesis yang diajukan.[3] Pada penelitian ini peneliti menentukan uji hipotesis menggunakan uji *paired sample t test* sebab berasal dari dua variabel dalam satu sampel yang sama. Uji ini digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan rata-rata antara *pretest* dan *posttest.* Berikut hasil perhitungan nilai rata-rata dari soal *pretest* dan *posttest* dari uji *paired sampel t test* melalui SPSS versi 21.

Tabel 4. 10 Perbedaan Rata-Rata Kedisiplinan Belajar

	Mean	**N**	**Std**	**Std. Error**

[2] Gusti Agung Ngurah Trisna Jayantik Putu Ade Andre Payadnya, *Panduan Penelitian Ekperimen Beserta Analisis Stastistik Dengan SPSS* (Yogyakarta: CV. Budi Utama, 2018), 46.

[3] Johar Arifin, , *SPSS 24 Untuk Penelitian Dan Skripsi* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo), 17.

REPOSITORI IAIN KUDUS

REPOSITORI IAIN KUDUS

			Deviation	Mean
Pretest	34,5000	8	4,24264	1,50000
Posttest	72,8750	8	7,29848	2,58040

Dari tabel 4.10 dapat dilihat bahwa rata-rata skor *posttest* lebih tinggi dari rata-rata skor *pretest*. Hal ini menunjukkan bahwa skor mengalami peningkatan yang signifikan, dengan skor *pretest* rata-rata 34,5000 dan skor *posttest* rata-rata 72,8750. Hal ini menunjukkan pengaruh layanan konseling kelompok teknik *self management* terhadap peserta didik di MA Mazro'atul Huda Karanganyar Demak.

Tabel 4.11 Uji Hipotesis dengan *Paired Sample Test*

	Paired Sample Test					T	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower	Upper			
Pretest posttest	-38,37500	6,41288	2,26729	-43,73630	-33,01370	-16,925	7	,000

Dapat dilihat tabel 4.11 Hasil peroleh dari uji hipotesis dengan program SPSS tersebut dapat diketahui bahwa nilai rata-rata selisih antara *pretest* dan *posttest* yaitu – 38,37500 dengan standar deviasi 6,41288. Hasil lain yang didapatkan adalah standard error mean sebanyak 2,26729. Sedangkan nilai t hitungnya adalah -16,925 dengan df (derajat kebebasan) = 7. Selanjutnya nilai sig. (2-tailed) adalah ,000 < 0,05, maka H_0 ditolak dan Ha diterima. Disimpulkan bahwa adanya perbedaan *pretest* dan *posttest* menunjukkan pengaruh layanan konseling kelompok teknik *self management* terhadap peserta didik di MA Mazro'atul Huda Karanganyar Demak.

B. Pembahasan

1. Tingkat Kedisiplinan Belajar Peserta Didik di MA Mazro'atul Huda Karanganyar Demak

Dalam pendidikan terdapat proses pembelajaran yang menjadikan berubahan bagi individu. Sehingga setiap individu dapat perubahan kearah yang lebih baik. Akan tetapi di satuan

REPOSITORI IAIN KUDUS

REPOSITORI IAIN KUDUS

pendidikan tidak luput dengan masalah disiplin. Misalnya di MA Mazro'atul Huda Karangnyar Demak, sikap ketidakdisiplinan belajar menunjukkan masih dijumpai peserta didik bersikap tidak disiplin belajar. Berdasarkan hasil *pretest* ditemukan peserta didik kategori rendah yaitu 8 orang, dengan indikator tidak hadir tepat waktu, mengikuti pelajaran dengan baik, mengerjakan tugas sendiri (tidak mencotek), mengerjakan tugas rumah (PR) di rumah, berpakaian rapi, dan semangat belajar.

Indikator kedisiplinan belajar sebagai perilaku yang akan diukur atau diobservasi peneliti untuk melihat pengaruh perilaku kedisiplinan belajar peserta didik. Dalam penyataan Darmadi juga menyebutkan indikator-indikator kedisiplinan belajar. Pernyataan tersebut dijelaskan bahwa, disiplin belajar merupakan ketaatan peserta didik terhadap tata tertib yang berhubungan dengan kegiatan belajar mengajar di sekolah, yang meliputi waktu masuk sekolah dan keluar sekolah, kepatuhan peserta didik dalam berpakaian, kepatuhan peserta didik dalam mengikuti kegiatan sekolah, dan sebagainya.[4]

Penyebab utama memengaruhi kedisiplinan rendah adalah kesadaran diri individu. Kurangnya kesadaran diri mengakibatkan peserta didik berperilaku kurang baik atau menyepelekan tanggung jawabnya. Maka pentingnya memiliki sikap disiplin, seseorang yang memiliki sikap disiplin tentunya dapat mengatur, mengelola semua hal yang mengakibatkan kehidupan kedepannya tertata dengan baik.

Berdasarkan hasil tingkat kedisiplinan belajar peserta didik di MA Mazro'atul Huda Karanganyar Demak penyebab terjadinya ketidakdisiplinan peserta didik berbeda-beda diantaranya karena bangun kesiangan, macet, ketika solat menunggu pergantian mukena, menganteri kamar mandi, menunggu teman ketika berangkat sekolah, malas berpikir untuk menjawab soal, malas dengan mata pelajaran, dan tidak semangat belajar. Oleh karena itu, supaya peserta didik dapat bersikap disiplin peneliti menggunakan layanan konseling kelompok teknik self management. Teknik self management tergolong pendekatan behavioral. Penelitian ini sejalan dengan Aaron Back yang mengemukakan kognitif behavioral merupakan model konseling integratif yang difokuskan pada konseling kognitif dan perilaku.

[4] Darmadi, *Pengembangan Model dan Metode Pembelajaran dalam Dinamika Belajar Siswa*, (Yogyakarta: CV Budi Utama, 2017), 321-322.

REPOSITORI IAIN KUDUS

REPOSITORI IAIN KUDUS

Teori ini menyakini pola pikir manusia terbentuk oleh stimulus-Kognisi-Respons atau SKR.[5]

Tujuan pendekatan behavioral yaitu menghapus tingkah laku yang maladaptive dengan mengubahnya dengan tingkah laku yang lebih sesuai. Peneliti berharap adanya pelaksanaan teknik *self management* peserta didik dapat mengelola diri supaya dapat melakukan kegiatan-kegiatan yang bermanfaat tidak membuang waktu sehingga kegiatan belajar berjalan dengan lancar serta mencapai hasil maksud yang dituju.

2. Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok Teknik *Self Management* terhadap Peserta Didik di MA Mazro'atul Huda Karanganyar Demak

Penelitian ini menggunakan satu kelompok eksperimen (metode *eksperimen one-grup*) yang akan diberikan *treatment* layanan konseling kelompok. Sampel yang digunakan berdasarkan hasil *pretest* terdiri 8 orang. Pelaksanaan layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self management* bertujuan mendorong peserta didik untuk berperilaku positif atau sesuai dengan norma-norma yang berlaku di lingkungan, dengan cara mengelolah pikiran dan perasaanya sehingga dapat membedakan mana yang baik dilakukan dan harus ditinggalkan.

Melalui pelaksanaa layanan konseling kelompok teknik self management yang dilaksanakan 4 kali pertemuan yaitu tanggal 17 juni - 26 juli, hasil dari hipotesis membuktikan bahwa penerapan konseling kelimpok teknik *self management* memberikan pengaruh terhadap kesdisiplinan belajar di MA Mazro'atul Huda Karanganyar Demak. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Riyan Tobing yang berjudul "Eksperimen Layanan Konseling Mengikuti Pelajaran Peserta Didik di SMP Negeri 1 Padang Ratu" menyatakan adanya peningkatan kehadiran mengikuti pelajaran pada peserta didik di SMP Negeri 1 Padang Ratu.

Pelaksanaan teknik *self management* terdiri 4 strategi sesuai yang dicetuskan Kumalasari, dkk., diantaranya *self monitoring, self reward, self contracting,* dan *self control*. Strategi tersebut digunakan dalam penelitian ini. Pada pertemuan awal pemimpin kelompok memberikan pemahaman tentang layanan konseling kelompok dan kedisiplinan belajar, kemudian untuk pertemuan

[5] Kade Sathya Gita Rismawan Kadek Suranata, Luh Putu Sri Lestari, Putu Ari Dharmayanti, *Model Konseling Kontemporer, Modern, Dan Postmodern* (PT. Inovasi Pratama Internasional, 2022), 70.

REPOSITORI IAIN KUDUS

REPOSITORI IAIN KUDUS

berikutnya yaitu pertemuan 2-4 kali pemimpin kelompok memberikan teknik *self management*. Penerapan teknik tersebut pemimpin kelompok memberikan sebuah lembaran yang berisi poin-poin pertanyaan. Pertama, tahap *self monitoring* berisi masalah yang di alami, penyebab, dampak yang diterima. Kedua tahap *self contracting* dan *self reward* berisi target perilaku yang diinginkan, *reward* dan *punishment* yang dinginkan. Skinner menyatakan manusia lebih suka melakukan tindakan yang ada hadiah atau penguatan positif, dan manusia lebih memilih menghindari tindakan yang memberikan hukuman. Oleh karena itu, untuk meningkatkan motivasi, penting untuk memberikan hadiah yang dapat memerkuat perilaku yang diinginkan.[6] Sedangkan *self control* pemimpin kelompok memberi motivasi bertujuan anggota kelompok yang sudah memiliki kedisiplinan yang tinggi dapat memertahankan dan meningkatkan, sebaliknya bagi anggota kelompok yang masih kurang disiplin dapat meningkatkan kedisiplinan belajar.

3. Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik *Self Management* terhadap Peserta Didik di MA Mazro'atul Huda Karanganyar Demak

Berdasarkan hasil *pretest* terdapat peserta didik di MA Mazro'atul Huda Karanganyar dalam kategori kedisiplinan rendah. Akan tetapi setelah diberi *treatment* menggunakan teknik *self management* kedisiplinan belajar peserta didik mengalami perubahan. Penelitian ini menggunakan beberapa uji yang telah diproses menggunakan SPSS.

Hasil penelitian pengaruh layanan konseling kelompok dapat dilihat pada uji normalitas dan hipotesis. Ha diterima karena *Paired Sample t-test* menungkapkan bahwa nilai sig (2-tailed) < 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa variabel yang satu dengan lainnya berbeda secara signifikan. Layanan konseling kelompok dapat dikatakan salah satu layanan yang efektif untuk mengurai ketidakdisiplinan belajar peserta didik. Perbandingan antara nilai *pretest* dan *posttest* yang diperoleh melalui angket kedisiplinan menunjukkan adanya peningkatan dengan nilai rata-rata *pretest* 34,5000 dan nilai *posttest* 72,8750.

Hal ini memiliki kesamaan hasil dengan penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Yusuf Hidayat bahwa teknik *self management* efektif dapat memengaruh kemampuan mengelola

[6] Paskalis Niko Gunawan, *Dasar-Dasar Manajemen* (Jawa Tengah: Likeisha, 2023), 63.

REPOSITORI IAIN KUDUS

REPOSITORI IAIN KUDUS

diri (*self management*) terhadap kedisiplinan belajar dan kemampuan kreativitas berpikir mahasiswa jurusan pendidikan fisika fakultas tarbiyah dan keguruan Uin Alaudiin Makassar.

Cormier & Cormier menekankan bahwa manajemen diri bukanlah pendekatan yang sepenuhnya deterministik dan menghilangkan kemungkinan pilihan atau pengambilan keputusan konseli. Aspek kognitif juga dikatakan memegang peranan penting dalam proses belajar menghasilkan perilaku, terutama dalam memertimbangkan berbagai tindakan yang akan dilakukan. Atas dasar ini meyakini bahwa peneliti sebelumnya kedisiplinan belajar siswa dapat ditingkatkan melalui manajemen diri (*self management*).[7]

Pengaruh layanan konseling kelompok teknik *self management* terhadap kedisiplinan belajar peserta didik di MA Mazro'atul Huda Karanganyar menunjukkan bahwa ada pengaruh terhadap kedisiplinan peserta didik. Hasil yang diperoleh dari data yang berasal dari pengumpulan data dilapangan melalui observasi, wawancara, angket dan dokumentasi. Perilaku ketidakdisiplinan yang telah ditemukan berupa terlambat masuk kelas, suka keluar kelas, sering terlambat mencotek, tidak pernah belajar, mengerjakan tugas rumah berada di kelas.

Akan tetapi setelah layanan konseling kelompok serta penerapan teknik *self management* kedisiplinan belajar anggota kelompok meningkat. Hasil kedisiplinan belajar berupa berangkat sekolah tepat waktu, masuk dan keluar kelas ketika ada bel berbunyi, mengerjakan tugas rumah berada rumah, mengerjakan tugas sendiri dengan kemampuan sendiri, dan dirumah belajar minimal 15 menit. Meskipun ada satu peserta didik tidak disiplin berpakaian rapi akan tetapi perbuatanya tidak terlalu memengaruhi pembelajaran. Peneliti tetap memberikan motivasi supaya menjadi peribadi lebih disiplin.

Simpulan yang diperoleh dari beberapa penjelasan tersebut kelompok eksperimen yang awalnya memiliki nilai kedisiplinan rendah setelah penerapan *treatment* teknik *self management*, nilai *postest* memiliki nilai tinggi bisa dikatakan memiliki kedisiplinan tergolong kategori baik. Sehingga dapat dikatakan proses pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik *self management* salah satu metode yang tepat dalam meningkatkan kedisiplinan

[7] Titi Mirawati Asim, "P*engaruh Bimbingan Manajemen Diri alam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa*," *Journal of EST*, 2016, 107.

REPOSITORI IAIN KUDUS

REPOSITORI IAIN KUDUS

belajar peserta didik di MA Mazro'atul Huda Karanganyar Demak.

REPOSITORI IAIN KUDUS