

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Deskripsi Teori

##### 1. Kedisiplinan

Istilah disiplin berasal dari *dicipline* artinya individu yang secara sukarela mengikuti atau belajar dari seorang pemimpin. Pemimpin yang dimaksudkan yaitu orang tua atau guru yang berkewajiban mengajarkan tentang perilaku moral didalamnya. Makna luasnya, disiplin merupakan suatu bentuk ketaatan untuk menghormati dan menjalankan sesuatu yang mengharuskan untuk patuh kepada keputusan, perintah, dan peraturan yang berlaku tanpa ada imbalan apapun.<sup>1</sup> Upaya mengatur diri sendiri, sikap mental, dan masyarakat agar terjalin kesesuaian dengan peraturan perundang-undangan dan ilmu yang berasal dari dalam hati disebut dengan disiplin. Intinya, disiplin adalah pengendalian diri dalam mematuhi peraturan yang ditetapkan baik secara internal maupun di luar, seperti yang ditetapkan oleh keluarga atau organisasi pendidikan agama, masyarakat, dan negara. Untuk itu peserta didik dituntut untuk melatih pengendalian diri dan disiplin menjamin efektivitas kegiatan pembelajaran. Perilaku disiplin peserta didik dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, seperti lingkungan belajar, sifat dasar anak, dan dampak pendidikan dalam keluarga. Menurut pernyataan tersebut, salah satu hal yang mungkin mempengaruhi perilaku disiplin adalah lingkungan belajar dimana salah satu contohnya adalah lingkungan sekolah. Pendidikan merupakan lembaga sosial yang mengutamakan pertumbuhan moral dan intelektual peserta didik.<sup>2</sup> Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa disiplin adalah sikap mengikuti dan memenuhi segala perintah secara terkendali dan penuh kesadaran serta tanggung jawab.

Adapun fungsi dari kedisiplinan diantaranya disiplin sangat dibutuhkan peserta didik untuk membantu dalam bertingkah laku sehari-hari ketika dirumah maupun disekolah.

---

<sup>1</sup> Yudi Purbowinanto, "*Disiplin Kunci Sukses Bangsa*", (Jakarta: CV. Indradjaya, 2011), hal. 2-3

<sup>2</sup> Amilatus Shodiqoh and Anwar Sutoyo, "*Hubungan Antara Hasil Pendidikan Karakter Dengan Kedisiplinan Siswa SMA Takhassus Al Qur' an Wonosobo Pendahuluan*", 1.1 (2022), 1-8 <<https://doi.org/10.24036/XXXXXXXXXX-X>>, hal. 2

Selain itu, disiplin sebagai alat dalam melakukan sesuatu dan menyesuaikan diri dalam lingkungan juga dapat mengarahkan untuk mematuhi tata tertib disekolah.<sup>3</sup>

Beberapa faktor dalam kedisiplinan, antara lain sebagai berikut:

- a. Kesadaran diri sebagai kesadaran diri yang memperhatikan kedisiplinan. Selain penting bagi kebaikan dan kesuksesannya, kesadaran diri juga menjadi kekuatan pendorong disiplin yang kuat.
- b. Ketaatan dan tindak lanjut sebagai proses pelaksanaan dan penerapan hukum yang mengendalikan perilaku pribadi.
- c. Impelementasi dalam menciptakan, mengubah, dan membentuk perilaku sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan.
- d. Sanksi sebagai upaya bersama dalam meningkatkan kesadaran, melakukan perbaikan atas kesalahan, dan mendorong individu untuk kembali melakukan kesalahan perilaku yang sesuai.<sup>4</sup>

Penunjuk yang dapat digunakan untuk mengukur seberapa disiplin baik dalam hal manajemen waktu dan pengendalian perilaku. Disiplin terhadap waktu berarti menghindari bolos kelas pada waktu yang dijadwalkan, mengerjakan pekerjaan tepat waktu, dan belajar secara teratur. Sedangkan perilaku disiplin adalah menaati aturan yang ditetapkan di kelas, jujur, tidak menyontek, mempunyai keinginan kuat untuk belajar, menyelesaikan tugas sendiri tanpa bantuan, dan tidak mengganggu waktu belajar teman.<sup>5</sup> Aspek-aspek dalam kedisiplinan yaitu mentalitas (keadaan pikiran) adalah perilaku dan kepatuhan merupakan hasil dari pertumbuhan dan latihan untuk kontrol mental dan kekuatan

---

<sup>3</sup> Imam Musbikin, "Pendidikan Karakter Disiplin", (Nusa Media, 2021), hal. 7-8

<sup>4</sup> Magdalena Maunti, "Meningkatkan Perilaku Disiplin Peserta Didik Dalam Pembelajaran Daring Melalui Layanan Bimbingan Kelompok WA Group Di SMP Negeri 3 Telaga", *Aksara: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 7.3 (2021), 1417 <<https://doi.org/10.37905/aksara.7.3.1417-1426.2021>>, hal. 1418-1419

<sup>5</sup> Ernita Br Tarigan, "Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Dalam Proses Belajar Mengajar Melalui Layanan Konseling Kelompok Pada Siswa Kelas Vii-3 Smp Negeri 1 Gebang Tahun 2017-2018", *Jurnal Tabularasa PPS Unimed*, Vol. 15.3 (2018), hal. 272-282 <<http://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/tabularasa>>.

karakter. Begitu juga pemahaman menyeluruh tentang sistem atau perilaku, standar, dan kriteria, dan pedoman serupa agar pemahaman berikan maksudnya kedalaman atau kesadaran, itu kepatuhan terhadap standar, hukum, dan persyaratan dan kepatuhan terhadap norma-norma ini diperlukan. Tingkah laku dan sikap yang tertib juga termasuk dalam aspek kedisiplinan. Kedisiplinan didalamnya juga mencakup unsur peraturan, hukuman, dan penghargaan, serta konsisten peserta didik.<sup>6</sup>

Dalam Islam, disiplin dianjurkan. Manusia memerlukan peraturan atau ketentuan dalam kehidupan sehari-harinya agar segala tindakannya mengikuti pedoman yang telah ditetapkan. Kita harus bisa mengatur dan memanfaatkan waktu kita dengan sebaik-baiknya, terutama waktu yang kita habiskan untuk belajar, karena jika seseorang tidak bisa memanfaatkan waktunya dengan baik maka waktu itu akan terbuang percuma. Islam juga memerintahkan pemeluknya untuk senantiasa menaati hukum-hukum yang telah ditetapkan Allah.<sup>7</sup> Hal ini sesuai dengan firman Allah dalam surah Hud ayat 112:

فَأَسْتَقِمْ كَمَا أُمِرْتَ وَمَنْ تَابَ مَعَكَ وَلَا تَطْغَوْا إِنَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ

بَصِيرٌ

Artinya: “Oleh karena itu, janganlah kamu menyimpang dari jalan yang telah ditentukan bagimu dan (juga) bagi orang lain yang bertaubat bersamamu. Sesungguhnya Dialah yang melihat segala sesuatu yang kamu kerjakan.”<sup>8</sup>

Bagian ini menunjukkan bahwa disiplin mencakup mematuhi aturan dan tepat waktu. Iktilah petunjuk-Nya dan tinggalkan semua larangan-Nya. Selain itu, lakukanlah kegiatan tersebut secara konsisten dan konsisten walaupun hanya sedikit.

<sup>6</sup> Lalu Zaenul Hamdi, "Upaya Meningkatkan Prilaku Disiplin Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas Xi Di Sma Negeri 1 Wanasaba Tahun Pembelajaran 2016/2017", *Journal Ilmiah Rinjani Universitas Gunung Rinjani*, 6 (2018), hal. 99

<sup>7</sup> Nurrohmatussa'adah, "Pengaruh Pelayanan Bimbingan Konseling Terhadap Kedisiplinan Siswa Dan Siswi di MTsN 1 Batanghari", *Pedagogika: Jurnal Ilmu-Ilmu Kependidikan*, 1.2 (2022), 104–8 <<https://doi.org/10.57251/ped.v1i2.183>>, hal. 107-108

<sup>8</sup> Departemen Agama RI, "Al-Qur'an dan terjemahnya", (Bandung: Sygma Examedia Arkanleema, 2009), hal. 234

Karena amal yang terus-menerus, meski kecil, juga dihargai oleh Allah selain bermanfaat bagi diri kita sendiri.

## 2. **Konseling Kelompok**

Intinya, terapi kelompok adalah layanan yang bertujuan untuk mengatasi masalah pribadi dalam suasana kolektif. Ada beberapa konselor dan konselor yang terlibat. Selain itu, terapi juga menumbuhkan ikatan yang hangat, transparan, dan meyakinkan. Begitu juga konseli diberikan kesempatan untuk mengungkapkan masalahnya, ditelusuri secara bersama dengan anggota kelompok mengenai sebab dan akibat timbulnya masalah, jalan alternatif untuk memberikan pandangan kepada konseli mengenai jalan keluarnya, serta dilakukan evaluasi juga tindak lanjut setelah konseli dapat menyelesaikan masalahnya tersebut. Tujuan utama konseling kelompok adalah untuk membentuk sudut pandang anggota kelompok tentang masalah dan perasaan mereka serta membantu mereka memahami penyebab masalah mereka. Selain itu tujuannya adalah untuk memberikan kenyamanan dalam perkembangan dan pertumbuhan pribadi, sosial, pembelajaran dan karir peserta didik; membantu menghilangkan titik-titik lemah yang dapat menghambat kehidupan pribadi, sosial, pembelajaran dan karir siswa; juga membantu mempercepat dan memperlancar penyelesaian masalah siswa.<sup>9</sup>

Ada dua tujuan kelompok konseling: kuratif dan preventif. Sementara peran kuratif dari konseling difokuskan untuk membantu orang mengatasi hambatan dalam hidupnya, sedangkan fungsi preventif dari konseling bertujuan untuk menghindari masalah pada individu. Selain itu, anak-anak yang berpartisipasi dalam layanan terapi kelompok mendapat manfaat dari peningkatan pelatihan komunikasi, keterampilan sosial, pengendalian diri, dan tanggung jawab.<sup>10</sup>

Penyelenggaraan konseling kelompok memerlukan persiapan dan latihan yang memadai mulai dari tahap awal hingga evaluasi dan hasil. Proses konseling kelompok ini menggunakan prinsip-prinsip berikut:

- a. Asas kerahasiaan, Dalam kegiatan kelompok, apa yang dibicarakan menjadi “rahasia kelompok” yang hanya

---

<sup>9</sup> Dina Hajja Ristianti and Irwan Faturrochman, *"Penilaian Konseling Kelompok"*, ed. by Deepublish, (Yogyakarta, 2020), hal. 11-31

<sup>10</sup> Egy Novita Fitri, *"Dalam Menyelesaikan Masalah Pribadi Siswa"*, 2 (2016), hal. 19

- diketahui oleh anggota kelompok dan tidak dibagikan ke luar kelompok.
- b. Asas kesukarelaan, upaya guru/pemimpin kelompok untuk mengembangkan kondisi kelompok yang efektif. Melalui kerja sukarela ini, anggota tim dapat berperan aktif dalam mencapai tujuan pelayanan tanpa adanya paksaan.
  - c. Asas aktivitas, dimana terapi kelompok bekerja paling baik bila semua orang dalam kelompok berpartisipasi sepenuhnya dalam kegiatan.
  - d. Asas keterbukaan, anggota kelompok secara aktif dan jujur mendiskusikan permasalahan mereka tanpa menahan diri atau merasa bersalah.
  - e. Asas terkini, individu diharapkan dapat membahas topik yang marak dibicarakan dan sedang terjadi untuk memberikan informasi terkini untuk percakapan.
  - f. Asas normatifitas, yang membahas tata krama dan komunikasi dalam suasana kelompok serta topik pembahasan sebelumnya.<sup>11</sup>

Keuntungan dari layanan konseling kelompok adalah melalui kelompok swadaya, individu mengembangkan dan memperkuat rasa percaya diri dan identitas diri. Mereka menyadari bahwa mereka tidak sendirian dan merasa diberdayakan dengan bertukar ide dan menawarkan bantuan. Sebaliknya, kelemahannya adalah tidak semua orang cocok dalam kelompok, perhatian supervisor lebih terpecah atau luas, sulit membangun kepercayaan, klien berharap terlalu banyak pada kelompok.<sup>12</sup>

Tahapan-tahapan yang ada di dalam konseling kelompok yaitu pertama, pra konseling yang berisikan memilih anggota kelompok yang akan melakukan konseling. Kedua, tahap permulaan berisikan pembentukan struktur kelompok dengan memilih pemimpin kelompok dan anggotanya serta masing-masing individu memperkenalkan dirinya satu-satu. Ketiga, tahap transisi bisa disebut tahap peralihan dimana masing-masing individu membuka

---

<sup>11</sup> Khilman Rofi' Azmi, "*Konsep Dasar Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (Dari Teori ke Praktik)*", (Pati: CV, Al-Qalam Media Lestari, 2021), hal. 47-52

<sup>12</sup> Esty Aryani Safithry and Niky Anita, "*Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Menurunkan Prasangka Sosial Peserta Didik*", *Suluh: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4.2 (2019), 33–41 <<https://doi.org/10.33084/suluh.v4i2.624>>, hal. 35-36

permasalahannya satu persatu dan terbuka satu sama lain. Keempat, tahap kerja dimana dilakukan penyelesaian masalah dengan berbagai macam pendapat dari anggota kelompok. Anggota kelompok bereksperimen dengan perilaku baru yang mereka ambil dari kelompok sepanjang tahap kelima dan terakhir. Terakhir, penilaian dan tindak lanjut terhadap terapi kelompok akan diberikan selama fase pasca konseling.<sup>13</sup>

**a. Konseling Kelompok melalui Teknik *Self Management***

Teknik manajemen diri merupakan upaya penyelesaian masalah dengan menggunakan teknik konseling behaviorial yang mengkaji perilaku (individu) dengan tujuan mengubah perilaku maladaptif menjadi perilaku adaptif. Manajemen diri adalah proses dimana orang mengatur perilaku mereka sendiri. Ketika menerapkan teknik manajemen diri, tanggung jawab keberhasilan pelatihan tetap berada di tangan pelatih. Supervisor berperan sebagai pencipta ide, supervisor yang membantu merencanakan program dan memotivasi supervisor.<sup>14</sup> Hambatan yang dapat dihilangkan melalui manajemen diri adalah perilaku yang tidak berhubungan dengan orang lain tetapi mengganggu orang lain dan diri sendiri, perilaku yang sering terjadi tanpa dapat diprediksi kapan akan terjadi, mengurangi kendali terhadap orang lain, tujuan perilaku bersifat verbal dan berhubungan dengan orang lain, evaluasi dan pengendalian diri. Misalnya, sikap terlalu kritis terhadap diri sendiri dan tanggung jawab untuk mengubah atau mempertahankan perilaku bergantung pada orangnya. Modifikasi lingkungan yang mendukung penerapan pengelolaan mandiri biasanya terjadi setelah penerapan pengelolaan mandiri. Tujuan dari pengontrolan lingkungan adalah untuk menghilangkan pendahulu atau penyebab perilaku, dan mengurangi dukungannya. Peraturan lingkungan dapat diterapkan dalam beberapa cara, seperti mengubah untuk membuat perilaku yang tidak diinginkan tidak mungkin dilakukan, melakukan kontrol atas perilaku, atau

---

<sup>13</sup> Namora Lumongga Lubis and Hasnida, "*Konseling Kelompok*", (Jakarta: Kencana, 2016), hal. 62

<sup>14</sup> Halimatus Sa'diyah, Muh Chotim, and Diana Ariswanti Triningtyas, "*Penerapan Teknik Self Management Untuk Mereduksi Agresifitas Remaja*", *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6.2 (2017), 67 <<https://doi.org/10.25273/counsellia.v6i2.1018>>, hal. 69

mengubah rutinitas sehingga perilaku yang tidak diinginkan dibatasi pada waktu tertentu dan tempat.<sup>15</sup>

Individu yang mempunyai pengendalian diri akan lebih mampu mengatur gagasan, perasaan dan tingkah lakunya sehingga akan menghasilkan perkembangan yang optimal. Selain itu, anak akan merasa kurang dikontrol oleh orang lain karena keterlibatannya yang aktif. Jika seluruh kesalahan atas perubahan, mereka akan berpikir bahwa upayanya patut disalahkan dan bahwa perubahan tersebut bersifat permanen. Selain itu, akan bisa menjalani kehidupan yang lebih mandiri di masa depan.<sup>16</sup>

Tingkatan teknik manajemen diri meliputi fase pertama yaitu manajemen diri yang melibatkan pemantauan diri, yaitu proses dimana orang berinteraksi dengan lingkungannya dengan mengamati dirinya sendiri. Dalam introspeksi ini, individu memeriksa penyebab suatu masalah (prediksi) dan menciptakan akibat dengan mengamati dan mencatat permasalahannya. biasanya individu mengamati dan mencatat perilaku bermasalah. Tahap kedua, yaitu. penguatan positif diri sendiri (self-priming), digunakan untuk memperkuat dan mengatur perilaku individu dari akibat akibat yang ditimbulkan oleh diri sendiri. Evaluasi diri ini digunakan agar individu dapat meningkatkan perilaku yang dicapai. Premis dasar dari teknik ini adalah ketika diterapkan, evaluasi diri konsisten dengan evaluasi diri yang diperoleh dari luar. Dengan kata lain, imbalan yang diberikan sendiri sama dengan imbalan yang didistribusikan secara eksternal yang ditentukan oleh fungsi yang mendorong perilaku sasaran. Langkah ketiga adalah membuat kontrak perilaku dengan diri sendiri dan langkah keempat adalah mengendalikan motivasi.

Langkah-langkah strategi *self management* yakni sebagai berikut:

---

<sup>15</sup> Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, and Karsih, "*Teori dan Teknik Konseling*", (Jakarta: Indeks, 2011), hal. 180-181

<sup>16</sup> Sri Wahyuni, "*Pengaruh Layanan Konseling Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Sma Negeri 11 Luwu*", Universitas Muhammadiyah Palopo, July, 2016, hal. 7

- Langkah 1 : konseli mengenali, mencatat perilakunya, mengontrol anteseden dan akibat.
- Langkah 2 : konseli mengidentifikasi perilaku yang akan dicapai.
- Langkah 3 : konselor memberi penggambaran mengenai strategi *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan di MTs. Wahid Hasyim Pati.
- Langkah 4 : strategi yang dipilih konseli bisa lebih dari satu.
- Langkah 5 : mengulas kesepakatan antara konselor dan konseli untuk melaksanakan langkah 2 dan 4.
- Langkah 6 : konseli memilih startegi dan akan dicontohkan oleh konselor.
- Langkah 7 : strategi yang sudah dicontohkan oleh konselor akan dipraktikkan oleh konseli.
- Langkah 8 : penggunaan startegi yang dipilih.
- Langkah 9 : konseli mengingat penerapan self management dan perilaku yang diamati.
- Langkah 10 : dari program yang sudah dilakukan konseli membuat perbaikan dan konselor mengulas kembali data konseli
- Langkah 11 : pengembangan kemajuan konseli terjadi karena hasil analisis penguatan data diri terhadap lingkungan.<sup>17</sup>

Teknik manajemen diri mempunyai keunggulan yaitu teknik ini dapat membantu orang menjadi lebih sadar tentang cara mengendalikan lingkungannya dan mengurangi ketergantungan pada orang lain, mereka berguna, dan berkontribusi pada proses pembelajaran lingkungan secara umum, baik seseorang dihadapkan pada keadaan sulit atau tidak. Sedangkan kelemahannya yaitu Terapis membatasi bantuan pasien, dan lingkungan sekitar

---

<sup>17</sup> Kartika Purnamingtyas, "Penerapan Konseling Kelompok *Self-Management Terhadap Rendahnya Perilaku Sopan Santun Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Papar*", *Jurnal BK UNESA*, 2020, hal. 4-5

hanya memberikan sedikit bantuan. Tujuan perilaku sering kali bersifat pribadi dan persepsi tujuan tersebut sangat subjektif, sehingga menyulitkan konselor untuk memutuskan bagaimana menggabungkan dan melepaskan tujuan tersebut. Hal ini menurunkan motivasi dan komitmen terhadap individu, lingkungan, dan masa depan individu, yang seringkali tidak dapat diprediksi dan kompleks.<sup>18</sup>

**b. Konseling Kelompok melalui Teknik *Positive Reinforcement***

Teknik penguatan positif ini untuk mendorong tindakan yang diinginkan agar terulang, intensif, dan terus-menerus di masa depan, strategi dukungan yang baik serta melibatkan pemberian penghargaan pada perilaku yang ditunjukkan. Kaitan antara perilaku dan strategi ini adalah bahwa mengikuti penguatan, dan yang diprediksi telah ditunjukkan, maka hal tersebut harus segera diberi penghargaan, pujian, hadiah, atau bentuk penguatan lainnya harus sesuai dan relevan bagi orang atau kelompok yang menerimanya. Terkadang kecil bekerja lebih baik daripada banyak besar. Untuk mengubahnya, tiga bentuk penguatan yang berbeda dapat diterapkan, khususnya:

- 1) Primer, juga dikenal sebagai tanpa syarat, mengacu pada imbalan yang langsung memberikan kepuasan, seperti makanan dan minuman.
- 2) Terkondisi, juga dikenal sebagai sekunder, terkait dengan perilaku manusia secara umum dan mencakup hal seperti uang tunai, senyuman, pujian, medali, pin, penghargaan, dan penghargaan.
- 3) Kontingensi, dimana tidak diharuskan melakukan tindakan yang menyenangkan untuk mendapatkannya. Contohnya adalah memberikan pekerjaan rumah sebelum menonton TV. Hal ini sangat bermanfaat dalam mengubah perilaku.

Langkah-langkah dalam menerapkan penguatan positif adalah pertama mengumpulkan informasi tentang masalah melalui analisis ABC yang dikaitkan dengan

---

<sup>18</sup> Faiqotul Isnaini and Taufik, "Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar", *Jurnal Penelitian Humaniora*, 16.2 (2015), hal. 35

anteseden (pemicu perilaku), perilaku (perilaku yang diamati; frekuensi, intensitas dan durasi), konsekuensi (hasil perilaku). Kedua, pilih target perilaku yang ingin Anda tingkatkan. Ketiga, mendefinisikan informasi dasar perilaku. Keempat, tentukan penguatan yang bermakna. Kelima, menetapkan jadwal persetujuan. Dan terakhir, penerapan penguatan positif itu sendiri.<sup>19</sup> Penguatan positif mempunyai banyak manfaat untuk memperbaiki dan mempertahankan perilaku. Keunggulannya tidak hanya terletak pada efektivitasnya tetapi juga pada efek sampingnya. Subjek yang mendapat penguatan positif cenderung menggeneralisasikannya pada dirinya, sehingga merasa dihargai. Namun kelemahan dari penguatan positif adalah membuat siswa menganggap kemampuannya tidak lebih unggul dari orang lain.<sup>20</sup>

Demi mencapai hasil terbaik saat menerapkan penguatan positif, konselor harus menyadari prinsip-prinsip penguatan. Di antara prinsip-prinsip penguatan tersebut adalah kemunculan perilaku yang diinginkan merupakan syarat untuk menerima penguatan positif. Pada awal proses mengubah perilaku yang diinginkan, penghargaan diberikan setiap kali perilaku tersebut ditunjukkan, dimana ketika perilaku itu diperlihatkan, maka perilaku itu diberikan. Perilaku yang diinginkan dapat berhasil diselesaikan, penguatan diberikan secara teratur hingga dihentikan, dan pada fase awal, penguatan berbasis objek selalu dilakukan setelah penguatan sosial. Selain itu, konselor harus mempertimbangkan sejumlah faktor ketika memberikan penguatan positif yang berhasil, salah satunya adalah memberikan penguatan segera. Jika penguatan diberikan segera setelah menunjukkan perilaku yang diinginkan, maka dampaknya akan lebih signifikan. Tujuan pemberian penguatan secara cepat adalah untuk mencegah terjadinya perilaku alternatif yang bertentangan dengan perilaku yang diinginkan. Oleh karena itu, memberi dimotivasi oleh tindakan yang diinginkan.

---

<sup>19</sup> Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, and Karsih, *"Teori dan Teknik Konseling"*, (Jakarta: Indeks, 2011), hal. 161-164

<sup>20</sup> Oktaviani Linggar Sari, *"Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Teknik Positive Reinforcement Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa"*, *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan*, 6.2 (2023), 109 <<https://doi.org/10.30598/jbkt.v6i2.1592>>, hal. 111

Selanjutnya, memilih fumigasi yang sesuai, mengendalikannya lingkungan, menentukan berapa banyak fumigasi yang dibutuhkan, memilih kualitas dan kebaruan fumigasi, menawarkan sampel fumigasi, menangani persaingan terkait, menjadwalkan fumigasi, memperhitungkan reaksi kelompok terhadap fumigasi, dan menangani efek pengendalian balik.<sup>21</sup>

### 3. Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Melalui Teknik *Self Management* dan Teknik *Positive Reinforcement* untuk Meningkatkan Kedisiplinan

Menumbuhkan kesadaran disiplin memerlukan waktu dan proses pengendalian diri, yaitu melakukan pengendalian emosi, keinginan, mimpi, pikiran dan perasaan ketika situasi menimbulkan kemarahan pada siswa. Disiplin diri siswa dapat membantunya menyelesaikan tugas atau kegiatan dengan jadwal yang teratur sehingga membuat kegiatan tersebut lebih fokus. Untuk meningkatkan kedisiplinan dan kedisiplinan, siswa mampu mengenali perubahan perilaku, terutama dalam disiplin jangka pendek. Dengan demikian diharapkan melalui teknik modifikasi perilaku siswa dapat meminimalisir perilaku tidak disiplinnya dan secara bertahap mengubahnya menjadi perilaku positif untuk meningkatkan kedisiplinan terhadap peraturan sekolah. Teknik yang digunakan dalam hal ini adalah teknik yang mampu mengubah tingkah laku siswa dengan menggunakan pendekatan behavioral yang berkaitan dengan tingkah laku.

Pandangan dasar mengenai pengendalian diri adalah suatu pola perilaku dimana setiap orang mempunyai kecenderungan positif dan negatif. Perilaku setiap orang merupakan hasil belajar (pengalaman) menyikapi berbagai perubahan lingkungan. Namun manajemen diri juga menolak sikap netral terhadap perilaku, yang menurutnya seseorang sepenuhnya dibentuk oleh lingkungan. Dalam praktiknya, teknik manajemen mandiri memiliki kelebihan, antara lain pemahaman yang lebih baik terhadap lingkungan dan berkurangnya ketergantungan pada instruktur atau orang lain. Mereka praktis, murah dan mudah diterapkan. Perspektif konseling kelompok dapat membimbing siswa pada keberanian mengemukakan pendapat, bertukar pikiran, pengalaman dan melatih keterampilan sosial siswa. Dari

---

<sup>21</sup> Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, and Karsih, "*Teori dan Teknik Konseling*", (Jakarta: Indeks, 2011), hal. 162-164

uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa pembelajaran kelompok yang dilaksanakan dengan teknik manajemen diri dapat digunakan untuk meningkatkan kedisiplinan siswa. Disiplin siswa dapat diterapkan dengan baik dan benar apabila siswa mempunyai sistem manajemen diri yang baik. Manajemen diri dalam layanan konseling khususnya pada proses konseling kelompok, dimana prosesnya untuk menyelesaikan permasalahan bagi siswa yang memang memerlukannya dalam pembelajarannya, proses ini digunakan untuk menyelesaikan tugas dan siswa dalam melakukan pembelajaran maupun non pembelajaran. aktivitas dan menjadi orang yang lebih baik.<sup>22</sup>

Konseling kelompok dengan teknik penguatan positif merupakan suatu pendekatan yang bertujuan untuk mengubah perilaku maladaptif menjadi perilaku adaptif dengan memberikan penghargaan kepada orang atas perilaku (yang diharapkan) mereka ketika tampaknya perilaku yang diinginkan cenderung terulang, ditingkatkan, dan dilanjutkan di masa mendatang. Penelitian perilaku (behavioral terapi) dan teknik penguatan positif dapat dilakukan untuk meningkatkan disiplin diri siswa, karena dalam proses supervisi kelompok yang berorientasi pada perilaku, supervisor berperan aktif, membimbing mereka untuk mencari solusi pemecahan masalah individu. Konselor perilaku biasanya bekerja sebagai guru, pemberi pengaruh, dan ahli yang mempelajari perilaku individu. Dalam proses konseling, konseli memutuskan perilaku apa yang akan diubah, sedangkan konselor menentukan metode yang akan digunakan untuk mengubahnya. Di sini tujuan guru adalah membantu individu terutama dalam hal penyesuaian diri dengan cara mendiskusikan permasalahan pribadi yang dialami dan sikap disiplin, sehingga siswa dapat mengikuti aturan dengan baik, beradaptasi dengan lingkungan, waspada terhadap tugas perkembangannya dan meningkatkan kemampuan belajarnya merasa dari diri sendiri disiplin dalam lingkungan.<sup>23</sup>

---

<sup>22</sup> Adam Achmadi and Ayong Lianawati, "Penggunaan Teknik Self-Management Dalam Konseling Kelompok Terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas Ix Smp Negeri 24 Surabaya", *HELPER: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 38.2 (2021), hal. 69–78 <<https://doi.org/10.36456/helper.vol38.no2.a3937>>.

<sup>23</sup> Muh. Arief Hidayatulloh, "Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Behavioral ( Behavioral Therapy ) Teknik Penguatan Positif (Positive Reinforcement) Sebagai Upaya Meningkatkan Kedisiplinan

Penguatan positif adalah peristiwa atau sesuatu yang membuat suatu perilaku yang diinginkan kemungkinan besar terulang kembali karena disukai dan disukai. Dengan menerapkan teknik ini, diyakini secara kuat bahwa suatu peristiwa yang dihadirkan atau ditemui segera setelah perilaku tersebut menyebabkan perilaku tersebut meningkat. Maka permintaan tersebut dapat berupa pujian dan dukungan yang ditujukan kepada penerimanya. Dengan demikian, penguatan positif adalah agar klien mendapat pengakuan yang sangat tinggi dari pengasuhnya dan tujuannya adalah untuk meningkatkan perilaku positif.

Allah juga memberi kita pelajaran dalam Al-Qur'an tentang gagasan pahala dan hukuman yang diperoleh dari surat (Al-isra'[17]:7).

إِن أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لِأَنْفُسِكُمْ وَإِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا فَإِذَا جَاءَ وَعْدُ الْآخِرَةِ لِيَسْتَسْئِرُوا وُجُوهَكُمْ وَلِيَدْخُلُوا الْمَسْجِدَ كَمَا دَخَلُوهُ أَوَّلَ مَرَّةٍ وَلِيُتَبَرَّأُوا مَا عَلَوُا تَتَبَرَّأُوا ﴿٧﴾

Artinya: Jika kamu berbuat baik (berarti) kamu berbuat baik bagi dirimu sendiri dan jika kamu berbuat jahat, maka (kejahatan) itu bagi dirimu sendiri, dan apabila datang saat hukuman bagi (kejahatan) yang kedua, (Kami datangkan orang-orang lain) untuk menyuramkan muka-muka kamu dan mereka masuk ke dalam mesjid, sebagaimana musuh-musuhmu memasukinya pada kali pertama dan untuk membinasakan sehabis-habisnya apa saja yang mereka kuasai.<sup>24</sup>

Berdasarkan ayat di atas dapat kita simpulkan bahwa jika kita berbuat baik, berperilaku baik dengan perkataan dan perbuatan, maka kebaikan akan kembali kepada kita. Ketika kita melakukan hal-hal buruk, hal-hal buruk pun menimpa kita. Kaitannya dengan teknik penguatan positif adalah ketika kita memberikan hadiah atau reward kepada seseorang atas keberhasilannya, hal ini merupakan ciri terpuji yang harus

---

*Peserta Didik Kelas X- Skripsi Efektivitas Layanan Konseling Kelompok De*", 2015, hal. 6

<sup>24</sup> Departemen Agama RI, "Al-Qur'an dan terjemahnya", (Bandung: Sygma Examedia Arkanleema, 2009), hal. 282

dilakukan untuk mendukung klien dalam membangun self-efficacy. Maksud dari ayat di atas adalah jika kita sering memberi hadiah atas prestasi seseorang dan memperlakukan orang dengan baik, maka orang yang memberi hadiah dan berbuat baik semasa hidupnya akan mendapat pahala yang istimewa. Untuk mencelakakan orang yang tidak melakukan kesalahan apa pun, tapi kita menghukumnya atau semacamnya, karena semuanya akan ada balasannya nanti.

## B. Penelitian Terdahulu

Berikut ini ada beberapa penelitian yang relevan dengan kajian penelitian, antara lain sebagai berikut:

1. Penelitian oleh Sri Wahyuni dengan judul "Pengaruh Layanan Konseling Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Sma Negeri 11 Luwu", pada tahun 2016. Variabel penelitian ini adalah variabel bebas (X) yaitu pembelajaran kelompok dengan menggunakan teknik manajemen diri dan variabel terikat (Y) yaitu mata pelajaran siswa SMA Negeri 11 Luwu. Populasi dasar penelitian ini berjumlah 103 siswa dan sampel penelitian ini berjumlah 16 siswa yang ditentukan dengan metode purposive sampling. Kuesioner/formulir digunakan untuk mengumpulkan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelas eksperimen pasangan 1 memperoleh nilai signifikansi 2-tailed sebesar  $0,000 < 0,05$  dan kelas kontrol pasangan 2 memperoleh nilai signifikansi 2-tailed sebesar  $0,034 < 0,05$  yang berarti konseling kelompok. Pelayanan mempunyai implikasi terhadap teknik manajemen diri untuk meningkatkan kedisiplinan siswa. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok berpengaruh terhadap teknik manajemen diri untuk meningkatkan kedisiplinan.<sup>25</sup>

Penelitian ini dan penelitian penulis akan sebanding karena keduanya menggunakan penelitian kuantitatif, layanan terapi kelompok, dan pendekatan yang sama untuk menjelaskan kesulitan yang sama. Penelitian yang akan dilakukan akan fokus pada peserta didik MTs, berbeda dengan MA yang diteliti peneliti sebelumnya. Selain itu, daripada berfokus pada satu strategi manajemen diri, penelitian penulis akan

---

<sup>25</sup> Sri Wahyuni, "Pengaruh Layanan Konseling Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Sma Negeri 11 Luwu", Universitas Muhammadiyah Palopo, July, 2016, hal. 1

- membandingkan dua strategi teknik manajemen diri dan penguatan positif dalam rangka meningkatkan kedisiplinan.
2. Penelitian oleh Ahmad Khoirul Umam, Muhimmatul Hasanah, dan Musbikhin dengan judul "Teknik *Self Management* Pada Layanan Konseling Untuk Peningkatan Kedisiplinan Siswa" pada tahun 2023. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen kuantitatif dan jenis desain penelitian tertentu berupa desain eksperimen semu. Teknik pengambilan sampel adalah purposive sampling dengan 16 lokasi penelitian. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji Mann Whitney U. Hasil analisis menunjukkan adanya pengaruh signifikan layanan konseling yang dilaksanakan dengan teknik manajemen diri terhadap peningkatan disiplin diri siswa. Analisis data menunjukkan adanya kedisiplinan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum diberikan perlakuan. Kita dapat menyimpulkan bahwa penggunaan teknik manajemen diri yang dikombinasikan dengan layanan konseling membantu meningkatkan disiplin diri.<sup>26</sup>

Penelitian ini dan penelitian penulis akan sebanding karena keduanya menggunakan penelitian kuantitatif, layanan terapi kelompok, dan pendekatan yang sama untuk menjelaskan kesulitan yang sama. Sebaliknya, penelitian penulis akan membandingkan dua strategi metode manajemen diri dan penguatan positif untuk meningkatkan kedisiplinan siswa. Penelitian sebelumnya hanya meneliti satu pendekatan manajemen diri.

3. Penelitian oleh Hasan, Fariat, dan Nurmiati dengan judul "Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Positive Reinforcement* Untuk Meningkatkan Disiplin Siswa Di Sekolah SMP Negeri 9 Banjarbaru" pada tahun 2019. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen, yaitu pre-test, single-group pre-test, dan post-test. Hasil penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 9 Banjarbaru menunjukkan bahwa sebelum dilakukan teknik penguatan positif pada penggunaan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kedisiplinan siswa diperoleh nilai rata-rata sebesar 261,375 (70,5%) dan setelah dilakukan teknik penguatan positif pada penggunaan layanan konseling kelompok.

---

<sup>26</sup> Ahmad Khoirul Umam, Muhimmatul Hasanah, and Musbikhin, "Teknik *Self-Management* Pada Layanan Konseling Untuk Peningkatan Kedisiplinan Siswa", *Al-Murabbi: Jurnal Studi Kependidikan Dan Keislaman*, 9.2 (2023), 57–66 <<https://doi.org/10.53627/jam.v9i2.4974>>, hal. 57

Layanan konsultasi maka diketahui hasil rata-ratanya sebesar 285.375 (77.25%).<sup>27</sup>

Penggunaan penelitian kuantitatif untuk mendeskripsikan permasalahan yang sama menggunakan prosedur yang sama dan partisipan pada tingkat yang sama merupakan suatu kesamaan antara penelitian ini dengan yang akan penulis lakukan. Penelitian penulis akan membandingkan dua strategi teknik manajemen diri dan penguatan positif untuk meningkatkan disiplin. Sebaliknya, penelitian sebelumnya menggunakan layanan bimbingan kelompok.

4. Penelitian oleh Durrotunnisa Cristin Santinovita dengan judul "Group Counseling with *Positive Reinforcement Techniques* to Improve Learning Discipline" pada tahun 2023. Pengujian hipotesis dilakukan oleh analisis statistik menggunakan rumus *Mann Whitney* pada tingkat signifikan (0,05). Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa tingkat kedisiplinan belajar peserta didik sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan kegiatan konseling kelompok teknik penguatan positif melibatkan 4 anak yang mempunyai tingkat kedisiplinan dibawah rata-rata dan 4 anak mempunyai tingkat disiplin belajar sedang disiplin belajar. Tingkat kedisiplinan belajar peserta didik setelahnya berpartisipasi dalam layanan konseling kelompok dengan penguatan positif teknik meningkat lebih dari sebelumnya. Hasilnya memperlihatkan terapi kelompok melalui penguatan positif teknik tersebut efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar.<sup>28</sup>

Persamaan antara penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan penulis adalah sama dalam menggunakan penelitian kuantitatif, menggunakan layanan konseling kelompok, memaparkan hambatan lingkup dengan cara yang sama. Sedangkan perbedaanya yaitu peneliti yang dahulu menggunakan satu teknik *positive reinforcement* saja, penelitian yang dilakukan penulis akan menggunakan perbandingan dua teknik yaitu teknik pengelolaan diri dan penguatan positif untuk memajukan kedisiplinan.

---

<sup>27</sup> Hasan Hasan, Fariat Fariat, and Nurmiati Nurmiati, "*Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Positive Reinforcement Untuk Meningkatkan Disiplin Siswa Di Sekolah Smp Negeri 9 Banjarbaru*", *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 5.2 (2019), 78 <<https://doi.org/10.31602/jbkr.v5i2.2126>>, hal. 78

<sup>28</sup> Durrotunnisa Cristin Santinovita, "*Group Counseling with Positive Reinforcement Techniques to Improve Learning Discipline*", 8.1 (2023), hal. 52

5. Penelitian oleh Rositah dan Raja Rahima dengan judul "Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa" pada tahun 2021. Penelitian ini menggunakan desain eksperimen *pretest-posttest one group design*. *Purposive sampling* digunakan untuk memilih subjek penelitian, yaitu delapan anak dengan disiplin belajar rendah hingga sedang. Disiplin belajar siswa menjadi variabel komitmen, sedangkan terapi kelompok dengan strategi manajemen diri menjadi variabel bebas Metode pengumpulan datanya menggunakan penerapan skala disiplin belajar. Menggunakan program SPSS versi 16, statistik non-parametrik digunakan dalam proses analisis data bersama dengan uji peringkat tanda Wilcoxon. Temuan penelitian menunjukkan dampak konseling kelompok yang dikombinasikan dengan strategi manajemen diri terhadap peningkatan disiplin belajar siswa. Peningkatan selisih skor post test, yang jauh lebih besar dibandingkan skor pre test sebelum menerima terapi kelompok dengan pendekatan manajemen mandiri, menjadi buktinya.<sup>29</sup>

Penggunaan penelitian kuantitatif, layanan konseling kelompok, dan pendekatan pembandingan untuk menjelaskan kesulitan yang sama dalam permasalahan disiplin ilmu sekolah merupakan kesamaan antara penelitian ini dengan penelitian yang akan penulis lakukan. Penelitian penulis akan membandingkan dua strategi yaitu teknik manajemen diri dan teknik penguatan positif. Hal ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yang hanya menggunakan satu strategi manajemen diri untuk meningkatkan disiplin di sekolah.

### C. Kerangka Berpikir

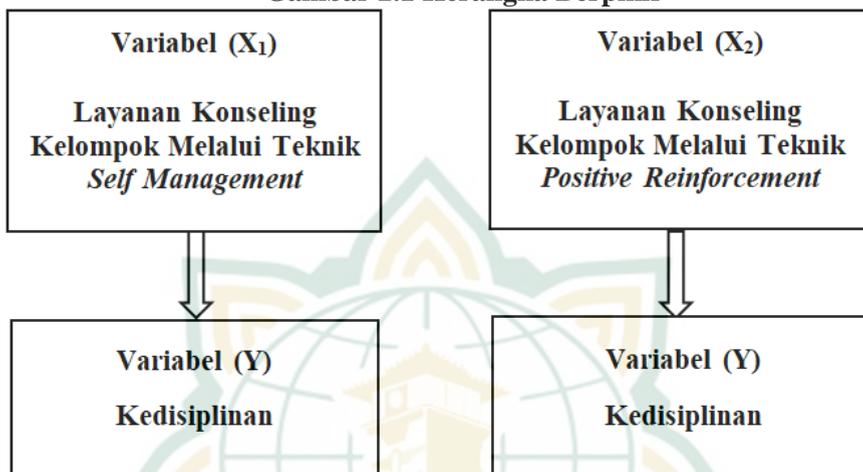
Konseling kelompok melalui teknik *self management* dan *positive reinforcement* digunakan untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik. Penerapan layanan konseling kelompok melalui teknik tersebut dapat mengontrol dirinya dengan baik dan seimbang juga dapat memberikan mencontoh lingkungan sekitarnya yang positif pada peserta didik dalam kedisiplinannya. Maka peneliti menerapkan penelitian untuk meningkatkan kedisiplinan dengan melalui layanan

---

<sup>29</sup> Rositah Rositah and Raja Rahima, "Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa", *Jurnal Administrasi Pendidikan & Konseling Pendidikan*, 2.1 (2021), 16 <<https://doi.org/10.24014/japkp.v2i1.10181>>, hal. 14

konseling kelompok dengan menggunakan teknik *self management* dan *positive reinforcement*. Berikut kerangka berfikir yang digunakan dalam penelitian ini:

**Gambar 2.1 Kerangka Berpikir**



Gambar diatas menunjukkan bahwa, peserta didik di MTs Wahid Hasyim Pati dalam meningkatkan kedisiplinan (Y) akan diberikan layanan konseling kelompok (X). Dimana akan ada 2 kelompok yang diberikan layanan, kelompok yang pertama akan diberikan layanan konseling kelompok melalui teknik *self management* (X<sub>1</sub>) dan kelompok yang kedua akan diberikan layanan konseling kelompok melalui teknik *positive reinforcement* (X<sub>2</sub>).

#### D. Hipotesis

Hipotesis berasal dari dua kata, yaitu hipo (belum tentu benar) dan tesis (kesimpulan). Menurut Sekaran, mendefinisikan hipotesis adalah hubungan yang dapat diprediksi secara logis antara dua variabel atau lebih yang dinyatakan dalam bentuk pernyataan yang dapat diuji. Berdasarkan pengertian di atas, hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap suatu pernyataan penelitian.<sup>30</sup>

Penyelesaian sementara suatu rumusan masalah penelitian, yang rumusan masalahnya dinyatakan dalam ungkapan pertanyaan, disebut hipotesis. Hal ini dianggap sementara karena tanggapan yang diberikan hanya didasarkan pada teori yang bersangkutan dan

<sup>30</sup> Juliansyah Noor, “*Metodologi Penelitian (Skripsi, Tesis, Dan Karya Ilmiah)*”, (Jakarta: Prenada media Group, 2016), hal. 78

bukan pada fakta empiris yang dikumpulkan melalui pengumpulan data. Dengan demikian, hipotesis dapat dicirikan sebagai reaksi teoretis terhadap pernyataan subjek penelitian dan bukan respons empiris.<sup>31</sup> Hipotesis penelitian ini adalah:

**1. Hipotesis rumusan pertama**

H<sub>0</sub>: Tidak adanya perbedaan signifikan tingkat kedisiplinan peserta didik di MTs. Wahid Hasyim Pati sebelum dan sesudah diterapkannya layanan konseling kelompok melalui teknik *self management*.

**2. Hipotesis rumusan kedua**

H<sub>0</sub>: Tidak adanya perbedaan signifikan tingkat kedisiplinan peserta didik di MTs. Wahid Hasyim Pati sebelum dan sesudah diterapkannya layanan konseling kelompok melalui teknik *positive reinforcement*.

**3. Hipotesis rumusan ketiga**

H<sub>0</sub>: Tidak adanya perbedaan signifikan dari hasil layanan konseling kelompok dalam meningkatkan kedisiplinan peserta didik di MTs. Wahid Hasyim Pati melalui teknik *self management* dan *positive reinforcement*.

---

<sup>31</sup> Sugiyono, "*Metode Penelitian (Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D)*", (Bandung: Alfabeta, 2022), hal. 63