

ABSTRAK

Lutfi Wahyu Septiani, 1640110073, Upaya Meningkatkan *Self Management* Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Pendekatan *Experiential Learning* di Desa Mangunsari Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan.

Self management adalah suatu kemampuan yang berhubungan dengan keadaan diri sendiri dan ketrampilan dimana individu mampu mengarahkan tingkah lakunya untuk menjadi lebih baik. Fenomena yang terjadi pada remaja di Desa Mangunsari Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan menunjukkan bahwa remaja memiliki *self management* yang rendah. Tujuan penelitian ini adalah untuk Meningkatkan *Self Management* Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Pendekatan *Experiential Learning* di Desa Mangunsari Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan.

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian eksperimen. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan skala *likert* yang digunakan pada saat sebelum dan sesudah pemberian layanan bimbingan kelompok. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif, uji homogenitas dan analisis uji perbedaan dua rata-rata (Uji t).

Tingkat *self management* sebelum diberi layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan pendekatan *experiential learning* termasuk dalam kategori sedang dengan rata-rata skor 86,76 dan persentase sebesar 60,25%. Dan tingkat *self management* setelah diberi layanan mengalami peningkatan yang sangat signifikan dengan rata-rata skor 126,97 dan persentase sebesar 88,1%. Jadi, persentase tingkat *self management* remaja mengalami peningkatan sebesar 27,92%. Berdasarkan perhitungan analisis uji perbedaan dua rata-rata (uji t) dengan bantuan program olah data SPSS, dapat diketahui bahwa nilai sig lebih besar dari 0,05 ($0,073 > 0,05$). Artinya terdapat peningkatan *self management* pada remaja yang diberi *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan pendekatan *experiential learning* di Desa Mangunsari Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan.

Kata Kunci: Self Management, Bimbingan Kelompok, Experiential Learning