

BAB II LANDASAN TEORI

Landasan teori ialah seperangkat aspek yang mendukung suatu penelitian berupa definisi, konsep, dan gagasan yang disusun secara rapi dan sistematis mengenai variabel-variabel yang dalam penelitian. Landasan teori ini mencakup banyak pembahasan, mulai dari deskripsi teori (pemahaman teori penelitian), penelitian terdahulu, kerangka berpikir hingga hipotesis. Landasan teori dalam suatu penelitian pasti ada karena tanpa adanya landasan teori sebagai acuan teori penelitian, maka peneliti akan kesulitan dalam mengembangkan penelitiannya.¹

A. Deskripsi Teori

1. Manajemen Diri (*Self Management*)

a. Pengertian *Self Management*

Menurut Ricky W. Griffin, manajemen adalah sebuah pengendalian melalui proses perencanaan, pengorganisasian, pengkoordinasian, dan pengontrolan sumber daya untuk memperoleh pencapaian secara efektif (sesuai perencanaan) dan efisien (secara benar dan tepat).²

Menurut Ramayulis, manajemen sama pengertiannya dengan al-tadbir yaitu pengaturan.³ Seperti dijelaskan dalam Qs. As-Sajdah Ayat 5 yang berbunyi.

يُدَبِّرُ الْأَمْرَ مِنَ السَّمَاءِ إِلَى الْأَرْضِ ثُمَّ يُعْرِجُ إِلَيْهِ فِي يَوْمٍ كَانَ مِقْدَارُهُ أَلْفَ سَنَةٍ مِّمَّا تَعُدُّونَ

Artinya : Dia mengatur segala urusan dari langit ke bumi, kemudian urusan itu naik kepada-Nya dalam satu hari yang kadar lamanya adalah seribu tahun menurut perhitunganmu (Qs. As-Sajdah Ayat 5).⁴

Berdasarkan ayat diatas, dapat diambil inti sari yaitu manajemen adalah bentuk pengaturan dan pimpinan dalam suatu hal. Ayat diatas mengatakan bahwa Allah SWT

¹ Syafnidawaty. *Landasan Teori*. Universitas Raharja : 24 Oktober 2020. <https://raharja.ac.id/2020/10/24/landasan-teori/#:...>

² Lilis Sulastri. *Manajemen Sebuah Pengantar Sejarah, Tokoh, Teori, dan Praktik*. (La Goods Publishing : Bandung, 2012). 1.

³ Program Pasca Sarjana Magister Manajemen Pendidikan Universitas PGRI Palembang. *JMKSP : Jurnal Manajemen, Kepemimpinan, dan Supervisi Pendidikan*, Vol. 4, No. 1, Januari-Juni 2019, 45.

⁴ Al-Qur'an Al-Quddus. *Alqur'an Birrasmil 'Ustmanii dan Terjemahnya*. (CV. Mubarakatan Thoyyibah : Kudus. 2014). QS. As-Sajdah Ayat 5, Juz 21, 414.

adalah pengatur alam semesta dengan bukti yaitu kebesaran Allah SWT dalam mengelola alam semesta. Manusia sebagai makhluk Allah yang menjadi khalifah di bumi, maka ia seharusnya mengatur dan mengelola bumi dengan baik. Definisi manajemen banyak maknanya jika dilihat dari berbagai sudut pandang, berikut konsep manajemen yang diungkapkan oleh para ahli.⁵

- 1) George R. Terry, Menurutnya, manajemen adalah suatu proses yang terdiri dari tindakan, perencanaan, pengorganisasian, penggerakan, dan pengawasan.
- 2) Mary Parker Follet, Menurutnya, manajemen merupakan pengaturan dan pengarahan untuk mencapai sebuah tujuan.
- 3) Lawrence A. Appley, Menurutnya, manajemen adalah keahlian seseorang untuk menggerakkan orang lain agar mau melakukan kegiatan atau sesuatu.
- 4) Oey Liang Lee, Menurutnya, manajemen ialah ilmu perencanaan, pengorganisasian, pengarahan, penyusunan, dan kontroling terhadap sumber daya untuk memperoleh pencapaian tujuan atau target yang sudah ditentukan sebelumnya.

Pendapat para ahli di atas yang mana jika ditarik kesimpulan bahwa manajemen adalah suatu ilmu, keahlian, dan proses untuk mencapai tujuan dan target melalui pengaturan, perencanaan, pengorganisasian, pengawasan, hingga pengontrolan. Pelaksanaan manajemen tentunya membutuhkan manajer sebagai orang yang memiliki hak wenang dalam mengatur dan mengelola sesuatu. Manajemen membantu tertatanya suatu target dan tujuan dengan baik sesuai harapan, meskipun pada dasarnya setiap yang yang dilakukan membutuhkan evaluasi untuk perbaikan lebih baik lagi.

Berikutnya adalah pembahasan kedua kata yang dijadikan satu yaitu *Self management*. *Self management* adalah salah satu teknik dari proses konseling yang terdapat pada teori behavioristik. Teori behavioristik itu sendiri adalah teori yang membahas tentang perilaku atau tingkah laku yang terjadi karena adanya stimulus dan respon. Behavioristik memandang bahwa perilaku seseorang dapat

⁵ Burhanudin Gesi, dkk. "Manajemen dan Eksekutif". Jurnal Manajemen, Vol. 3, No. 2, Oktober 2019, 53-54.

diubah dengan manipulasi dan mengkreasi kondisi dengan bantuan berbagai penguatan untuk mempertahankan perilaku yang diharapkan.⁶ Oleh sebab itu, *self management* memiliki peranan penting dalam mendukung perubahan perilaku individu melalui berbagai tahapan dan proses untuk mendapatkan hasil yang efektif dan efisien dan perlunya komitmen agar perilaku yang diharapkan konsisten didalam diri individu.

M. Yusuf Hidayat mengungkapkan bahwa *self management* adalah kemampuan dalam mengelola diri sendiri dimana kemampuan tersebut adalah pengendalian pikiran, ucapan, dan tindakan sehingga memotivasi pada penghindaran dan peningkatan tindakan baik dan benar. Upaya mengelola diri adalah suatu strategi merubas totalitas diri dari segi intelektual, emosional, spiritual, dan fisik.⁷ Sedangkan Yates mengemukakan pendapatnya tentang manajemen diri yaitu suatu bentuk proses yang dilaksanakan oleh individu dalam mengarahkan perilaku menggunakan kombinasi terapi agar mampu berperilaku secara positif dan produktif.⁸

b. Tujuan *Self Management*

Self management memiliki tujuan, kelebihan dan kekurangan. Tujuan *self managemet* adalah mengurangi perilaku yang mengganggu, meningkatkan sosial yang adaptif, dan kemampuan bahasa untuk berkomunikasi dengan orang lain. Kelebihan dari teknik *self management* adalah pengelolaan diri mampu meningkatkan pengamatan dalam mengontrol lingkungan, dan mampu menurunkan ketergantungan individu kepada orang lain yang dimintai untuk membantunya. Selain itu, kelebihan lainnya adalah

⁶ Evi Aeni Rufaedah. “Teori Belajar Behavioristik Menurut Perspektif Islam”. Risalah : Jurnal Pendidikan dan Studi Islam, Vol. 4, No. 1, Maret 2018, 17.

⁷ M. Yusuf Hidayat. “Pengaruh Kemampuan Mengelola Diri (Self Management) Terhadap Kedisiplinan Belajar dan Kreativitas Berpikir Mahasiswa Jurusan Pendidikan Fisika Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Alauddin Makasar”. Auladuna : Jurnal Pendidikan Dasar Islam, Vol. 4, No. 1, Juni 2017, 32.

⁸ Mulyadi, dkk. “Penerapan Teknik Manajemen Diri Dapat Mengurangi Kebiasaan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa STIKP Muhammadiyah Enrekang”. Edumaspul: Jurnal Pendidikan, Vo. 1, No. 2, Oktober 2017, 96.

teknik ini mudah digunakan dan praktis sehingga akan sangat membantu individu mencapai perilaku yang dikehendaki. Adanya kelebihan dalam melaksanakan teknik *self management*, besar kemungkinan juga memiliki kekurangan didalam pelaksanaan tersebut. Apabila motivasi dan komitmen dari diri individu sangat kurang membuat target perilaku menjadi bersifat pribadi dengan perspektif subjektif dan sulit untuk dideskripsikan sehingga akan menyulitkan konselor juga dalam menentukan cara memonitor dan mengevaluasi.⁹

c. *Cara Self Management*

Menurut Soekadji, dalam menerapkan teknik *self management* terdapat empat tahapan yaitu monitor (observasi diri), mengatur lingkungan, evaluasi diri, dan pemberian pengukuhan.¹⁰

1) Monitor atau observasi diri

Tahap ini merupakan tahap dimana subjek atau individu secara sengaja mengamati perilakunya sendiri serta mencatat beberapa hal yaitu jenis, waktu, dan durasi perilaku yang dialaminya dan individu yang akan memodifikasi sendiri.

2) Mengatur lingkungan

Tahap ini adalah mengatur lingkungan yang mana mampu mengurangi dan menghilangkan perilaku.

3) Evaluasi diri

Tahap ini adalah tahap dimana individu membuat perbandingan apa yang ia catat sebagai kenyataan dengan apa yang seharusnya dilaksanakan. Apakah catatan tersebut menunjukkan keberhasilan atau malah sebaliknya.

4) Pemberian pengukuhan

Tahap ini adalah tahap yang memerlukan kemauan dari diri individu secara kuat untuk menentukan dan memilah pengukuhan apa yang ingin

⁹ Faiqotul Isnaini, dan Taufik. “Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar”. Jurnal Penelitian Humaniora, Vol. 16, No. 2, Agustus 2015, 35.

¹⁰ Halimatus Sa’diyah. “Penerapan Teknik Self Management Untuk Mereduksi Agresifitas Remaja”. Jurnal Ilmiah Counsellia, Vol. 6, No. 2, November 2016, 70.

dimunculkan dan perilaku apa yang hendak dihilangkan.

Berdasarkan uraian-uraian teori diatas, manajemen diri atau dalam konseling sering disebut dengan *self management* adalah suatu ilmu, keahlian, dan proses melalui input, POAC, dan output. Input adalah suatu target yang ingin dicapai, perencanaan (*Planning*), organizing (*pengorganisasian*), pelaksanaan (*actuating*), pengontrolan (*controlling*) dan output adalah hasil dari proses POAC yang mana individu atau diri sendirilah yang menjadi menejernya. Artinya diri sendirilah yang mengelola, mengatur, dan menjalankan prosesnya.

2. Kedisiplinan Belajar Anak

a. Pengertian Kedisiplinan Belajar

Kedisiplinan Anak mengandung dua kata yang sama-sama memiliki makna panjang untuk dipahami oleh banyak orang. Kedisiplinan adalah suatu perilaku yang arahnya membawa hal positif untuk diri sendiri dan orang lain, dan anak adalah salah satu objek yang berperan penting dalam perilaku tersebut. Kedisiplinan ialah kondisi yang tercipta melalui proses perilaku yang menunjukkan nilai kepatuhan, ketaatan, teratur, dan tertib. Perilaku disiplin tentunya berlu diterapkan pada anak seperti disiplin dalam belajar, disiplin dalam bermain, disiplin dalam beribadah, dan disiplin taat terhadap aturan di rumah.¹¹

Kata disiplin berasal dari kata *disciple* yang memiliki arti belajar. Disiplin adalah suatu bimbingan dan arahan untuk melatih serta membentuk seseorang melakukan suatu hal yang baik. Proses dalam disiplin mampu menumbuhkan rasa untuk konsisten, mempertahankan, dan meningkatkan secara objektif.¹² Menurut Imron, disiplin adalah suatu keadaan yang berada pada keadaan tertib, teratur secara semestinya yang tidak melanggar baik langsung dan tidak langsung. Artinya

¹¹ Neli Amelia Guntur, dkk. "Peran Orang Tua dalam Menanamkan Sikap Disiplin Anak di Desa Kalimporo Kecamatan Bangkal Kabupaten Jeneponto". Vol. 5, No. 1, Maret 2018, 147-148

¹² Deismon Bara, dkk. "Peran Disiplin Masyarakat dalam Menjaga Budaya Hidup Bersih Terhadap Lingkungan (Suatu Studi Kasus di Desa Tuabatu Tampan Amma Kabupaten Taulud)". Jurnal Holistik, Tahun XI, No. 21, Januari – Juni 2018, 3.

seseorang terikat pada suatu perilaku yang sesuai dengan norma.¹³ Selain itu, Gordon juga mengungkapkan pendapatnya terkait disiplin bahwa disiplin adalah suatu perilaku dan tata tertib yang sesuai dengan ketetapan dan peraturan yang didapat melalui pelatihan.¹⁴

Menurut Djamarah, disiplin adalah tata tertib yang dapat mengelola tatanan dalam kehidupan pribadi ataupun kelompok. Fungsi dan tujuannya adalah untuk membangun dan melatih kepribadian, dan agar tercipta lingkungan yang kondusif serta mendukung proses belajar. Tujuan disiplin mengarah pada seseorang khususnya pada anak dalam didiplin belajar yaitu untuk mendukung tercipta perilaku yang positif dan melakukan sesuatu yang baik, membantu dalam penyesuaian diri dan mengubah kebiasaan yang buruk agar kebiasaan tersebut menjadi kebiasaan yang baik dan bermanfaat.¹⁵ Berdasarkan pendapat tersebut tentang disiplin dapat diambil kesimpulan bahwa disiplin adalah suatu perilaku yang baik yang tentunya sesuai dengan peraturan dan norma yang tidak menyimpang serta perilaku ini dilalui dengan proses dan pelatihan, hal itu mampu pengelolaan hidup yang baik.

Al-Qur'an Surah An-Nisa ayat 59 menjelaskan pula tentang disiplin yang berbunyi¹⁶.

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اطِيعُوْا اِلٰهَ وَاَطِيعُوْا الرَّسُوْلَ وَاُوْلٰى الْاَمْرِ مِنْكُمْ فَاِن تَنٰزَعْتُمْ فِيْ شَيْءٍ فَرُدُّوْهُ اِلٰى اِلٰهٍ وَّالرَّسُوْلِ اِنْ كُنْتُمْ تُؤْمِنُوْنَ بِاللّٰهِ وَالْيَوْمِ الْاٰخِرِ ذٰلِكَ خَيْرٌ وَّاَحْسَنُ تَاْوِيْلًا

Artinya : Hai orang-orang yang beriman, taatilah Allah dan taatilah Rasul-Nya, dan ulil amri diantara kamu. Kemudian jika kamu berlainan pendapat tentang sesuatu, maka

¹³ Monawati, dkk. "Hubungan Kedisiplinan Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas V di SD Negeri 10 Banda Aceh". Jurnal Ilmiah mahasiswa Prodi PGSD FKIP Unsyiah, Vol. 1, No. 1, Agustus 2016, 23.

¹⁴ Bakti Marga Ningsih. "Peningkatan Disiplin Siswa dengan Layanan Informasi Media Film". Vol. 1, No. 1, Oktober 2014, 73.

¹⁵ Ika Ernawati. "Pengaruh Layanan Informasi dan Bimbingan Pribadi Terhadap Kedisiplinan Siswa Kelas XII MA Cokroaminoto Wanadadi Banjarnegara Tahun ajaran 2014/2015". G-Couns jurnal Bimbingan dan konseling, Vol. 1, No. 1, 2016, 5-6

¹⁶ Al-Qur'an Al-Quddus. *Alqur'an Birrasmil 'Ustmanii dan Terjemahnya*. (CV. Mubarakatan Thoyyibah : Kudus. 2014). An-Nisa' Ayat 59, Juz 5, 87.

kembalikanlah ia kepada Allah (Al-Qur'an) dan Rasul (Sunnah-Nya), jika kamu benar-benar beriman kepada Allah dan hari kemudian yang demikian itu lebih utama bagimu dan lebih baik akibatnya (QS. An-Nisa Ayat 59).

Al-Qur'an diatas telah menjelaskan bahwa Allah SWT telah memerintahkan kepada umat-Nya untuk taat, patuh dan disiplin kepada Allah dan rasul-Nya serta kepada para ulama. Ketaatan tersebut mutlak dan tidak dapat ditawar khususnya dalam urusan ibadah dan menjauhi larangan Allah SWT. Al-Qur'an ini juga menjelaskan untuk menyelesaikan masalah manusia dengan jalan terbaik yaitu kembali kepada Allah SWT.¹⁷ Disiplin lainnya juga dimaksudkan tidak hanya dalam urusan hamba dengan sang pencipta, namun juga disiplin lainnya yang salah satunya adalah disiplin belajar.

Kata belajar cukup erat dikenal oleh masyarakat adalah suatu bentuk pendalaman ilmu dan pengalaman yang terus digali tanpa melihat usia, tempat, waktu, dan situasi, sebab kegiatan belajar dimana pun seseorang berada dan bagaimana pun keadaannya pasti akan menemui pengalaman sehingga dari pengalaman tersebut dapat dipelajari bahkan di terapkan dalam kehidupannya. Suatu aktivitas belajar merupakan bentuk interaksi dengan lingkungan, dimana obyek dalam lingkungan memberikan pengalaman-pengalaman baru atau segala bentuk yang pernah didapatkan sebelumnya namun menimbulkan perhatian sehingga disetiap keadaan menungkingkan terjalannya suatu interaksi.¹⁸ Menurut pandangan B. F. Skinner, definisi belajar ialah menciptakan peluang menggunakan penguatan, hadiah, dan pujian atas hasil belajarnya. Hal itu bisa diberikan oleh guru, orang tua, dan lingkungan sehingga seseorang akan berniat dan niat dalam belajar.¹⁹ Salah satu hadits menjelaskan belajar adalah

¹⁷ Ulyaeni Maulida. *Kandungan Surat An Nisa Ayat 59, Perintah Untuk Taat Kepada Allah dan Rasul*. Rabu, 3 Februari 2021. <https://m.dream.co.id/your-story/kandungan-surat-an-nisa-ayat-59-perintah-untuk-taat-kepada-allah-dan-rasul-210203u.html>

¹⁸ Aprida Pane. "Belajar dan Pembelajaran". *Fitrah : Jurnal Kajian Ilmu-ilmu KeIslaman*, Vol. 03, No. 2, Desember 2017.

¹⁹ Muh. Sain Hanafy. "Konsep Belajar dan Pembelajaran". *Jurnal Lentera Pendidikan*, Vol. 17, No. 1, Juni 2014, hlm. 68

metode dalam menuntut ilmu yang wajib hukumnya bagi semua orang, hadist tersebut berbunyi.

قل رسول الله صلى عليه وسلم : طلب العلم فريضة على كل مسلم ومسلمة

Rasulullah SAW bersabda : “Menuntut ilmu hukumnya fardhu bagi setiap muslim, laki-laki maupun perempuan”.²⁰

Pandangan tentang definisi belajar juga diungkapkan menurut perspektif Islam dan pendidikan agama Islam. Menurut perspektif Islam, belajar merupakan suatu media dalam memenuhi kebutuhan dan perkembangan baik secara jasmani ataupun rohani yang secara imbang sehingga hal tersebut akan melahirkan fikir dan dzikir menjadi satu arah dan memposisikan sesuai dengan harkat martabat seorang manusia baik secara sosial dan spiritual. Alat penting dalam belajar adalah fungsi kognitif (akliah) dan sensori (indera). Kognitif (akliah) adalah kemampuan kejiwaan dimana didalamnya terdapat sistem psikis yang komplek yang memang banyak didalamnya untuk menyerap, memanajemen, dan menyimpan informasi dan pengetahuan. Sedangkan indera dalam belajar adalah indera penglihatan dan pendengaran, dimana penglihatan untuk menerima informasi secara visual, dan pendengaran untuk menerima informasi secara verbal.²¹

Berdasarkan penjelasan diatas, kedisiplinan belajar adalah suatu ketaatan, kepatuhan, ketertiban, dan ketaatan dalam proses belajar, sehingga proses belajar menjadi baik dan teratur sesuai dengan yang diharapkan.

b. Pengertian Anak

Anak adalah sekumpulan individu yang berada pada usia 0-8 tahun hingga usia remaja yang akan mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan sesuai fasenya.²² Masa anak adalah 0-12 tahun, yang mana setelah itu anak akan memasuki masa remaja yang lebih matang hingga dewasa. Anak dalam segi perkembangan dimulai dari masa usia dini, dimana pada usia dini memiliki kepekaan dari

²⁰ Aliy As’ad. *Terjemah Ta’limul Muta’alim (Bimbingan Bagi Penuntut Ilmu Pengetahuan)*. (Menara Kudus, Juli 2017),. 4

²¹ Sakilah. “Belajar dalam Perspektif Islam”. *Jurnal Menara*, Vol. 12, No. 2, Juli 2013.

²² Aris Priyanto. “Pengembangan Kreativitas Pada anak Usia Dini Melalui Aktivitas Bermain”. *Jurnal Ilmiah Guru (COPE)*, No. 2, Tahun XVIII, November 2014, 42.

banyak hal yaitu kemampuan fisik, bahasa, sosial, emosional, hingga kognitifnya. Secara perkembangan kognitif, anak pada usia 0-2 tahun memiliki perkembangan sensori motoric, usia 2-7 tahun adalah tahap pra operasional konkrit, (hampir menyeluruh), usia 7-11 tahun adalah tahap operasional konkrit, dan usia 11 tahun keatas adalah operasional formal.²³

Menurut perspektif psikologi, terdapat beberapa fase dalam perkembangan anak yaitu *childhood*, *maturity*, dan *adulthood*. *Childhood* adalah masa anak yang dimulai dari masa kandungan, kemudian dilahirkan, bayi, kanak-kanak, hingga anak sekolah. *Maturity* adalah masa dimana anak akan mengalami kematangan sebelum masa dewasa, hal itu dapat mempengaruhi fungsi kejiwaan. *Adulthood* adalah masa mencapai dewasa. Sedangkan menurut perspektif Islam, perkembangan dibagi menjadi beberapa aspek yaitu *ash shobiy* atau *at-tafl*, *mumayyiz*, *murabiq*, dan *baligh*. *Ash shobiy* atau *at-tafl* adalah masa anak kecil, *mumayyiz* adalah masa dimana anak mampu membedakan sesuatu, *murabiq* adalah masa menjelang *baligh*, dan *baligh* adalah masa dimana anak mampu diberi beban hukum yaitu mimpi basah (ihtilam) untuk laki-laki, dan haid (menstruasi) untuk perempuan.²⁴ Berdasarkan hal disamping, bisa disimpulkan baik dari perspektif psikologi maupun Islam, keduanya sama-sama mengarah pada perkembangan anak dari kandungan hingga masa menuju dewasa.

1) Perkembangan fisik motorik

Perkembangan fisik motorik ini suatu proses kematangan sistem gerak dan persyarafan yang langsung melibatkan otot sesuai dengan masanya. Seperti gerak tidak sempurna (duduk, merangkak, berdiri), gerak dasar (lokomotor, non lokomotor, manipulatif), gerak khusus (olahraga, senam), dan gerak spesialisasi (rekreasi atau kompetitif). Faktor yang mempengaruhi adalah genetic, pasca lahir tidak

²³ Putri Hana Pebriana. "Analisis Penggunaan Gadget Terhadap Kemampuan Interaksi Sosial Pada anak Usia dini". Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, Vol. 1, No. 1, Tahun 2017, 4.

²⁴ Moh Faishol Khusni. "Fase Perkembangan Anak dan Pola Pembinaannya dalam Perspektif Islam". Martabat : Jurnal Perempuan dan Anak, Vol. 2, No. 2, Desember 2018, 363-365.

mengalami hambatan, gizi anak, kesehatan, IQ tinggi, rangsangan, kelahiran premature, dan cacat fisik.²⁵

2) Perkembangan bahasa

Bahasa merupakan segala bentuk yang berhubungan dengan komunikasi yang didalamnya pikiran dan perasaan disimbolkan untuk menyampaikan sesuatu kepada orang lain. Bahasa juga dapat disampaikan melalui tulisan, gesture tubuh. Biasanya digunakan oleh anak dalam berinteraksi dan beradaptasi dengan lingkungan untuk bertukar pikiran dan emosi.²⁶

3) Perkembangan sosial

Perkembangan sosial adalah suatu perolehan kematangan dalam lingkup sosial. Biasanya perkembangan ini sebagai proses menyesuaikan diri terhadap lingkungan dari norma, kelompok, moral, tradisi, kesatuan dan bekerja sama. Proses perkembangan ini dengan belajar berperilaku agar dapat diterima oleh lingkungan, belajar memainkan peran sosial, dan perkembangan proses sosial untuk bersosialisasi dengan baik.²⁷

4) Perkembangan emosional

Emosi ialah keadaan perasaan yang kompleks disertai dengan varian afektif pada tingkat lemah ataupun tingkat kuat (mendalam). Perkembangan emosional pada anak dicirikan sebagai berikut : bersifat sementara dan lekas membaik seperti marah berubah senyum, reaksi yang kuat terhadap situasi, sering timbul dan tampak dan sifatnya individual, serta emosi berubah kekuatannya berdasarkan usia.²⁸

²⁵ Endang Rini Sukanti. *Perkembangan Motorik*. (UNY Pres : Yogyakarta), 17-38

²⁶ Erisa Kurniati. "Perkembangan Bahasa Pada Anak dalam Psikologi Serta Implikasinya dalam Pembelajaran". *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, Vo. 17, No.3, Tahun 2017, 48.

²⁷ Musyarofah. "Pengembangan Aspek Sosial Anak Usia Dini di Taman Kanak-kanak ABA IV Mangli Jember Tahun 2016". *Inject : Interdisciplinary Journal Of Communication*, Vol. 2, No. 1, Juni 2017, 100-106.

²⁸ Heleni Fitri. "Perkembangan Emosional Anak Usia Dini Usia 5-6 Tahun ditinjau dari Ibu yang Bekerja". *PAUD Lecture : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, Vol.1, No. 1, Oktober 2017, 34.

5) Perkembangan kognitif

Menurut Jean Piaget, perkembangan kognitif adalah perkembangan cara berpikir seorang individu secara kompleks berubahannya melalui neurologis dan lingkungan. Tahap perkembangannya terbagi menjadi berbagai usia.²⁹

6) Perkembangan spiritual (Agama)

Kondisi dan sikap orang tua memiliki pengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak terutama pada aspek jiwa keagamaannya.

Perkembangan anak dan pertumbuhannya juga membutuhkan dasar-dasar yang mampu mendukung hal tersebut. Berbagai kebutuhan dasar memang harus dipenuhi supaya anak mengalami proses tumbuh kembang secara baik dan optimal, kebutuhan tersebut merupakan kebutuhan fisik, emosi, dan pendidikan. Anak perlu mengonsumsi makanan yang sehat dan bergizi sesuai dengan anjuran kesehatan. Hubungan yang erat dan hangat yang mampu memberikan rasa aman serta percaya diri merupakan dasar penting dalam perkembangan selanjutnya. Kebutuhan dasar lainnya adalah kebutuhan stimulasi (pendidikan), sebab pendidikan akan membangun anak dalam berinteraksi, berpikir, berbahasa, hingga mandiri.³⁰

Peran ibu dalam memenuhi kebutuhan dasar seorang anak juga berpengaruh dalam tumbuh kembang anak. Ibu memberikan pola asuh dan pendampingan pada anak sesuai dengan yang dibutuhkan. Kasih sayang dan perhatian yang diberikan oleh seorang ibu adalah harapan yang dapat ditiru oleh anak. Asih, asuh, asah anak oleh ibu adalah bekal dalam mempersiapkan masa depan anak.³¹ Hal tersebut adalah bentuk usaha orang tua untuk memberikan

²⁹ Leny Marinda. "Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget dan Problematikanya pada Anak Usia Sekolah Dasar". *An-Nisa' : Jurnal Kajian Perempuan dan Keislaman*, Vol. 12, No. 1, April 2020, 120.

³⁰ Dian Haerunisa, dkk. "6 Pemenuhan Kebutuhan Dasar Anak Oleh Panti Sosial Asuhan Anak (PSAA)". *Jurnal Prosding KS : Riset & PKM*, Vol. 2, No. 1, 27.

³¹ Ayu Thabita Agustus Werdiningsih, dan Kili Astarani. "Peran Ibu dalam Pemenuhan Kebutuhan Dasar Anak Terhadap Perkembangan Anak Usia Prasekolah". *Jurnal Stikes*, Vol. 5, No. 1, Juli 2012. 87-88.

apapun sepenuhnya yang dapat mendukung tumbuh kembang anak.

Undang-undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2002 menyatakan bahwa anak memiliki hak untuk mengetahui identitas dirinya. Selain itu juga berhak beribadah, berpikir, dan berepresi serta berhak tahu orang tuanya, siapa yang membesarkan dan mengasuhnya. Juga berhak memperoleh pendidikan dan pengajaran, berhak menyatakan dan didengar pendapatnya, menerima, mencari, dan memberikan informasi.³² Sekarang undang-undang tersebut diperbaharui pada tahun 2014.

Undang-undang Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2014 juga menyatakan tentang perlindungan anak pada pasal 1 (satu) yaitu perlindungan anak adalah segala bentuk kegiatan untuk menjamin dan melindungi anak dan hak-haknya agar dapat hidup, tumbuh, berkembang, dan berpartisipasi secara optimal sesuai dengan harkat dan martabat kemanusiaan, serta mendapatkan perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi.³³ Berdasarkan undang-undang tersebut tentu jelas bahwa tumbuh kembang anak sangatlah penting sehingga dijamin dan dilindungi.

c. Faktor Kedisiplinan

Kedisiplinan terbentuk juga melalui dukungan atau faktor yang mempengaruhi perilaku tersebut. Faktor tersebut berasal dari internal dan eksternal seseorang dimana faktor internal adalah faktor yang muncul dari dalam diri seseorang dan eksternal muncul dari luar diri seseorang. Faktor eksternal berhubungan erat dengan faktor lingkungan yang tentunya mampu mendukung dan menghambat sesuatu sehingga faktor ini juga berperan penting dalam lingkaran kehidupan.³⁴

1) Faktor internal

Faktor ini berasal dari dalam diri sendiri yang mana meliputi motivasi, minat diri sendiri. Ketika seseorang kurang dan bahkan tidak memiliki motivasi

³² UU RI No 23 Tahun 2002 Bab 3 Tentang Hak dan Kewajiban Anak, hlm. 4-5. <https://setkab.go.id>PI...>

³³ Salinan UU RI No 35 Tahun 2014 Tentang Perubahan Atas UU No 23 Tahun 2002 Tentang Perlindungan Anak,.3.

³⁴ Ahmad Pujo Sugiarto, dkk. "Faktor Kedisiplinan Belajar pada siswa Kelas X SMK Larenda Brebes". Jurnal Mimbar Ilmu, Vol. 24, No. 2, 2019, 236.

atau dukungan dari diri sendiri, maka hal tersebut akan memberikan stimulus respon dalam bentuk perilaku malas. Hal ini akan mempengaruhi minat dan keinginannya dalam melakukan suatu aktivitas.

2) Faktor eksternal

Faktor ini berasal dari luar diri sendiri yang berhubungan dengan lingkungan. lingkungan tersebut bisa berasal dari lingkungan keluarga, masyarakat, hingga sekolah. Dukungan dari lingkungan menjadi salah satu faktor penting yang berperan dalam pembentukan perilaku khususnya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga yang terdiri dari orang tua, kakak dan adik. Dukungan dari mereka adalah dukungan yang kuat dalam pembentukan perilaku.

Menurut Dodson menyatakan terdapat lima faktor yang mempengaruhi usaha pembentukan perilaku disiplin anak yaitu.³⁵

1) Latar belakang dan kultur keluarga

Latar belakang dan kultur keluarga ini dilihat dari bagaimana kehidupan di keluarga. Apabila keluarga berada pada lingkungan yang teratur, tertib, menghargai orang lain, serta berperilaku sesuai dengan nilai-nilai norma yang ada. Maka akan menciptakan kebiasaan-kebiasaan yang baik dan akan terbawa dalam kultur keluarga. Sehingga upaya orang tua dalam membimbing dan menanamkan kedisiplinan kepada anaknya akan cukup terbantu.

2) Sikap dan kepribadian orang tua

Sikap dan kepribadian yang dimiliki seseorang berbeda-beda terutama adalah orang tua. Orang tua juga memberikan didikan yang berbeda-beda kepada anaknya. Terdapat dua sikap orang tua dalam mendisiplinkan anak yaitu otoriter dan lembut. Watak otoriter disini dimaksudkan adalah watak yang keras, tanpa memperdulikan omongan orang lain dan selalu menganggap dirinya benar. Sedangkan watak yang lembut biasanya memiliki dengan gaya lemah lembut,

³⁵ 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, No. 3, Desember 2018, 275-276.

memiliki kepedulian dan tidak ingin melukai perasaan orang lain adalah cara permisif dalam mendisiplinkan anak dan menghindarkan adanya hukuman fisik.

3) Latar belakang pendidikan dan ekonomi

Pendidikan dan ekonomi anak dalam hal ini cukup berpengaruh. Status pendidikan dan status ekonomi yang lebih baik akan membantu keluarga berkontribusi dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Pendidikan yang dimiliki orang tua mampu mengarahkan anak ke hal yang baik terutama dalam mendisiplinkan dan ekonomi yang membantu memenuhi apa yang dibutuhkan anak dalam mencapainya.

4) Keharmonisan dan keutuhan keluarga

Keharmonisan dan keutuhan keluarga adalah salah satu yang dibutuhkan anak. Ketidak harmonisan dan ketidak utuhan orang tua akan membawa dampak negatif bagi anak terhadap penanaman perilaku disiplin. Ketidak harmonisan dan ketidak utuhan keluarga misalnya adalah orang tua sering bertengkar, orang tua yang tidak mau berdamai, hingga orang tua yang bercerai. Seorang anak membutuhkan pendampingan dan kasih sayang dari orang tua, selain itu orang tua memiliki fungsi untuk mendidik, membentuk, dan mengembangkan. Ketika orang tua tidak harmonis dan tidak utuh, artinya ketiga fungsi tersebut kurang terlaksana dengan baik. Karena hal itu, anak bisa kehilangan semangat dan menjadi pribadi yang tertutup akibat frustrasi.

5) Gaya pendisiplinan

Semua orang tua tentu menyimpan gaya yang berbeda-beda dalam membimbing anak. Ada orang tua yang memilih mendidik anak dengan keras atau otoriter yang mana cara tersebut adalah cara orang tua yang merasa benar dan akan mengutamakan perturan yang ada, sehingga akan membuat anak menjadi takut dan tertekan. Ada juga orang tua yang cara mendidiknya adalah dengan cara terbuka atau permisif, yang mana cara tersebut orang tua membebaskan apapun yang dilakukan anak asalkan masih berada pada hal-hal yang baik. Ada juga orang tua yang cara mendidiknya dengan cara demokratis. Pola asuh dan didikan ini

adalah orang tua menentukan peraturan dengan mengamati keadaan anak dan kebutuhannya, hal tersebut mampu membuat anak dalam mengontrol dirinya bertindak dan berperilaku.

d. Ciri-ciri Kedisiplinan Anak

Kata disiplin telah dipaparkan dengan cukup jelas diatas. Mendengar kata anak tentu kita sedikit memahami bagaimana perkembangan anak dari tahun ke tahun, sebab kita juga pernah menjadi anak sebelum menjadi orang tua, atau masih menjadi anak dan menikmati kehidupan sesuai dengan perkembangannya. Anak lahir, masuk kemasa dimana ia mulai mampu merangkak, berjalan, berbicara, menirukan yang dilihat, dan naik dengan tingkatan yang berbeda lagi dimana ia mulai mampu mengikuti pembelajaran. Pembelajaran yang dapat mengolah kemampuannya dan menemukan minat bakatnya, dan berjalannya perkembangan tersebut hingga mampu mengelola emosi (perasaan), memecahkan masalah, dan mampu mengambil keputusan. Ciri-ciri disiplin diungkapkan dalam pendapat Atheva yang diantaranya adalah³⁶.

- 1) Tetap dan selalu mematuhi peraturan dan tata tertib yang ada
- 2) Tetap dan selalu mematuhi dan mengerjakan tugas serta kewajiban yang diterima
- 3) Hidupnya tersusun rapi, tertata, dan teratur
- 4) Tidak menunda waktu ketika melaksanakan suatu kegiatan dan pekerjaan.

e. Metode Mendisiplinkan Anak

Kedisiplinan anak ialah salah satu hal yang fundamental untuk dipraktikkan dalam kehidupan sehari-harinya. Keluarga mampu mendukungnya dengan memberikan stimulus baik agar anak mampu merespon dan meresap dengan baik. Keluarga terbentuk dengan adanya ayah, ibu, dan anak. Orang tua merupakan sekolah pertama untuk anaknya, oleh sebab itu segala tindakan dan tingkah laku orang tua dalam memberikan pola asuh direkam oleh anaknya, sehingga orang tua sudah sepantasnya

³⁶ Monawati, dkk. "Hubungan Kedisiplinan Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas V di SD Negeri 10 Banda Aceh". Jurnal Ilmiah Prodi PGSD, Vol. 1, No. 1, Agustus 2016, 24.

memberikan contoh dan gambaran baik untuk perkembangan dan kebaikan anaknya. Pola asuh orang tua yang diberikan kepada anak juga bervariasi dari gaya keras, lembut, hingga tegas.³⁷ Orang tua perlu mengajarkan anak agar disiplin dengan menanamkan kedisiplinan di kehidupan anak sehari-hari, adapun hal-hal yang dilakukan oleh orang tua yaitu.³⁸

1) Ketegasan orang tua

Orang tua perlu bersikap tegas terhadap apa yang dilakukan anak, dan tidak bersikap otoriter atau karena memiliki kuasa dan wewenang dalam lingkungan keluarga sehingga memutuskan suatu hal sesuka kemauan sendiri.

2) Pemberian hadiah dan hukuman (*Punishment*)

Hadiah dan hukuman berhubungan erat dalam membangun perilaku. Hadiah diberikan kepada anak agar termotivasi untuk selalu melakukan hal-hal yang baik dan bermanfaat untuk dirinya sendiri. Sedangkan hukuman diberikan kepada anak untuk memberikan pengertian bahwa yang dilakukan adalah salah, sehingga hukuman berperan agar tidak mengulangi hal yang sama yang dapat menyusahkan dirinya sendiri. Pemberian hukuman merupakan bentuk pencegahan perilaku kurang baik dalam arak kedisiplinan, dan hal itu dapat melalui tata tertib, larangan, teguran, peringatan, kemudian hukuman.³⁹

3) Membuka ruang diskusi

Anak memiliki perasaan yang perlu untuk diungkapkan salah satunya dalam bentuk penolakan terhadap keputusan orang tua sebagai tanda keberatan. Orang tua memberikan ruang kepada anaknya untuk mengungkapkan pendapatnya adalah langkah perkembangan komunikasi dan interaksi, sehingga

³⁷ Muthmainnah. "Peran Orang Tua dalam Menumbuhkan Pribadi Anak yang Androgynius Melalui Kehidupan Bermain". *Jurnal Pendidikan Anak*, Vol. 1, Edisi 1, juni 2012, 107.

³⁸ Neli Amelia Guntur, dkk... Vol. 5, No. 1, Maret 2018, 146

³⁹ Akmaluddin, dan Boy Haqqi. "Kedisiplinan Belajar Siswa di Sekolah Dasar (SD) Negeri Cot Keu Eung Kabupaten Aceh Besar (Studi Kasus)". *Journal of Education Science*, Vol. 5, No. 2, Oktober 2019, 7-8

akan membantu anak agar berani mengungkapkan pendapatnya terhadap sesuatu.

4) Menjadi teladan

Orang tua adalah sekolah pertama bagi anaknya. Guru pertama bagi anak adalah orang tua. Artinya, apapun bentuk sikap dan tindakan orang tua, dilihat melalui mata kemudian anak akan meniru apa yang dilihatnya selama ini. Oleh sebab itu, orang tua sebaiknya memberikan sikap dan contoh yang baik untuk diteladani anak.

Mendisiplinkan anak tentu membutuhkan banyak usaha salah satunya dari dasar-dasar menanamkan kedisiplinan yaitu.⁴⁰

- 1) Menentukan perilaku yang ingin dirubah, contoh kecilnya adalah perilaku disiplin bagian kerapian. Orang tua sebaiknya menjelaskan bahwa perilaku tersebut penerapannya seperti apa, sehingga tidak hanya mengatakan untuk menjadi rapi.
- 2) Mengatakan dengan jelas dan tepat terhadap apa yang diharapkan, contohnya adalah ketika anak mengharapkan sesuatu dengan berbagai cara yang ditunjukkan anak, sehingga orang tua sebaiknya memberikan pengertian dan menunjukkan bagaimana cara yang baik ketika meminta.
- 3) Memberikan pujian apabila anak telah melaksanakan perintah, cara ini cukup membantu dan mendukung dalam menanamkan disiplin, sehingga orang tua sebaiknya memusatkan pujiannya pada perilaku anak. Sebab perilaku tersebut yang akan dikendalikan.
- 4) Tetap memuji terhadap perilaku baru yang membutuhkan pujian, pujian sudah seharusnya tetap diberikan kepada anak untuk memotivasi anak mengulangi cara dengan benar dan tepat dalam melakukan suatu hal.
- 5) Menghindari adu kekuatan dengan anak, hal ini dimaksudkan adalah pertentangan antara orang

⁴⁰ Rose Mini. *Disiplin Pada Anak (Seri Bacaan Orang Tua)*. Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini, (Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini Nonformal dan Informal, Kementerian Pendidikan Nasional Tahun 2011), 9-11.

tua dengan anak, misalnya orang tua menginginkan seperti ini, namun anak menolak. Sehingga orang tua mampu menggunakan teknik mengalahkannya yaitu sesuai apa yang lebih utama dan lebih penting pada waktu itu.

- 6) Melakukan pengawasan, hal ini dimaksudkan bukan berarti orang tua secara 24 jam atau selalu menemani anaknya. Orang tua melakukan pengawasan sesuai kondisi anak. Misalnya anak sedang bermain, sehingga orang tua dapat mengawasinya dengan memantau dari kejauhan waktu yang baik untuk anaknya.
- 7) Tidak mengingatkan pada perbuatan anak di masa lalu, jangan mengingatkan anak pada perbuatan atau perilaku salah anak dimasa lalu, sebab hal itu hanya akan menciptakan kemarahan anak sehingga hanya akan melatih untuk membuat salah langkah yang baru.

Sedangkan metode dalam mendisiplinkan anak yaitu.⁴¹

- 1) Tenang

Perihal ini setiap melakukan sudah semestinya dengantenang dan tidak cemas. Contohnya ketika mendisiplinkan anak, ketika orang tua mendisiplinkan dengan keadaan cemas, besar kemungkinan pesan yang disampaikan orang tua menjadi tidak jelas diterima oleh anak. Begitupun sebaliknya, ketika orang tua mendisiplinkan anak dengan rasa tenang, besar kemungkinan anak akan mampu menerima pesan orang tua dengan baik dan jelas.

- 2) Percaya pada intuisi

Perilaku, karakter, sifat seorang anak yang lebih paham adalah orang tua, sebab orang tua yang lebih mengenal anaknya. Hal ini akan memudahkan pendisiplinan kepada anak, oleh sebab itu tingkatkan kepercayaan bahwa orang tua mampu.

⁴¹ Rose Mini. *Disiplin Pada Anak (Seri Bacaan Orang Tua)*..., 12-16.

3) Pemilihan waktu

Waktu pendisiplinan sudah tentu harus disesuaikan waktu yang tepat. Penetapan waktu yang benar tanpa mengundur waktu dapat membuat anak mampu menyerap dan memahami apa yang harus dilakukan yang diminta oleh orang tua kepada anaknya.

4) Percaya kepada kemampuan yang dimiliki orang tua

Keyakinan orang tua terhadap kemampuannya sendiri dalam mendisiplinkan anak tentu akan membantunya agar tidak mudah putus asa. Sudah sebaiknya orang tua percaya terhadap kemampuan yang dimilikinya dan tidak mudah frustrasi ataupun terpancing dengan perilaku anak tetap fokus dan percaya.

5) Percaya pada kemampuan anak

Ketika kemampuan anak dipercaya dapat mendisiplinkan diri anak, akan membuat anak juga percaya bahwa dia dapat mengatasinya. Bila sekali atau dua kali mengalami kegagalan buka berarti anak tidak dapat disiplin melainkan hal itu sebuah proses perubahan anak karena anak akan selalu belajar dan berusaha untuk disiplin.

Pengembangan kedisiplinan anak dilakukan melalui berbagai strategi. Strategi tersebut melalui langkah-langkah pembiasaan, contoh dan teladan, penyadaran, dan pengontrolan.⁴² Pertama, adalah langkah pembiasaan anak dengan membiasakan anak dalam melakukan sesuatu dengan baik, tertib serta teratur misalnya belajar dirumah sesuai waktu, bermain secukupnya, dan membuang sampah pada tempatnya. Kedua adalah teladan, uswatun hasanah sebab anak mengikuti apa yang mereka lihat. Ketiga adalah penyadaran, dengan memberikan penjelasan dan alasan logis terhadap apa yang harus dilakukan anak agar dapat diterima dan menumbuhkan kesadaran untuk selalu melakukan hal yang baik dan menjauhi larangan Allah SWT. Keempat adalah pengontrolan, sebab sesuatu aktivitas dan kegiatan ada kalanya naik turun. Naik turunnya minat

⁴² Ahmad Manshur. "Strategi Pengembangan Kedisiplinan Siswa". Al Ulya : Jurnal Pendidikan Islam, Vol. 4, No. 1, Januari – Juni 2019, 19.

dipengaruhi oleh situasi tertentu, oleh sebab itu perlu adanya pengawasan dan pengontrolan agar anak mampu konsisten kepada perilaku yang baik.

3. Efektifitas *Self Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar

Seorang konselor ketika akan membantu konselinya dalam pemecahan suatu masalah yang dihadapi oleh konseli, tentu akan memikirkan dari berbagai sisi untuk menentukan metode, teknik, dan penerapannya dalam perjalanan dan proses selama konseling berlangsung. Hal tersebut tentu tidak mudah, memerlukan pengamatan dan pemahaman bagaimana karakter konseli, dan apa yang dibutuhkan konseli tersebut. Konselor adalah seorang tenaga profesional yang mempunyai ilmu dan keahlian serta kompetensi dalam bidang pelayanan bimbingan konseling. Layanan bimbingan konseling itu sendiri merupakan layanan memberikan bantuan oleh konselor kepada seorang konseli secara sukarela dari semua kalangan dan status seseorang yang prosesnya terencana, terarah, dan sistematis yang tujuannya agar individu mampu mengembangkan dirinya dan mampu memandirikan dirinya sendiri untuk menghadapi masalah.⁴³ Pelayanan bimbingan konseling dihadiri oleh konseli, dimana konseli adalah seorang yang membutuhkan bantuan untuk permasalahan yang dihadapi kepada konselor.⁴⁴ Artinya, dalam proses bimbingan konseling terdapat dua komponen yaitu konselor dan konseli. Konselor sebagai seorang ahli yang membantu dan mengarahkan konseli untuk memecahkan masalah konseli.

Penggunaan metode, teknik, hingga penerapannya membutuhkan proses dan tahapan yang cukup panjang. Metode, teknik, dan penerapan apakah sesuai dengan apa yang dibutuhkan konseli. Apakah hal itu apabila diterapkan pada saat proses pemberian layanan bimbingan konseling sudah efektif atau sebaliknya untuk pribadi konseli. Keefektifan suatu teknik yang digunakan dalam proses bimbingan konseling membawa manfaat bagi kedua belah pihak yaitu konselor dan konseli.

⁴³ Rifda El Fiah. "Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling". Penerbit Idea Press Yogyakarta : Yogyakarta, 2015. 2-3

⁴⁴ Riem Malini Pane. "Kompetensi Kepribadian Konselor dalam Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam". Hikmah : Jurnal Ilmu Dakwah dan Komunikasi Islam, Vol. 10, No. 2, Tahun 2016, 2.

Kata efektifitas muncul dari kata dasar yaitu efektif yang memiliki makna efek, akibat, dan pengaruh atau bisa membawa hasil. Secara istilahnya, efektifitas ialah seberapa baik input yang dilakukan dan sejauh mana seseorang mewujudkan output sesuai yang dikendaki. Maksudnya berarti jika sesuatu kegiatan dan aktivitas bisa diselesaikan dengan planning yang baik segi waktu, biaya, dan mutu, maka hal itu bisa dikatakan efektif. Efektifitas memiliki beberapa indikator, hal itu diungkapkan oleh Makmur yang antara lain.⁴⁵

1) Ketepatan waktu

Penentu kesuksesan dan kegagalan suatu kegiatan juga dilihat dari waktu. Apabila penerapan waktu secara benar, maka akan mewujudkan efektifitas perolehan tujuan sesuai harapan.

2) Ketepatan perhitungan biaya

Tidak mengalami kekurangan dan kelebihan dalam pengelolaan suatu kegiatan sehingga mampu terlaksana dan terselesaikan dengan baik merupakan bagian dari efektifitas.

3) Ketepatan penentuan pilihan

Memilih sesuatu bukan hal yang mudah, sehingga ketika menentukan pilihan membutuhkan proses agar dapat menemukan keputusan yang tepat dan terbaik.

4) Ketepatan berpikir

Untuk mencapai hasil yang maksimal, ketetapan berpikir akan menciptakan keefektifan dengan bentuk kerjasama.

5) Ketepatan melaksanakan perintah

Kelompok mencapai keberhasilan karena adanya pengaruh besar dari kemampuan pemimpinnya. Kemampuan pemimpin salah satunya adalah memberikan perintah kepada anggotanya. Perintah yang dapat dan dapat dipahami dengan mudah oleh anggotanya akan mencapai keberhasilan, namun juga sebaliknya yaitu jika anggotanya tidak mampu memahami dan mengerti apa yang diperintahkan oleh pemimpinnya maka besar kemungkinan akan mengalami kegagalan.

⁴⁵ Gary Jonathan Mingkid, dkk. "Efektivitas Penggunaan Dana Desa dalam Peningkatan Pembangunan (Suatu Studi di Desa Watutumou Dua Kecamatan Kalawat Kabupaten Minahasa Utara)". *Eksekutif : Jurnal Jurusan Ilmu Pemerintahan*, Vol. 2, No. 2, Tahun 2017, 3-4.

- 6) Kecermatan menentukan tujuan
Tujuan menjadi penunjang efektifitas pelaksanaan suatu kegiatan sebab adanya terlaksana sebuah kegiatan karena adanya sebab dan tujuan.
- 7) Kecermatan sasaran
Menentukan sasaran yang tepat baik secara individu ataupun kelompok sangat menentukan keberhasilan, namun sebaliknya jika sasaran yang ditetapkan kurang tepat akan menghambat pelaksanaan kegiatan.

Menurut James L Gibson dkk mengungkapkan pendapatnya tentang efektifitas yaitu perolehan sasaran dari usaha dan upaya yang dilakukan bersama. Selain itu, dalam keefektifan memiliki tiga sudut pandang yaitu keefektifan individu, kelompok, dan organisasi.⁴⁶ 1) keefektifan individu, penekanannya berada pada pelaksanaan tugas dan tanggungjawab individu yang mana keberhasilannya berhubungan dengan kerja dalam kelompok. 2) keefektifan kelompok, penekanannya berada pada kinerja yang diberikan kelompok, yang mana segala tugas kelompok dilakukan secara bersama bukan perseorangan. 3) keefektifan organisasi yang pada dasarnya adalah hasil dari efektifitas individu dan kelompok, dimana jumlahnya lebih tinggi sehingga mampu memperoleh tingkat prestasi yang lebih tinggi.

Berdasarkan uraian-uraian diatas, dapat diambil kesimpulan terkait efektifitas *self management* anak adalah pemberian kegiatan kepada anak melalui perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, dan pengontrolan. Kegiatan tersebut merupakan upaya merubah atau meniadakan perilaku yang kurang baik dari anak menjadi baik. Melalui perencanaan hingga pengontrolan dapat dikatakan upaya yang efektif jika mencapai output yang baik dari input yang diharapkan.

⁴⁶ Dipta Kharisma dan Tri Yuniningsih. "Efektivitas Organisasi dalam Penyelenggaraan Pelayanan Tanda Daftar Usaha Pariwisata (TDUP) Dinas Kebudayaan dan Pariwisata Kota Semarang". *Journal Of Policy And Management Review*, Vol 6, No. 2, Tahun 2017.

B. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu adalah referensi lampau yang nantinya menjadi bahan perbandingan dari penelitian yang akan dilaksanakan oleh peneliti.⁴⁷

1. Penelitian yang diteliti oleh Reza Febrianti dengan judul Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas XI Administrasi Perkantoran Bandara di SMK Penerbangan Raden Intan Bandar Lampung. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis eksperimen desain pre eksperimental yaitu bentuk one-group pretest-posttest. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini variabel independen konseling kelompok dengan teknik *self management* dan variabel dependen disiplin belajar peserta didik. Populasi yang diambil oleh penelitian ini yaitu peserta didik kelas XI APB SMK Penerbangan Raden Intan Bandar Lampung, dengan 18 sampel peserta didik yaitu 10 putra dan 8 putri serta pengampiran sampel dilakukan secara acak (random sampling). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan dokumentasi dan kuesioner yang dilakukan melalui pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *self management* sebanyak 4 (empat) kali pertemuan. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa penggunaan konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif digunakan dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas XI Administrasi Perkantoran Bandara SMK Penerbangan Raden Intan Bandar Lampung dengan melihat dari hasil angka. Persamaan dari penelitian yang akan diteliti adalah terdapat pada variabel, sub jek, dan metode penelitian yang digunakan. Sedangkan perbedaannya terdapat pada populasi dan sampel yaitu peserta didik kelas XI sedangkan penelitian yang akan diteliti oleh peneliti mengambil populasi dan sampel usia anak-anak dari 7 tahun hingga 12 tahun.
2. Penelitian Siti Nabila dengan judul Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Management* Untuk Mengatasi Perilaku Agresif Siswa di SMA N 2 Tapung Hilir. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan rancangan pre-eksperimen yaitu one group pre-test post-test design. Penelitian ini tidak menggunakan kelas kontrol yang

⁴⁷ Harys. *Penelitian Terdahulu*. JOPGlass, 17 Juni 2020. <http://www.jopglass.co/penelitian/terdahulu/>

artinya hanya memberi perlakuan pada kelas eksperimen. Populasi dan sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMA N 2 Tapung Hilir Kabupaten Kampar dengan jumlah 204 siswa. Sampelnya sejumlah 10 orang dengan pertimbangan sesuai tujuan penelitian (*purposive sampling*). Teknik pengumpulan data yaitu menggunakan teknik wawancara, observasi, dan kuesioner (soal-soal pre test dan post test). Hasil penelitian menunjukkan penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* untuk mengatasi perilaku agresif siswa di SMA N 2 Tapung Hilir sebelum diberikan pelayanan tersebut dapat dikategorikan tinggi dan setelah diberikan layanan mengalami penurunan perilaku agresif sehingga penelitian ini efektif mengatasi perilaku agresif siswa SMA N 2 Tapung Hilir. Persamaan dari penelitian yang akan diteliti adalah subjek penelitian sama-sama mencari efektivitas dengan teknik *self management*, dan dua variabel serta metode penelitian. Sedangkan perbedaannya adalah populasi dan sampel adalah peserta didik SMA sedangkan penelitian yang akan diteliti oleh peneliti mengambil populasi dan sampel usia anak-anak Sekolah Dasar (SD) dari 7 tahun hingga 12 tahun, dan variabel berbeda di variabel terikat. Penelitian ini variabel terikatnya adalah perilaku agresif, sedangkan penelitian yang akan diteliti menggunakan variabel yaitu kedisiplinan, serta Tujuan penelitian ini adalah untuk mengatasi perilaku agresif, sedangkan penelitian yang akan diteliti bertujuan untuk meningkatkan kedisiplinan dan objek penelitian adalah SMA N 2 Tapung Hilir, sedangkan objek yang akan diteliti adalah Desa Tugu Lor Kabupaten Demak.

3. Penelitian oleh Angraini Dina Aisya dengan judul Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Management* dalam Meningkatkan Konsep Diri Positif (Penelitian pada Siswa Kelas XI IPA 1 SMA Muhammadiyah 1 Kota Magelang yang Memiliki Konsep Diri Negatif). Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif eksperimen (hanya kelompok studi tanpa menggunakan kelompok kontrol) dan pengambilan responden tidak secara acak. Penelitian ini menggunakan jenis one group pre test post test design. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel independen dan dependen, dimana independennya terletak pada konsep diri positif. Populasi penelitian ini adalah 19 siswa kelas XI IPA 1 SMA Muhammadiyah 1 Kota Magelang dengan sampelnya diambil sebanyak 8 siswa yang mempunyai konsep diri sedang dan

rendah. Pengumpulan data penelitian ini melalui angket. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* efektif mampu meningkatkan konsep diri positif siswa kelas XI IPA 1 SMA Muhammadiyah 1 Kota Magelang T. A. 2019/2020 dibuktikan dengan adanya perbedaan peningkatan pada hasil pre test dan post test. Persamaan dari penelitian yang akan diteliti adalah Subyek penelitian sama-sama mencari efektivitas dengan teknik *self management*, menggunakan dua variabel yaitu independen dan dependen, sama-sama meningkatkan perilaku positif, dan menggunakan metode penelitian kuantitatif jenis eksperimen. Sedangkan perbedaannya adalah variabel yang digunakan berbeda dibagian variabel terikat, dimana penelitian ini menggunakan variabel dependen yaitu konsep diri, sedangkan penelitian yang akan diteliti adalah kedisiplinan, tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan konsep diri, sedangkan penelitian yang akan diteliti bertujuan untuk meningkatkan kedisiplinan. Populasi dan sampel adalah peserta didik SMA yang usianya adalah usia remaja, sedangkan penelitian yang akan diteliti oleh peneliti mengambil populasi dan sampel usia anak-anak Sekolah Dasar (SD) dari 7 tahun hingga 12 tahun dan objek penelitian adalah SMA Muhammadiyah 1 Kota Magelang, sedangkan objek yang akan diteliti adalah Desa Tugu Lor Kabupaten Demak.

4. Penelitian oleh Arung Kunto Kanigoro dengan judul Keefektifan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management* Untuk Menurunkan Tingkat *Nomophobia* pada Siswa Kelas XI IPS di SMA N Banyumas. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif eksperimen dengan design one group pre test post test untuk mengukur tingkat *nomophobia* pada siswa. Pemberian perlakuan melalui konseling kelompok teknik *self management* sebanyak 6 kali layanan. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas XI IPS SMA N 1 Banyumas. Pengambilan sampelnya diambil sejumlah 8 siswa dilihat dari tingkat *nomophobia* tinggi. Variabel bebas digunakan dalam penelitian ini yaitu layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* dan variabel terikat digunakan dalam penelitian ini adalah tingkat *nomophobia*. Pengumpulan data melalui angket. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya perubahan positif yaitu penurunan *nomophobia* siswa kelas XI IPS SMA N 1 Banyumas T. A. 2019/2020 setelah mendapatkan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* dan membuktikan bahwa

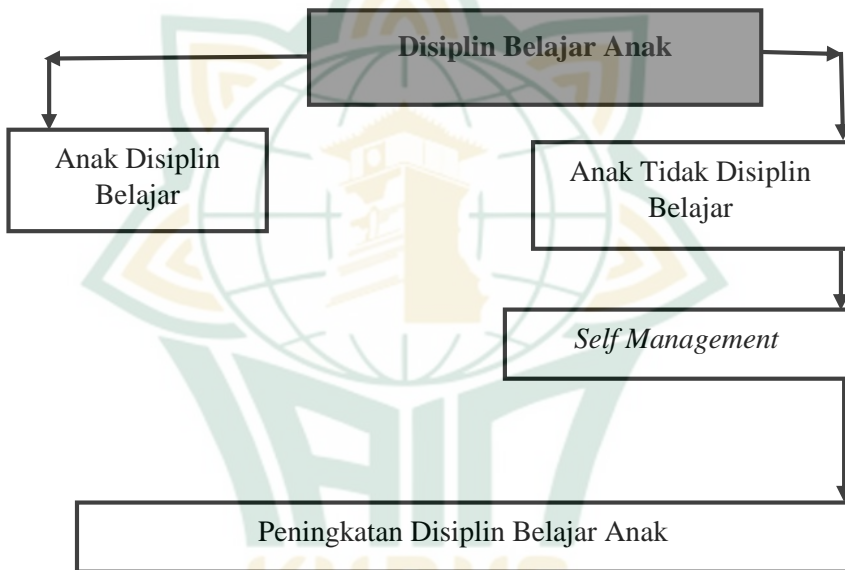
layanan tersebut efektif diterapkan untuk menurunkan tingkat *nomophobia* siswa kelas XI IPS SMA N Banyumas. Persamaan dari penelitian yang akan diteliti adalah Subyek penelitian sama-sama mencari efektivitas dengan teknik *self management*. Menggunakan dua variabel dan metode penelitian kuantitatif jenis eksperimen. Sedangkan perbedaannya adalah Tujuan penelitian ini adalah untuk menurunkan tingkat *nomophobia*, sedangkan penelitian yang akan diteliti bertujuan untuk meningkatkan kedisiplinan. Variabel yang digunakan berbeda dibagian variabel terikat, dimana penelitian ini menggunakan variabel dependen yaitu *nomophobia*, sedangkan penelitian yang akan diteliti adalah kedisiplinan. Populasi dan sampel adalah peserta didik SMA yang usianya adalah usia remaja, sedangkan penelitian yang akan diteliti oleh peneliti mengambil populasi dan sampel usia anak-anak Sekolah Dasar (SD) dari 7 tahun hingga 12 tahun. Objek penelitian adalah SMA N Banyumas, sedangkan objek yang akan diteliti adalah Desa Tugu Lor Kabupaten Demak.

5. Penelitian Heni Febrianti dengan judul Efektivitas Konseling Behavior dengan Teknik *Self Management* dalam Mengurangi Perilaku Membolos pada Peserta Didik Kelas VII di SMP N 13 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif eksperimen dengan metode per test post test design yaitu pengukuran 2 (dua) kali sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Variabel independen penelitian ini adalah konseling behavioral dengan teknik *self management*. Sedangkan dependennya adalah perilaku membolos. Penelitian ini mengambil populasi sekaligus dijadikan sampel sebanyak 6 peserta didik dengan teknik *purposive sampling* yang berdasarkan tujuan penelitian. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner, wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian ini memperoleh pengurangan perilaku membolos melalui penyebaran instrumen yang diuji cobalah untuk mendapatkan keefektivan. Persamaan dari penelitian yang akan diteliti adalah Subyek penelitian sama-sama mencari efektivitas dengan teknik *self management*. Menggunakan metode penelitian kuantitatif jenis eksperimen. Menggunakan dua variabel yaitu independen dan dependen. Sedangkan perbedaannya adalah variabel yang digunakan berbeda dibagian variabel terikat yaitu perilaku membolos, sedangkan penelitian yang akan diteliti adalah kedisiplinan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengurangi perilaku

membolos, sedangkan penelitian yang akan diteliti bertujuan untuk meningkatkan kedisiplinan. Populasi dan sampel adalah peserta didik SMP yang usianya adalah usia remaja, sedangkan penelitian yang akan diteliti oleh peneliti mengambil populasi dan sampel usia anak-anak Sekolah Dasar (SD) dari 7 tahun hingga 12 tahun.

C. Kerangka Berpikir

Bagan 2.1
Kerangka Berpikir



D. Hipotesis

Menurut Abdullah, hipotesis ialah jawaban atau alternative atau juga dugaan sementara yang akan diuji keaslian dan kebenarannya melalui sebuah penelitian. Hipotesis disusun sesuai pemahaman proses yang khususnya perihal teori ataupun sebuah kasus yang menjadi obyek penelitian. Hipotesis memerlukan penalaran teori baku, penelitian yang empiris, hingga hasil dari penelitian lapangan yang ditulis secara singkat dengan bahasa yang sederhana dan singkat.⁴⁸ Berikut hipotesis penelitian ini adalah.

⁴⁸ Jim Hoy Yam, dan Ruhiyat Taufik. "Hipotesis Penelitian Kuantitatif". Perspektif : Jurnal Ilmu Administrasi, Vol. 3, No. 2, 2021, 97-98.

Ha : Tidak ada peningkatan kedisiplinan anak belajar dirumah dengan diberikan teknik *self management*

Ho : Ada peningkatan kedisiplinan anak belajar dirumah dengan diberikan teknik *self management*

