

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

#### 1. Gambaran MTs Wahid Hasyim Pati

##### a. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok

Kegiatan ini dilaksanakan di MTs Wahid Hasyim Pati bersama peserta didik kelas VIII A dengan jumlah 30 anak. Dalam penelitian ini, peneliti memberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* sejumlah kelompok yang beranggotakan 8 peserta didik melalui penguatan positif berisikan 8 peserta didik dengan tujuan untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik. Tahapan pertama adalah observasi. Dilaksanakan pada hari Jum'at 20 Oktober 2024 di MTs Wahid Hasyim Pati dan tanya jawab dengan guru BK. Selanjutnya peneliti menyusun instrumen penelitian berupa angket variabel meningkatkan kedisiplinan peserta didik kelas VIII yang divalidasi oleh tiga validator dengan background bidang pendidikan bimbingan dan konseling. Setelah butir atau item pernyataan pada angket diketahui valid maka peneliti menguji cobakan pada peserta didik di MTs Wahid Hasyim Pati kelas VIII sejumlah 30 peserta didik untuk mengetahui reliabilitas instrumen angket variabel yang terdiri dari 50 item pertanyaan.

Tahap selanjutnya memberikan lembar angket di dalam perpustakaan MTs Wahid Hasyim Pati dengan di dampingi guru BK. Dilakukan untuk mengetahui tingkat kedisiplinan siswa. Setelah angket diberikan selanjutnya mengetahui tingkatan sebelum di berikan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* dan *positive reinforcement*. Sebelum guru BK dan peneliti menerapkannya, guru BK dan peneliti membuat RPLBK (Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling) terlebih dahulu agar proses pemberian layanan nantinya dapat berjalan dengan baik sesuai prosedur, setelah peneliti menyusunnya maka peneliti mengkoordinasikan tersebut dengan guru bimbingan dan konseling pada hari Rabu, 24 Januari 2024. Setelah di koordinasikan dan sudah dibetulkan semua isinya maka memulai memberikan layanan konseling kelompok pertama peneliti memberikan treatment layanan konseling kelompok dengan peserta didik yang katagori kedisiplinannya belum maksimal. Pertama memberikan pre

test *self management* dilaksanakan pada hari selasa, 06 february 2024, sedangkan post testnya dilaksanakan pada hari senin, 12 february 2024. Berdasarkan dokumentasi berupa lembar RPLBK (Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling) layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* disusun peneliti bersama guru BK, terdapat beberapa tahapan yaitu pembentukan, peralihan, kegiatan inti, dan terakhir penutup.<sup>1</sup>

Pertama diawali dengan konselor menyapa konseli dengan ramah dan dilanjutkan dengan berdo'a kemudian mengucapkan salam, menanyakan kabar, dan aktivitas yang dilakukan sebelumnya serta konseli membuat kontrak perjanjian terkait waktu, tugas, asas dan kontrak kerjasama. Tahap peralihan yaitu konselor memantau kesiapan konseli dalam mengikuti layanan konseling kelompok, konselor bertanya apakah sebelumnya konseli pernah melakukan konseling kelompok atau belum, konselor mengadakan *ice breaking* untuk memotivasi agar anak lebih semangat, konseli membuat komitmen untuk menjaga rahasia kelompok dan terakhir pada tahap ini yaitu konseli berkomitmen untuk terbuka, jujur dan saling membantu.

Tahap kegiatan inti pada tahap ini ada 2 kegiatan yang dilakukan yaitu rasional dan implementasi teknik (*Technique Implementation*) pada kegiatan rasional yaitu konselor meminta setiap konseli untuk menceritakan permasalahan yang sedang dialami, Konselor berdiskusi dengan konseli tentang tujuan dari konseling kelompok yang akan dilaksanakan serta memberi pengantar tentang kedisiplinan, Konselor dan konseli berdiskusi mengenai strategi konseling kelompok yang akan dilaksanakan, konselor dan konseli menentukan masalah siapa yang akan dibahas terlebih dahulu. Selanjutnya pada implementasi teknik yaitu Guru BK menyampaikan kembali topik permasalahan dan Konseli memperhatikan dan mendengarkan penyampaian topik oleh guru BK.

Dalam self monitoring, guru BK dan peneliti membagikan LKPD dan mempersilahkan pengawas untuk menuliskan dan mendiskusikan segala permasalahan terkait perilaku negatif di sekolah serta menjelaskan sebab dan

---

<sup>1</sup> Dokumentasi Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling pada lampiran.

akibat dari apa yang dialaminya. Mentor membimbing mentee untuk mengungkap permasalahan secara mendalam dan mendorong mereka untuk terbuka.

Penguatan positif (*positive reinforcement*) ketika klien mencatat berbagai permasalahan, sebab, akibat yang dialaminya. Klien kemudian diminta untuk memberikan informasi tentang setiap titik masalah yang dicatat (seberapa sering klien mengatur diri sendiri dan menguatkan) dan tindakan positif apa yang telah diambil untuk mencegah perilaku negatif tersebut. Guru observasi pribadi secara sistematis memantau perilaku mereka sendiri. Klien mengubah tujuan menjadi perilaku tujuan yang terkait (memilih penghargaan yang sesuai, memulai penghargaan, mengatur waktu penghargaan diri, dan perencanaan untuk mempertahankan perubahan diri). Klien memutuskan "perilaku spesifik apa yang ingin Anda kembangkan atau hilangkan?". Kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*), diarahkan untuk merencanakan rencana perubahan atau menetapkan aturan dan akibat bagi diri sendiri. Guru mengarahkan siswa untuk mencari tahu permasalahannya dan mencari alternatif pemecahan yang menurutnya tepat. Guru yang memimpin dan memberi nasihat merangkum poin-poin yang disampaikan anggota, khususnya alternatif pemecahan masalah;

Penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*), pelatihan dan konseling guru dan peserta didik mengevaluasi rencana tindakan. Evaluasi ini dilakukan secara terus menerus (*continuous process*) untuk mengetahui tingkat pencapaian tujuan klien. Guru bimbingan dan konseling meminta siswa mengungkapkan komitmennya (refleksi) untuk melakukan kegiatan sebaik-baiknya dalam penyelesaian masalah secara menyeluruh. Terakhir yaitu tahap akhir meliputi evaluasi dan feedback, adapun evaluasi dilakukan dengan cara konselor memberikan penguatan berupa dukungan dan semangat kepada kemajuan yang dicapai konseli. Konseli mampu mengembangkan kedisiplinan yang dilakukan dan konselor menyimpulkan kegiatan. Selanjutnya feedback dilakukan dengan cara konseli mengungkapkan manfaat yang diperoleh konselor dan konseli menyepakati jawaban kegiatan konseling kelompok berikutnya. Konselor menutup kegiatan dengan berdoa dan mengucapkan salam.

Selanjutnya proses *positive reinforcement* dengan memberikan pre test kepada peserta didik, pre test layanan konseling kelompok dengan teknik *positive reinforcement* dilaksanakan pada hari jum'at, 16 februari 2024, sedangkan post test layanan konseling kelompok dengan teknik *positive reinforcement* di laksanakan hari senin, 19 februari 2024. Berdasarkan dokumentasi berupa lembar RPLBK (Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling) layanan konseling kelompok dengan teknik *positive reinforcement* disusun peneliti bersama guru BK, terdapat beberapa tahapan.<sup>2</sup>

Diawali dengan konselor menyapa konseli dengan ramah dan dilanjutkan dengan berdo'a kemudian mengucapkan salam, menanyakan kabar, dan aktivitas yang dilakukan sebelumnya serta konseli membuat kontrak perjanjian terkait waktu, tugas, asas dan kontrak kerjasama. Tahap peralihan yaitu konselor memantau kesiapan konseli dalam mengikuti layanan konseling kelompok, konselor bertanya apakah sebelumnya konseli pernah melakukan konseling kelompok atau belum, konselor mengadakan *ice breaking* untuk memotivasi agar anak lebih semangat, konseli membuat komitmen untuk menjaga rahasia kelompok dan terakhir pada tahap ini yaitu konseli berkomitmen untuk terbuka, jujur dan saling membantu.

Tahap kegiatan inti rasional dengan cara konselor meminta setiap konseli untuk menceritakan permasalahan yang sedang dialami, konselor berdiskusi dengan konseli tentang tujuan dari konseling kelompok yang akan dilaksanakan serta memberi pengantar tentang kedisiplinan, konselor dan konseli berdiskusi mengenai strategi konseling kelompok yang akan dilaksanakan, konselor dan konseli menentukan masalah siapa yang akan dibahas terlebih dahulu. Dan implementasi teknik (*technique implementation*). Guru BK menyampaikan kembali topik permasalahan, Konseli memperhatikan dan mendengarkan penyampaian topik oleh guru BK, guru BK mengumpulkan informasi tentang permasalahan melalui analisis ABC yang berkaitan dengan *antecedent* (pencetus perilaku), *behavior* (perilaku yang dipermasalahkan; frekuensi, intensitas, dan

---

<sup>2</sup> Dokumentasi Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling pada lampiran.

durasi), *consequence* (akibat yang diperoleh dari perilaku tersebut). Guru BK memilih perilaku target yang ingin ditingkatkan. Guru BK menetapkan data awal (*baseline*) perilaku awal. Guru BK menentukan penguatan yang berarti. Guru BK menetapkan jadwal pemberian penguatan. Guru BK melakukan penerapan *positive reinforcement* itu sendiri.

Terakhir tahap akhir, *evaluation termination*. Konselor memberikan penguatan berupa dukungan dan semangat kepada kemajuan yang dicapai konseli, Konseli mampu mengembangkan kedisiplinan yang dilakukan, Konselor menyimpulkan kegiatan. Selanjutnya *feedback* konseli mengungkapkan manfaat yang diperoleh konselor dan konseli menyepakati jawaban kegiatan konseling kelompok berikutnya, konselor menutup kegiatan dengan berdoa dan mengucapkan salam. Berdasarkan observasi yang dikumpulkan selama pelaksanaan, kegembiraan siswa dalam memahami tujuan kegiatan dan penguatan positif merupakan indikasi bahwa secara keseluruhan semuanya berjalan cukup baik. Namun pada awalnya, beberapa masih merasa malu dan takut untuk mendiskusikan masalah mereka dengan konseling kelompok. Namun sebagian besar mulai terbuka dan melihat kegiatan ini sebagai kegiatan yang bermakna untuk meningkatkan hasil pembelajaran setelah peneliti dan guru BK menunjukkan penerimaan yang hangat berupa dorongan dan penjelasan tentang manfaat melaksanakan kegiatannya.

#### **b. Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik di MTs Wahid Hasyim Pati**

Kedisiplinan 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>3</sup> Peserta didik harus disiplin dalam segala hal karena jika peserta didik tidak disiplin maka semua hal yang dilakukan akan selalu salah dan juga tidak tepat maka dari itu pentingnya peran guru bimbingan dan konseling untuk memajukan kedisiplinan.

Dalam disiplin belajar, tingkah laku diwujudkan dalam beberapa cara, seperti tidak memperhatikan pelajaran di kelas, terlambat, atau tidak mengikuti banyak mata

---

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

pelajaran karena berbagai alasan. Hal ini juga dapat berupa mengganggu lingkungan kelas atau menimbulkan kebisingan. Beberapa individu, termasuk individu sendiri, sering kali memandang pelanggaran sebagai hal biasa, dan mungkin sulit untuk memperbaiki keadaan seperti itu. Mencegah terjadinya pelanggaran disiplin pembelajaran dan kesalahan tata tertib sekolah, diperlukan kerjasama dengan pihak lain untuk memperbaikinya. Dalam situasi ini, guru yang memberikan nasehat dan konseling dapat membantu siswa mengembangkan kebiasaan belajar yang positif dan konsisten dengan melakukan penyesuaian yang positif.<sup>4</sup>

Salah satu penyebab peserta didik di MTs Wahid Hasyim Pati kurang disiplin yaitu karena peserta didik kurang kesadaran dalam mematuhi peraturan yang ada di sekolah sehingga menyebabkan kurang disiplin ketika di sekolah, selain itu peserta didik juga kurang bisa mengatur waktu sehingga dalam menjalankan tugasnya sering kali keteteran atau tidak disiplin. Guru bimbingan dan konseling memilih partisipan penelitian untuk penelitian ini dalam upaya meningkatkan kedisiplinan. 16 individu termasuk dalam kategori kurang dan lebih disiplin, serta tidak disiplin. Ke 16 tersebut dibagi menjadi dua kelompok, delapan anggota kelompok pertama mendapat layanan konseling kelompok dengan menggunakan strategi pengelolaan diri, sedangkan delapan anggota sisanya melalui dukungan dari luar. Peneliti bekerja sama dengan guru BK dalam layanan bimbingan dan konseling yaitu untuk membantu meningkatkan kedisiplinan 16 siswa kelas VIII MTs Wahid Hasyim Pati.

### c. Layanan Konseling Kelompok melalui Teknik *Self Management*

Layanan konseling kelompok merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling. Melalui pemanfaatan dinamika kelompok, layanan konseling kelompok memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk membicarakan permasalahan yang mereka hadapi. Dinamika kelompok adalah perkembangan yang ditentukan oleh interaksi antar anggota kelompok. Layanan konseling

---

<sup>4</sup> Anisa Nur Fatimah, Winny sujayati dan Wiwin Yuliani, “Efektivitas teknik *self management* meningkatkan kedisiplinan belajar siswa SMA”, jurnal Fokus vol. A2, No. A1, Januari 2019.

yang diberikan dalam pengaturan kelompok dikenal sebagai layanan konseling kelompok.<sup>5</sup> Dalam menerapkannya diperlukan pendekatan atau teknik salah satu nya yaitu teknik *self management*.

Teknik *self management* atau pengelolaan diri adalah suatu strategi perubahan perilaku yang dalam prosesnya konseling mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau kombinasi teknik teurapetik.<sup>6</sup> Artinya *self management* memberikan pengarahannya perubahan perilaku agar menjadi lebih baik. *Self management* adalah proses dimana konseli mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri, dengan menggunakan keterampilan yang diperoleh dalam sesi konseling agar konseli dapat mengembangkan pribadinya menjadi pribadi yang baik seperti memiliki pandangan, telaah, dan perilaku yang dapat merubah dirinya. Guru BK dan peneliti bersama sama memberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* kepada 8 peserta didik kelas VIII. Dalam proses *self manangement*, mengumpulkan 8 anak kelas VIII berbeda-beda tingkat kedisiplinannya. Konseling ini bertujuan untuk menanyakan kesiapan peserta didik untuk diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*. Sebelum dilaksanakan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* guru BK dan peneliti memiliki prosedur dalam layanan yaitu sebagai berikut:

#### 1) Perencanaan

Dalam perencanaan guru BK memilihkan peserta didik dengan kategori disiplin, cukup disiplin, dan kurang disiplin. Kemudian pada pertemuan pertama pada tanggal Selasa, 06 februari 2024 dibagikan pre test yang nantinya akan menunjukkan tingkat kedisiplinan peserta didik tersebut dan diambil sampel 8 peserta didik kelas VIII. Setelah selesai memilih peserta didik, kemudian guru BK dan peneliti menyiapkan jadwal untuk melakukan layanan. Jadwal dilaksanakan sesuai dengan kesepakatan bersama, yakni untuk melihat

---

<sup>5</sup> Dewa Ketut Sukardi, “*Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*”, (Jakarta: Rineka Cipta, 2000), hal. 49

<sup>6</sup> Cormier, L.J. & Cormier, L.S, “*Interviewing For Helpers. 2nd Edition*”, (California: Brooks/Cole Publishing Company, 1989), hal. 37

kemajuan dan sepakat untuk diterapkan selama dua kali. Hal ini disepakati peserta didik.

2) Pelaksanaan

Layanan konseling kelompok ini dilaksanakan dengan 2 kali pertemuan. Pertemuan pertama dilaksanakan pada hari Selasa, 06 februari 2024, pertemuan kedua hari Senin, 12 februari 2024. Adapun proses layanan konseling kelompok dilakukan dengan beberapa tahapan, adapun tahapannya yaitu sebagai berikut:

a) Tahap Pembentukan

Pada tahap pertama ini yaitu pembentukan, dalam langkah tersebut guru bimbingan dan konseling guru BK dan peneliti menyambut baik atau penerimaan, selanjutnya guru BK membuka layanan dengan menyuruh salah satu peserta didik memimpin do'a terlebih dahulu, setelah selesai berdo'a maka peneliti mengucapkan salam, dan menanyakan kabar. Kemudian, membuat kontrak perjanjian adapun kontrak perjanjian pada pertemuan pertama ini dilakukan dalam waktu 45 menit, dan guru BK bersama peneliti menjelaskan asas layanan diantaranya ada terbuka, kesukarelaan, kerahasiaan dan kenormatifan.

b) Tahap Transisi

Dalam rangka bertemu dengan peserta didik yang telah dipersiapkan dalam pertemuan kesiapsiagaan pada tahap pelestarian ini, peneliti bertanya, "Apakah kegiatan ini dapat dimulai?" Setelah semua anak menjawab "Ya Bu, siap", sesi terapi kelompok dimulai. Selain itu, ketika peneliti bertanya apakah mereka pernah menawarkan layanan konseling kelompok, mereka menjawab bahwa mereka pernah menawarkan layanan tersebut tetapi hanya jika ada seorang konselor bimbingan.

c) Tahap kegiatan inti

(1) Rasional

Rasional ini guru BK dan penganalis menyajikan untuk berpendapat mengenai masalah kedisiplinan yang ada pada dirinya masing-masing, banyak sekali masalah pada peserta didik dalam satu nya belum bisa mengatur dirinya

sendiri sehingga tidak bisa disiplin. Guru BK dan peneliti menjelaskan maksud dari layanan yaitu setelah mengetahui macam-macam kedisiplinan negatif dan positif. Selanjutnya berdiskusi dengan siswa mengenai strategi konseling kelompok yang akan dilaksanakan adapun strateginya yaitu dengan cara membahas salah satu permasalahan yang urgent dimana ketika masalah tersebut tidak segera diselesaikan maka akan berdampak lebih parah lagi adapun pada kesepakatan ini untuk membahas hambatan baik yang tidak disiplin terhadap waktu karena ini sering dialami dan semua pernah datang ke sekolah terlambat.

(2) Implementasi teknik *self management*

Implementasi teknik *self management* ini pertama guru BK dan peneliti menyampaikan topik permasalahan adapun topik permasalahannya yaitu untuk memajukan kedisiplinan terutama dalam mengatur waktunya disetiap hari dan peserta didik mendengarkan penyampaian topik dari guru BK dan peneliti. Adapun yang disampaikan oleh guru BK dan peneliti yaitu peserta didik harus bisa memenejemen atau mengatur waktunya dengan baik karena waktu tidak akan bisa berputar kembali. Selanjutnya ada beberapa hal yang dilakukan oleh guru BK dan peneliti:

(a) Pemantauan diri (*self monitoring*)

Pada tahap pemantauan diri ini guru bk bersama peneliti membagikan LKPD kepada peserta didik dan mempersilakan peserta didik untuk menuliskan permasalahan yang berkaitan dengan perilaku negatifnya di sekolah. Pada tahapan ini guru BK menyampaikan pada peserta didik untuk menuliskan prilakunya dengan terbuka. Adapun perilaku negatifnya yaitu tidak memakai kaos atribut sekolah seperti kaos kaki, dasi dan ikat pinggang, datang terlambat ke sekolah, makan di kelas, mencotek saat ujian, tidak membawa buku pelajaran atau LKS sesuai mata pelajaran,

tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, tidur dan mengantuk saat pembelajaran berlangsung, ribut saat tidak ada guru yang mengajar, dan ngobrol saat guru sedang menerangkan materi.

(b) Penguatan yang positif (*self reward*)

Setelah peserta didik menuliskan perilaku negatifnya kemudian guru BK dan peneliti menyuruh peserta didik untuk menambahkan keterangan pada setiap perilaku yang dilakukan seberapa sering perilaku negatif tersebut dilakukan. Setelah itu peserta didik di minta untuk menuliskan hal positif apa saja untuk mencegah perilaku negatif tersebut. Adapun yang di tuliskan peserta didik yaitu datang ke sekolah tepat waktu, izin kepada guru ketika ingin keluar kelas, tidak pernah bolos sekolah, tidak pernah bertengkar dengan teman, jika meminjam barang selalu dikembalikan, menaati peraturan kelas termasuk melakukan piket kelas, memakai atribut lengkap, mengumpulkan PR tepat waktu, buang sampah pada tempatnya, dan mendengarkan guru yang sedang menerangkan.

Setelah semua menuliskan hal positif maka peserta didik diminta untuk memonitoring perilakunya sendiri sendiri. Peserta didik diminta untuk bisa mengatur dirinya sendiri untuk terus berbuat positif agar kedisiplinannya bisa meningkat dan konsisten melakukan hal-hal positif yang sudah dituliskan dan juga tiap individu diminta untuk menentukan tingkah laku apa yang akan dikembangkan dan hilangkan pada disiplin waktu sehingga datang kesekolah tepat waktu.

(c) Kontrak perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*)

Pada kesepakatan ini peserta didik merancang perubahan apa yang akan dilakukan ada beberapa perubahan yang akan

di lakukan termasuk selalu datang ke sekolah tepat waktu, memakai atribut sekolah dan lain sebagainya dan sepakat ketika tidak melakukan perubahan maka akan di berikan *punishment* berupa membayar denda dan ketika sudah bisa istiqomah maka uang denda tersebut dikembalikan. Selanjutnya guru BK memandu peserta didik dalam mengidentifikasi dan juga menetapkan alternatif masalahnya yaitu peserta didik harus konsisten terhadap mengatur atau memenajemen dirinya harus melakukan hal-hal positif sesuai dengan yang sudah dituliskan, karena kalau peserta didik bisa mengelola dirinya maka akan bisa meningkatkan kedisiplinanya.

Di akhir kegiatan guru BK dan peneliti menyampaikan poin-poin penting dimana jika peserta didik tidak bisa komitmen untuk mengatur dirinya dengan baik terutama mengubah perilaku negatifnya menjadi positif maka peserta didik akan mendapatkan *punishment* berupa denda, akan tetapi peserta didik bisa memenejemen dirinya sehingga kedisiplinannya meningkat maka akan mendapatkan *reward* uang denda dikembalikan. Disepakati semua anggota kelompok bahwa uang denda dengan nominal Rp 1000 per hal negatif.

(d) Penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*)

Diakhir tahap kegiatan di tutup dengan guru BK dan peneliti mengevaluasi dan disepakati evaluasi ini akan dilakukan terus menerus dengan cara guru BK melakukan pemantauan terhadap perubahan yang dilakukan peserta didik untuk mengetahui tingkat pencapaian tujuan dari meningkatkan kedisiplinan peserta didik dan guru BK beserta peneliti meminta kepada semua anggota kelompok untuk bisa komitmen

terhadap perubahan yang akan dilakukan agar tingkat kedisiplinnya meningkat.

d) Tahap Akhir

(1) Evaluasi

Guru BK dan peneliti memberikan dukungan dan semangat kepada kemajuan yang kan dicapai dengan menyampaikan kepada anggota kelompok “semangat demi meningkatkan kedisiplinan terus mengelola diri kalian masing-masing karena perubahan awal dari kesuksesan”. Anggota kelompok yakin bisa meningkatkan kedisiplinanya dengan memenejemen dirinya sendiri dan guru BK beserta peneliti menyimpulkan kegiatan adapun kesimpulan pada pertemuan pertama yaitu peserta didik konsisten untuk memenejemen dirinya sendiri dan melakukan hal-hak positif yang sudah mereka tulisakn dengan konsisten.

(2) *Feedback*

Di akhir kegiatan ini guru BK dan peneliti meminta peserta didik mengungkapkan manfaat apa yang di dapatkan ketika mengikuti layanan konseling kelompok ini. Adapun manfaat yang didapatkan peserta didik yaitu:

- (a) Kesadaran pentingnya meningkatkan kedisiplinan
  - (b) Bisa memulai untuk mengelola dirinya sendiri demi perubahan yang akan di lakukan untuk meningkatkan kedisiplinnya
  - (c) Berlatih untuk komitmen terhadap apa yang sudah dia sepakati
- (d) Merubah kedisiplinan yang negatif menjadi positif. Setelah itu guru BK dan peneliti membuat kesepakatan untuk melakukan kegiatan konseling kelompok lagi adapun kesepakatan tersebut akan dilakukan lagi pada satu minggu yang akan datang yaitu senin, 12 februari 2024. Setelah peserta didik menyampaikan hal yang di dapatkan pada proses konseling kelompok pertama ini maka guru BK dan peneliti menutup.



**Gambar 4.1 Layanan konseling kelompok melalui teknik *self management* pada pertemuan pertama  
Senin, 06 februari 2024.**

Dipertemuan kedua pada hari Senin, 12 februari 2024 guru BK dan peneliti menanyakan kembali dan mengevaluasi pada masing-masing peserta didik tentang perubahan apa saja yang sudah dilakukan untuk meningkatkan kedisiplinan. Adapun perubahan sebagai berikut:

- 1) Sudah bisa mengelola dirinya sendiri sehingga sudah tidak datang terlambat ke sekolah dan mengerjakan PR di rumah
- 2) Sudah bisa mematuhi aturan sekolah sehingga ketika berangkat ke sekolah sudah memakai atribut lengkap
- 3) Selalu memperhatikan guru ketika proses pembelajaran
- 4) Mematuhi aturan kelas

Dari perubahan yang peserta didik sampaikan maka guru BK dan peneliti, menyampaikan banyak terimakasih karena sudah dapat mengikuti proses layanan dengan baik. Sehingga dari perubahan-perubahan yang sudah dilakukan menandakan bahwa sudah adanya peningkatan kedisiplinan dan hal ini akan di berikan post test untuk mengukur berapa jauh dalam meningkatkan kedisiplinannya.



**Gambar 4.2 Layanan konseling kelompok melalui teknik *self management* pada pertemuan kedua senin, 12 februari 2024.**

Setelah diberikan tindak lanjut pertama guru BK kedisiplinan peserta didik selama di sekolah dengan memberikan semangat setiap kali ketemu dan selalu mengingatkan pentingnya sikap disiplin. Tindak lanjut yang kedua guru BK memantau perubahan yang dilakukan oleh peserta didik untuk meningkatkan kedisiplinannya.

**d. Layanan konseling kelompok melalui teknik *positive reinforcement***

Kegiatan konseling kelompok yang menggunakan taktik penguatan merupakan salah satu jenis layanan konseling yang bertujuan menggunakan dinamika kelompok untuk memecahkan kesulitan. Pemanfaatannya bagi kemajuan karena setiap anggota kelompok didorong untuk menerapkan waktu dan tindakan serta disiplin dalam bidang lain. Di antara banyak teknik pengajaran yang dibutuhkan seorang pendidik yang terampil adalah penguatan. Dasarnya, segala macam jawaban yang merupakan bagian dari strategi modifikasi perilaku guru terhadap siswa. Strategi ini mencoba memberikan informasi atau umpan balik atas tindakannya atau balasan yang diberikan sebagai dorongan atau kritik. Dengan seperti ini, siswa akan selalu merasa

termotivasi untuk bereaksi ketika guru memberikan stimulus.<sup>7</sup>

Sudut pandang di atas membawa kita pada kesimpulan bahwa guru memberikan penguatan positif kepada siswa dalam bentuk pujian dan hadiah, yang memiliki berbagai tujuan seperti memusatkan perhatian siswa pada materi yang diajarkan dan meningkatkan rasa percaya diri mereka untuk menyelesaikan tugas. diberikan oleh instruktur, guna meningkatkan keinginan siswa untuk terlibat dalam proses pembelajaran karena mereka akan merasa bahwa instruktur menghargai dan peduli terhadap mereka. Penguatan positif juga dapat mempertahankan bahkan merubah yang sebelumnya positif selain mengubah perilaku negatif. Sebelum dilaksanakan layanan konseling kelompok dengan teknik *positive reinforcement* guru BK dan peneliti memiliki prosedur dalam layanan yaitu sebagai berikut:

1) Perencanaan

Dalam perencanaan guru BK memilihkan peserta didik dengan kategori disiplin, cukup disiplin, dan kurang disiplin. Kemudian pada pertemuan pertama pada tanggal Selasa, 16 februari 2024 dibagikan pre test yang nantinya akan menunjukkan tingkat kedisiplinan peserta didik tersebut dan diambil sampel 8 peserta didik kelas VIII. Kemudian guru BK dan peneliti menyiapkan jadwal untuk melakukan konseling kelompok. Jadwal pelaksanaan layanan, yakni untuk melihat peningkatan dalam kedisiplinan.

2) Pelaksanaan

Layanan konseling kelompok ini dilaksanakan dengan 2 kali pertemuan. Pertemuan pertama dilaksanakan pada hari Jum'at, 16 februari 2024, pertemuan kedua hari Senin, 19 februari 2024.

Adapun langkah-langkah yang dilakukan guru BK dan peneliti dalam pertemuan pertama ini yaitu sebagai berikut:

1) Tahap Pembentukan

Pada tahap pertama yaitu pembentukan, guru BK dan peneliti menyambut peserta didik dengan baik atau

---

<sup>7</sup> Iin kurniati, Maman Surahman, Tambat Usman, "Pengaruh Positive Reinforcement Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa", Labuhan Raty Regency of Bandar Lampung.

penerimaan, selanjutnya guru BK membuka dengan menyuruh salah satu peserta didik memimpin do'a terlebih dahulu, setelah selesai berdo'a maka peneliti mengucapkan salam, dan menanyakan kabar. Selanjutnya guru BK dan membuat kontrak perjanjian adapun kontrak perjanjian pada pertemuan pertama ini dilakukan dalam waktu 45 menit, dan guru BK bersama peneliti menjelaskan asas dalam layanan konseling kelompok

2) Tahap Peralihan

Pada kegiatan ini guru BK dan peneliti bersama-sama memantau kesiapan peserta didik dengan cara menanyakan "apakah bisa dimulai?" ketika semua peserta menjawab "bisa bu siap" maka layanan konseling kelompok ini dimulai. Dan juga peneliti menanyakan apakah sebelumnya sudah pernah melakukan layanan konseling kelompok dan peserta didik menjawab sudah pernah tapi hanya didampingi guru BK saja.

3) Tahap Kegiatan Inti

a) Rasional

Rasional ini guru BK dan penelaah memberikan arahan kepada peserta didik untuk menyampaikan masalah kedisiplinan yang ada pada dirinya masing-masing, banyak sekali masalah pada peserta didik, adapun masalahnya yaitu berkata kasar, makan dikelas dan membeli jajan saat jam pembelajaran, tidak membawa LKS dan tidak memperhatikan guru, sering mengejek teman, tidak mengerjakan tugas, berpakaian tidak rapi dan tidak memakai atribut sekolah, tidak mengerjakan PR dan tidak mengumpulkan tugas, sering tidak berangkat sekolah tanpa keterangan, keluar kelas ketika ada guru yang mengajar, dan tidur dikelas. Setelah peserta didik menyampaikan masalah maka guru BK dan peneliti menjelaskan tujuan dari layanan yaitu untuk meningkatkan kedisiplinan.

Selanjutnya guru bimbingan dan konseling bersama penelaah berdiskusi mengenai strategi konseling kelompok yang akan dilaksanakan adapun strateginya yaitu dengan cara membahas salah satu permasalahan yang urgent dimana ketika masalah tersebut tidak segera diselesaikan maka akan berdampak lebih parah lagi adapun pada kesepakatan

ini untuk membahas hambatan yang sering melanggar aturan sekolah karena hampir anggota kelompok sering tidak memakai atribut sekolah seperti dasi, kaos kaki dan lain sebagainya.

b) Implementasi Teknik *Positive Reinforcement*

Implementasi teknik *positive reinforcement* guru BK menyampaikan topik permasalahan yaitu tentang kedisiplinan setelah itu peserta didik mendengarkan topik yang diberikan oleh guru BK dan peneliti. Guru BK dan peneliti menyampaikan bahwa kedisiplinan ini sangat penting karena kedisiplinan ini menentukan segalanya. Menyusul pengumpulan data mengenai permasalahan tersebut melalui analisis ABC mengenai anteseden (pemicu), perilaku (dipertimbangkan frekuensi, intensitas, dan lamanya), dan konsekuensi. Yang dilakukan guru BK dan peneliti yaitu menganalisis ABC sebagai berikut: tidak mengerjakan tugas dan tidak pernah memperhatikan guru ketika mengajar hal ini sering dilakukan akibatnya paham materi yang disampaikan oleh guru.

Selanjutnya guru BK dan peneliti memilih target yang ingin ditingkatkan adapun target yang dipilih yaitu meningkatkan kesadaran peserta didik untuk pentingnya membawa buku pelajaran dan memperhatikan guru ketika mengajar dan guru BK dan peneliti memberikan penguatan bahwa jangan menyia-nyiaakan masa sekolah ini taati aturan sekolah dengarkan guru yang mengajar dan mematuhi segala aturan di sekolah. Setelah itu, peneliti memberikan kesempatan kepada siswa untuk menjelaskan apa yang akan mereka lakukan dalam meningkatkan kedisiplinannya dengan memanfaatkan waktu belajar dengan baik dan selalu memperhatikan guru yang mengajar dalam memberikan *positive reinforcement* berupa ucapan “semangat untuk melakukan hal-hal positif” dan “kamu sudah bagus sudah ada niatan untuk meningkatkan kedisiplinan”

## 4) Tahap akhir

a) *Evaluation termination*

Guru BK dan peneliti memberikan dukungan dan semangat kepada kemajuan yang kan dicapai dengan menyampaikan kepada anggota kelompok “semangat demi meningkatkan kedisiplinan selalu melakukan hal hal positif”. Anggota kelompok yakin bisa meningkatkan kedisiplinannya sendiri dan guru BK beserta peneliti menyimpulkan kegiatan adapun kesimpulan pada pertemuan pertama untuk meningkatkan kedisiplinan yaitu konsisten untuk melakukan hal-hal positif.

b) *Feedback*

Di akhir kegiatan ini guru BK dan peneliti meminta peserta didik mengungkapkan manfaat apa yang di dapatkan ketika mengikuti layanan konseling kelompok ini. Adapun manfaat yang didapatkan peserta didik yaitu:

- 1) Menyadari pentingnya kedisiplinan sehingga akan terus melakukan hal positif di sekolah.
- 2) Senang akan melakukan keidisciplinan di sekolah karena akan mendapatkan kata positif yang mendukung dari guru BK dan peneliti.



**Gambar 4.3** Layanan konseling kelompok melalui teknik *positive reinforcement* pada pertemuan pertama hari Jum'at, 16 Februari 2024

Pada pertemuan kedua pada hari Senin, 19 februari 2024 guru BK dan peneliti menanyakan kembali dan mengevaluasi pada masing-masing peserta didik tentang perubahan perilaku apa yang sudah dilakukan. Pertemuan kedua ini guru BK memberikan *positive reinforcement* kepada peserta didik yang sudah mulai terlihat perubahannya yaitu berupa pujian, sentuhan, dan pendekatan seperti kata “bagus”, “pintar”, dan acungan jempol dan kalimat seperti “seperti ini bagus mas, mbk pertahankan dan tingkatkan kedisiplinanmu”. Dan perubahan pada pertemuan kedua ini pada peserta didik yaitu:

- 1) Selalu berangkat pagi dan memakai pakaian yang rapi
- 2) Memperhatikan guru yang mengajar
- 3) Senang melakukan perubahan negatif ke positif karena selalu mendapatkan pujian dari guru BK



**Gambar 4.4 Layanan konseling kelompok melalui teknik *positive reinforcement* pada pertemuan kedua hari Senin, 19 februari 2024**

Setelah diberikan perlakuan guru BK dan peneliti memberikan pemantauan setelah diberikan *treatment* selama 2 kali. Tindak lanjut pertama menyemangati setiap kali bertemu dan selalu mengingatkan pentingnya sikap disiplin. Tindak lanjut yang kedua guru BK memantau perubahan yang dilakukan oleh peserta didik untuk meningkatkan kedisiplinannya.

## 2. Analisis Data Penelitian

### a. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

#### 1) Uji Validitas

Analisis item yang digunakan peneliti adalah pernyataan yang disetujui oleh tiga validator ahli dalam bidang bimbingan dan konseling yang hasilnya dihitung menggunakan bantuan Ms. Excel 2013 rumus Aiken's V. Adapun signifikansi butir/item angket dikatakan valid dengan tingkat sangat tinggi jika  $0,80 < V \leq 1,00$ , tinggi jika  $0,60 < V \leq 0,80$ , sedang jika  $0,40 < V \leq 0,60$ , dan rendah jika  $0,20 < V \leq 0,40$ .

Berikut ini hasil rekapitulasi validitas angket dari ketiga validator dalam penelitian ini:

**Tabel 4.5 Rekapitulasi validasi isi meningkatkan kedisiplinan**

Kriteria	Nomor Soal	Jumlah
Sangat Tinggi	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50	50

Dari tabel 4.5 penilaian pada variabel Y yaitu meningkatkan kedisiplinan oleh tiga validator memperoleh hasil dari 50 butir item pernyataan, 50 item termasuk kedalam kategori sangat tinggi. Berdasarkan hasil validasi diatas, peneliti mempertahankan item tersebut untuk diambil datanya dalam penelitian.

#### 2) Uji Reliabilitas

Dalam penelitian ini, uji reliabilitas yang digunakan peneliti adalah metode konsistensi internal dimana metode ini hanya menggunakan satu instrumen yang diujikan satu kali dan tidak perlu pengulangan sehingga dapat meminimalisir masalah-masalah yang timbul pada saat pengulangan. Uji reliabilitas diujikan kepada peserta didik kelas VIII yang kemudian hasilnya dihitung menggunakan bantuan program IBM SPSS Statistics<sup>24</sup> rumus Cronbach Alpha dimana hasil pengukuran instrumen

dikatakan reliabel jika  $r_{11}$  (nilai alpha) lebih besar daripada  $r$  tabel. Adapun hasilnya sebagai berikut:

**Tabel 4.6 Hasil uji reliabilitas dengan IBM SPSS Statistics '24**

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,672	50

Dari hasil tabel 4.6, diketahui bahwa nilai alpha sebesar 0,672 dan nilai  $r$  tabel signifikansi yaitu  $>0,60$ . Karena nilai  $\alpha = 0,672 > r \text{ tabel} = >0,60$ , maka instrumen dapat dikatakan reliabel.

**b. Deskripsi Data Layanan Konseling Kelompok melalui Teknik *Self Management* dan *Positive Reinforcement***

- 1) Tingkat Kedisiplinan Peserta Didik Di MTs Wahid Hasyim Pati Sebelum Dan Sesudah Diterapkannya Layanan Konseling Kelompok Melalui Teknik *Self Management*

Hasil pemilihan oleh guru BK dan peneliti berdasarkan kategori disiplin, cukup disiplin, dan kurang disiplin. Dimana terdapat 8 peserta didik yang tingkat kedisiplinannya berbeda-beda. Peneliti memberikan angket variabel kedisiplinan untuk mengukurnya. Berikut hasil angket pre test dan post test:

**Tabel 4.7 Hasil pre test teknik *self management***

Kategori	Batas Interval	Frekuensi	Presentase
Tinggi	73-100	3	37,5
Sedang	46-72	5	62,5
Rendah	20-45	0	0,0
Total		8	100,0

Dari tabel 4.7 menunjukkan bahwa dari 8 peserta didik, terdapat 3 dikategorikan tinggi dan 5 yang sedang. Dengan demikian hasil pre- test menunjukkan bahwa mayoritas peserta didik berada dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 62,5%, diikuti oleh kategori tinggi dengan persentase 37,5%. Tidak ada peserta didik yang berada dalam kategori rendah.

**Tabel 4.8 Hasil post test teknik *self management***

Kategori	Batas Interval	Frekuensi	Presentase
Tinggi	73-100	8	100,0
Sedang	46-72	0	0,0
Rendah	20-45	0	0,0
Total		8	100,0

Tabel 4.8 dapat diketahui bahwa terdapat kemajuan peserta didik dibandingkan dengan hasil pre test sebelum diberikan *treatment* terdapat 3 peserta didik tingkat kedisiplinannya tinggi dengan presentase (37,5%) dan 5 peserta didik tingkat kedisiplinannya sedang dengan presentase (62,5%). Kemudian setelah diberikan *treatment* hasil post test menunjukkan bahwa semua peserta didik berada dalam kategori tinggi dengan presentase sebesar 100%. Tidak ada yang mencapai kategori sedang atau rendah.

a) Rumusan Hipotesis:

$H_0$  : Tidak adanya perbedaan signifikan tingkat kedisiplinan peserta didik di MTs Wahid Hasyim Pati sebelum dan sesudah diterapkannya layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*, atau

$H_a$  : Adanya perbedaan signifikan tingkat kedisiplinan peserta didik di MTs Wahid Hasyim Pati sebelum dan sesudah diterapkannya layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*.

b) Taraf Signifikansi  $\alpha = 0,05$

c) Penentuan Uji: Wilcoxon

d) Statistika Hitung:

**Tabel 4.9 Hasil uji Wilcoxon teknik *self management***

Test Statistics <sup>a</sup>	
	Post Test SM- Pre Test SM
Z	-2,521 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,012

- e) Kriteria uji Wilcoxon yaitu:

Apabila nilai probabilitas *asympt.sig (2 tailed)* < 0,05 maka  $H_0$  ditolak. Sedangkan nilai probabilitas *asympt.sig (2 tailed)* > 0,05 maka  $H_0$  tidak dapat ditolak.

- f) Kesimpulannya:

Dari tabel 4.9 berdasarkan test statistik uji Wilcoxon diperoleh nilai *asympt.sig (2 tailed)* sebesar 0,012, karena nilai *asympt.sig (2 tailed)* < 0,05 maka  $H_0$  ditolak. Sehingga terdapat perbedaan signifikan mengenai tingkat kedisiplinan peserta didik di MTs Wahid Hasyim Pati sebelum dan sesudah diterapkannya layanan konseling kelompok melalui teknik *self management*.

**Tabel 4.10 Hasil analisis deskriptif data pre test dan post test teknik *self management***

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre Test SM	8	142	193	174,88	15,743
Post Test SM	8	201	230	212,13	9,141
Valid N (listwise)	8				

Berdasarkan tabel 4.10 kita dapat melihat ringkasan dari kedua sampel hasil statistik deskriptif yaitu nilai pre test dengan rata-rata 174,88 dan nilai post test dengan nilai rata-rata 212,13. Selain itu kita dapat mengetahui bahwa post test lebih tinggi, berarti terdapat peningkatan sesudah diberikan perlakuan.

- 2) Tingkat Kedisiplinan Peserta Didik Di MTs Wahid Hasyim Pati Sebelum Dan Sesudah Diterapkannya Layanan Konseling Kelompok Melalui Teknik *Positive Reinforcement*

Hasil pemilihan yang akan dijadikan penelitian oleh guru BK dan peneliti berdasarkan kategori disiplin, cukup disiplin, dan kurang disiplin. Dimana terdapat 8 tingkat kedisiplinannya berbeda-beda. Peneliti memberikan angket variabel kedisiplinan untuk mengukur kondisi. Berikut hasil angket pre test dan post test dalam kedisiplinan:

**Tabel 4.11 Hasil pre test teknik *positive reinforcement***

Kategori	Batas Interval	Frekuensi	Presentase
Tinggi	73-100	1	12,5
Sedang	46-72	7	87,5
Rendah	20-45	0	0,0
Total		8	100,0

Dari tabel 4.11 menunjukkan bahwa dari 8 peserta didik, terdapat 1 dikategorikan tingkat kedisiplinannya tinggi dan 7 yang sedang. Dengan demikian hasil pre- test menunjukkan bahwa mayoritas peserta didik berada dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 87,5%, diikuti oleh kategori tinggi dengan persentase 12,5%. Tidak ada peserta didik yang berada dalam kategori rendah.

**Tabel 4.12 Hasil post test teknik *positive reinforcement***

Kategori	Batas Interval	Frekuensi	Presentase
Tinggi	73-100	8	100,0
Sedang	46-72	0	0,0
Rendah	20-45	0	0,0
Total		8	100,0

Dari tabel 4.12 dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan kedisiplinan peserta didik sebelum diberikan *treatment* terdapat 1 tingkat kedisiplinannya tinggi dengan presentase (12,5%) dan 7 yang sedang (87,5%). Kemudian setelah diberikan *treatment* hasil post test menunjukkan bahwa semua peserta didik berada dalam kategori tinggi dengan presentase sebesar 100%. Tidak ada yang mencapai kategori sedang atau rendah.

a) Rumusan Hipotesis:

$H_0$  : Tidak adanya perbedaan signifikan tingkat kedisiplinan peserta didik di MTs Wahid Hasyim Pati sebelum dan sesudah diterapkannya layanan konseling kelompok dengan teknik *positive reinforcement*, atau

$H_a$  : Adanya perbedaan signifikan tingkat kedisiplinan peserta didik di MTs Wahid Hasyim Pati sebelum dan sesudah diterapkannya layanan konseling kelompok dengan teknik *positive reinforcement*.

b) Taraf Signifikansi  $\alpha = 0,05$

c) Penentuan Uji: Wilcoxon

d) Statistika Hitung:

**Tabel 4.13 Hasil uji Wilcoxon teknik *positive reinforcement***

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	Post Test PR - Pre Test PR
Z	-2,383 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,017

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

e) Kriteria uji Wilcoxon yaitu:

Apabila nilai probabilitas *asympt.sig (2 tailed)* < 0,05 maka  $H_0$  ditolak. Sedangkan nilai probabilitas *asympt.sig (2 tailed)* > 0,05 maka  $H_0$  tidak dapat ditolak.

f) Kesimpulannya:

Dari tabel 4.13 berdasarkan test statistik uji Wilcoxon diperoleh nilai *asympt.sig (2 tailed)* sebesar 0,017, karena nilai *asympt.sig (2 tailed)* < 0,05 maka  $H_0$  ditolak. Sehingga terdapat perbedaan signifikan mengenai tingkat kedisiplinan peserta didik di MTs Wahid Hasyim Pati.

**Tabel 4.14 Hasil analisis deskriptif data pre test dan post test teknik *positive reinforcement***

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre Test PR	8	160	199	172,13	12,206
Post Test PR	8	186	197	191,75	3,919
Valid N (listwise)	8				

Berdasarkan tabel 4.14 kita dapat melihat ringkasan dari kedua sampel hasil statistik deskriptif yaitu nilai pre test dengan rata-rata 172,13 dan nilai post test dengan nilai rata-rata 191,75. Selain itu kita dapat mengetahui bahwa mengalami kemajuan tingkat kedisiplinan peserta didik di MTs Wahid Hasyim Pati sesudah diberikan perlakuan.

3) Perbedaan Perkembangan Kedisiplinan Peserta Didik Di MTs Wahid Hasyim Pati Dengan Layanan Konseling Kelompok *Self Management* Dan *Positive Reinforcement*

Uji hipotesis komparatif yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah uji Mann-Whitney test untuk mengetahui perbedaan rata-rata dua sampel yang digunakan sebelum dan setelah diberikan perlakuan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* dan *positive reinforcement*.

a) Rumusan Hipotesis:

$H_0$  : Tidak ada perbedaan signifikan dari hasil layanan konseling kelompok dalam meningkatkan kedisiplinan peserta didik di MTs Wahid Hasyim Pati melalui teknik *self management* dan *positive reinforcement*, atau

$H_a$  : 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*.

b) Taraf Signifikansi  $\alpha = 0,05$

c) Penentuan Uji: Mann-Whitney test

d) Statistika Hitung:

**Tabel 4.15 Hasil uji Mann-Whitney test**

<b>Test Statistics<sup>a</sup></b>	
	Disiplin
Mann-Whitney U	,000
Wilcoxon W	36,000
Z	-3,371
Asymp. Sig. (2-tailed)	,001
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,000 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: Teknik

b. Not corrected for ties.

e) Kriteria uji Mann-Whitney test yaitu:

Apabila nilai probabilitas *asymp.sig (2 tailed)*  $< 0,05$  maka  $H_0$  ditolak atau  $H_a$  tidak dapat ditolak. Sedangkan nilai probabilitas *asymp.sig (2 tailed)*  $\geq 0,05$  maka  $H_0$  tidak dapat ditolak atau  $H_a$  ditolak.

f) Kesimpulannya:

Dari tabel 4.15 berdasarkan test statistik uji Mann-Whitney diperoleh nilai *asympt.sig (2 tailed)* sebesar 0,001, karena nilai *asympt.sig (2 tailed)* < 0,05 maka  $H_0$  ditolak. Sehingga terdapat perbedaan signifikan, hal ini berarti penggunaan teknik *self management* dan *positive reinforcement* dalam pelaksanaan konseling kelompok memiliki dampak yang berbeda. Diantaranya yang terjadi yaitu berupa adanya peningkatan yang signifikan berdasarkan hasil skor skala kedisiplinan sesudah mengikuti konseling kelompok.

Peningkatan kedisiplinan peserta didik dengan diterapkannya layanan konseling kelompok melalui teknik *self management* dapat memberikan kesadaran tentang pentingnya kedisiplinan yang ada di sekolah, dapat mengelola dirinya sendiri untuk perubahan kedepannya, dan berlatih untuk konsisten terhadap keputusan yang sudah diambil. Sedangkan layanan konseling kelompok melalui teknik *positive reinforcement* peserta didik dapat memahami pentingnya meningkatkan kedisiplinan dan semakin semangat dalam mengubah perilaku negatif menjadi positif dengan penguatan yang sangat mendukung untuk merubah dirinya menjadi lebih baik lagi.

**Tabel 4.16 Hasil analisis deskriptif data post test kelompok eksperimen melalui teknik *self management* dan post test kelompok eksperimen melalui teknik *positive reinforcement***

		Ranks		
Teknik		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Disiplin	Self Management	8	12,50	100,00
	Positive Reinforcement	8	4,50	36,00
Total		16		

Berdasarkan tabel 4.16 menunjukkan *mean rank* atau rata-rata peringkat tiap kelompok eksperimen, yaitu pada kelompok eksperimen melalui teknik *self management* rata-rata peringkatnya 12,50 sedangkan nilai rata-rata kelompok eksperimen melalui teknik

*positive reinforcement* yaitu 4,50. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan konseling kelompok dengan teknik *self management* mempunyai perbedaan yang signifikan dibandingkan dengan konseling kelompok dengan teknik *positive reinforcement*.

## B. Pembahasan

Pada pembahasan ini, peneliti akan menyampaikan dua variabel yaitu konseling kelompok teknik *self management* ( $X_1$ ), konseling kelompok teknik *positive reinforcement* ( $X_2$ ) dan kedisiplinan ( $Y$ ) di MTs Wahid Hasyim Pati. Instrumen yang peneliti gunakan berupa angket yang telah siap digunakan. Peneliti menyebarkan angket kepada 30 peserta didik untuk divalidasi. Kemudian peneliti mengambil 16 peserta didik dengan tingkat kedisiplinan yang berbeda-beda, 8 peserta didik akan diterapkan layanan konseling kelompok melalui teknik *self management* dan 8 lainnya akan diterapkan menggunakan teknik *positive reinforcement*.

### 1. Tingkatan Layanan Konseling Kelompok Melalui Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Sebelum Dan Sesudah Diterapkannya Layanan Konseling Kelompok.

Pada pembahasan pertama, peneliti membahas mengenai tingkat kedisiplinan peserta didik sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok. Keberhasilan mereka dalam mengelola dirinya sendiri.

Berdasarkan hasil analisis menyatakan bahwa 50 butir soal kesemuanya valid data reliabel. Butir soal yang valid dan reliabel kemudian diberikan kepada peserta didik untuk dilakukan analisis data. Dilihat dari hasil perhitungan analisis data tersebut sebelum diterapkannya layanan terdapat 3 peserta didik tingkat kedisiplinannya tinggi dengan presentase (37,5%) dan 5 peserta didik tingkat kedisiplinannya sedang dengan presentase (62,5%). Kemudian setelah diberikan *treatment* hasil post test menunjukkan bahwa semua peserta didik berada dalam kategori tinggi dengan presentase sebesar 100%. Tidak ada yang mencapai kategori sedang atau rendah. Sehingga dapat diketahui nilai pre test dengan rata-rata 174,88 dan nilai post test dengan nilai rata-rata 212,13. Selain itu kita dapat mengetahui bahwa post test lebih tinggi, berarti terdapat peningkatan sesudah diberikan perlakuan.

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>8</sup> Hal ini relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, bahwa pengaruh konseling kelompok melalui teknik *self management* terhadap peningkatan kedisiplinan peserta didik relevan.

## **2. Tingkatan Layanan Konseling Kelompok Melalui Teknik *Positive Reinforcement* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Sebelum Dan Sesudah Diterapkannya Layanan Konseling Kelompok.**

Pada pembahasan kedua, peneliti membahas mengenai tingkat kedisiplinan peserta didik sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok. Keberhasilan mereka terhadap faktor luar yang mendukung atau lingkungan sekitar.

Berdasarkan hasil analisis menyatakan bahwa 50 butir soal kesemuanya valid data reliabel. Butir soal yang valid dan reliabel kemudian diberikan kepada peserta didik untuk dilakukan analisis data. Dilihat dari hasil perhitungan analisis data tersebut sebelum diterapkannya layanan terdapat peserta didik 1 tingkat kedisiplinannya tinggi dengan presentase (12,5%) dan 7 yang sedang (87,5%). Kemudian setelah diberikan *treatment* hasil post test menunjukkan bahwa semua peserta didik berada dalam

---

<sup>8</sup> Sri Wahyuni, "*Pengaruh Layanan Konseling Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Sma Negeri 11 Luwu*", Universitas Muhammadiyah Palopo, July, 2016, hal. 1

kategori tinggi dengan presentase sebesar 100%. Tidak ada yang mencapai kategori sedang atau rendah. Sehingga dapat diketahui nilai pre test dengan rata-rata 172,13 dan nilai post test dengan nilai rata-rata 191,75. Selain itu kita dapat mengetahui bahwa mengalami kemajuan tingkat kedisiplinan peserta didik di MTs Wahid Hasyim Pati sesudah diberikan perlakuan.

Penelitian oleh Hasan, Fariyal, 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. layanan konsultasi maka diketahui hasil rata-ratanya sebesar 285.375 (77.25%).<sup>9</sup> Hal ini relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, bahwa pengaruh konseling kelompok melalui teknik *positive reinforcement* terhadap peningkatan kedisiplinan peserta didik relevan.

### **3. Perbandingan layanan konseling kelompok melalui teknik *self management* dan *positive reinforcement* untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik.**

Pada pembahasan ketiga, peneliti membahas mengenai tingkat kedisiplinan layanan konseling kelompok melalui teknik *self management* dan *positive reinforcement* untuk mengetahui hasil perbedaan dari keduanya.

Berdasarkan test statistik uji Mann-Whitney diperoleh nilai *asympt.sig (2 tailed)* sebesar 0,001, karena nilai *asympt.sig (2 tailed)* < 0,05 maka  $H_0$  ditolak. Sehingga terdapat perbedaan signifikan, hal ini berarti penggunaan teknik *self management* dan *positive reinforcement* dalam pelaksanaan konseling kelompok memiliki dampak yang berbeda. Diantaranya yang terjadi yaitu berupa adanya peningkatan yang signifikan berdasarkan hasil skor

---

<sup>9</sup> Hasan Hasan, Fariyal Fariyal, 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

skala kedisiplinan sesudah mengikuti konseling kelompok. Sehingga hasil yang diperoleh menunjukkan *mean rank* atau rata-rata peringkat tiap kelompok eksperimen, yaitu pada kelompok eksperimen melalui teknik *self management* rata-rata peringkatnya 12,50 sedangkan nilai rata-rata kelompok eksperimen melalui teknik *positive reinforcement* yaitu 4,50. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan konseling kelompok dengan teknik *self management* mempunyai perbedaan yang signifikan dibandingkan dengan konseling kelompok dengan teknik *positive reinforcement*.

Hasil dari tingkat kedisiplinan peserta didik di MTs Wahid Hasyim Pati diterapkannya layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* mempunyai perbedaan yang signifikan dibandingkan *positive reinforcement*. Dikarenakan pengelolaan diri lebih terfokuskan kepada mengelola individu sendiri, sedangkan layanan konseling kelompok melalui teknik *positive reinforcement* terfokuskan pada dukungan dan penguatan positif dimana menyebabkan dapat meningkatkan kedisiplinannya.

Penelitian oleh Fitri Rahmadhani yang berjudul “Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management* dan *Positive Reinforcement* dalam Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 19 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020” pada tahun 2020. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dalam bentuk *quasi experiment*. Desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *nonequivalent control group design*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *purposive sampling*. Pada dua kelompok tersebut sama-sama diberikan pre test, dan post test. Kelas eksperimen menggunakan teknik *self management* dan *positive reinforcement*, sedangkan kelas kontrol dengan teknik *self instruction*. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa  $t$  adalah -22.847 dengan mean -27.62500, diperoleh (df) 7 kemudian dengan  $t_{hitung}$  dibandingkan dengan  $t_{tabel}$  dengan ketentuan  $t_{hitung} > t_{tabel}$  (-22.847 > 2.144), atau nilai sign (2-tailed) lebih kecil dari nilai kritik 0,005 (0,000 < 0,005), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *self management* dan *positive reinforcement* dapat meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 19 Bandar Lampung.<sup>10</sup> Hal ini relevan

---

<sup>10</sup> Fitri Rahmadhani, “Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management* dan *Positive Reinforcement* dalam Meningkatkan Disiplin Belajar

dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, bahwa hasil perbandingan dari layanan konseling kelompok melalui teknik *self management* dan *positive reinforcement* terhadap peningkatan kedisiplinan peserta didik lebih meningkat efektif melalui teknik *self management* dibandingkan dengan *positive reinforcement* dan dapat dikatakan relevan dengan yang peneliti gunakan.



---

*Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 19 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020*", Skripsi, (2019).