EFEKTIVITAS TEKNIK SELF-MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 2 BANDUNG TAHUN PELAJARAN 2014/2015

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai Syarat Guna

Memperoleh GelarSarjana Pendidikan (S.Pd.)

Program Studi Bimbingan dan Konseling

OLEH :

ENY AWALIN
NPM : 12.1.01.01.0327 P

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)

UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA

UNP KEDIRI

2015

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

ATAS NAMA :

ENY AWALIN
NPM:12.1.01.01.0327 P

DENGAN JUDUL :

EFEKTIVITAS TEKNIK SELF-MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 2 BANDUNG TAHUN PELAJARAN 2014/2015

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk diajukan kepada :

Panitia ujian jurusan Bimbingan dan Konseling,

Universitas Nusantara PGRI Kediri

Tanggal : _____

Pembimbing I,	Pembimbing II,
Dr. Atrup, M. Pd, M.M	**Drs. Setya Adi Sancaya, M. Pd**

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

ATAS NAMA :

ENY AWALIN
NPM : 12.1.01.01.0327 P

DENGAN JUDUL :

EFEKTIVITAS TEKNIK SELF-MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 2 BANDUNG TAHUN PELAJARAN 2014/2015

Telah dipertahankan di depan Panitia Penguji

Pada tanggal : …….....

dan dinyatakan telah memenuhi persyaratan

Panitia Penguji :		Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd	
2. Penguji I	: Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd	
3. Penguji II	: Dr. Atrup, M. Pd, M.M	

Mengetahui,
Dekan FKIP

UNIVERSITAS NUSANTARA FKIP PGRI KEDIRI

Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd

iii

EFEKTIVITAS TEKNIK SELF-MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 2 BANDUNG TAHUN PELAJARAN 2014/2015

ENY AWALIN
NPM : 12.1.01.01.0327 P
Enyawalinunp@yahoo.com
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan - Program Studi Bimbingan dan Konseling
Dr. Atrup M.Pd MM dan Drs. Setya Adi Sancaya M.Pd
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ENY AWALIN, EFEKTIVITAS TEKNIK SELF-MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 2 BANDUNG TAHUN PELAJARAN 2014/2015, Skripsi, Program Studi Bimbingan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nusantara PGRI Kediri. 2015

Self management merupakan salah satu teknik dalam kognitif perilaku yang memiliki asumsi bersifat deterministik tentang sifat dasar manusia, yakni manusia dipandang sebagai produk dari pengkondisian lingkungan. kedisiplinan siswa dapat dilihat dari ketaatan (kepatuhan) siswa terhadap aturan (tata tertib) yang berkaitan dengan jam belajar di sekolah, yang meliputi jam masuk sekolah dan keluar sekolah, kepatuhan siswa dalam berpakaian, kepatuhan siswa dalam mengikuti kegiatan sekolah, dan lain sebagainya.

Variabel dalam penelitian ini yaitu Teknik self-management sebagai variabel bebas dan Meningkatkan kedisiplinan sebagai variabel terikat. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantiatif, yang menjadi populasi adalah kelas VIII SMP Negeri 2 Bandung tahun pelajaran 2014/2015. Sampel yang digunakan adalah random sampling yaitu 60 dari populasi yang berjumlah 300 siswa. Instrument penelitian ini adalah angket. Metode pengumpulan data denganuji statistik dengan menggunakan rumus korelasi Product Moment.

Hasilpenelitian ditemukan bahwa teknik self-management efektif untuk meningkatkan kedisiplinan yang ditunjukkan dari hasil $r_{hitung}0,7639>r_{tabel}0,254$ dengantaraf kepercayaan 95%, H_a diterima.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa teknik self-management efektif untuk meningkatkan kedisiplinan siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Bandung Tahun Pelajaran 2014/2015.

Kata kunci: Teknik self-management ,Meningkatkan kedisiplinan

I. LATAR BELAKANG

Pendidikan pada dasarnya adalah usaha sadar untuk menumbuh kembangkan potensi sumber daya manusia peserta didik dengan cara mendorong dan memfasilitasi kegiatan belajar mereka. Secara detail, dalam Undang-Undang Dasar RI Nomor 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan didefinisikan sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses belajar agar peserta didik secara aktif dapat mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Lembaga pendidikan merupakan lembaga yang bertanggung jawab dan berkompetensi penuh atas proses pendidikan. Lembaga pendidikan wajib menyediakan berbagai fasilitas dan memenuhi berbagai kebutuhan peserta didiknya dalam upaya mencapai tujuan pendidikan.

Dalam psikologi perkembangan, jika ditinjau dari periode perkembangannya, Remaja Sekolah Menengah Pertama (SMP) berada dalam periode adolensi atau sering disebut masa remaja. Masa remaja (*Adolescence*) merupakan masa dalam rentangan usia sebelas tahun sampai dua puluhan awal di mana melingkupi periode atau masa pertumbuhan seseorang dalam masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa (Mappiare, 1982: 35).

Siswa sebagai makhluk individu dan sosial tidak dapat dipisahkan, bersifatunik dan dinamis dalam kehidupan sehari-hari, memiliki perbedaan antara siswa satu dengan lain,memiliki potensi untuk tumbuh dan berkembang sesuai situasidan kondisi serta pengalaman belajar yang diperolehnya, mempunyai tujuan belajar dan ingin mencapai hasil belajar yang maksimal, mempunyai keterbatasan diri sehingga perlu memperoleh bantuan.

Dalam kehidupan sehari-hari, seringkali kitamendengar tentang bullying. Banyak tayangan di media masa yang menayangkan kasus tentang bulying di sekolah. Bullying adalah sebuah situasi di mana terjadinya penyalahgunaan kekuatan/ kekuasaan yang dilakukan oleh seseorang /sekelompok. Pihak yang kuat di sinitidak hanya berarti kuat secara fisik, tapi bisa juga kuat secara mental. Pada intinya jika tindakan seseorang membuat orang lain merasa terintimidasi maka perilaku bullying telah terjadi, namun bila tidak maka tindakan tersebut belum dikatakan bullying.

Pada tahun 2005, FifiKusrini (13) siswiSMP Negeri Bantar Gerbang dan pada tahun 2006 Linda Utami(15) siswi kelas2 SLTPN 12 Jakarta bunuh diri akibat depresi karena sering diejek oleh teman-temannya. Fifi diejek anak tukang bubur

dan Linda diejek karena tidak pernah naik kelas.Selainitu,ada30kasusbunuh diridan percobaan bunuh diri lainnya antara tahun 2002-2005 di kalangan anak-anak dan remaja usia 6 hingga15 tahun di Indonesia. Namun, kematian dan bunuh diri hanyalah sedikit contoh dari akibat bullying. Lebih banyak lagi anak-anak dan remaja korban bullying yang terus hidup dan tidak nekad mengakhiri hidupnya, tapi tumbuh menjadi orang-orang berkepribadian rapuh, mudah sedih, tidak percaya diri atau sebaliknya,pemarah danagresif, yang membuat mereka sulit sekali meraih sukses dan tidak hidup bahagia.Hal-haltersebutmenunjukkanbahwa bullying adalah masalah yang serius dan harus ditindak.

Salah satu bantuan yang bisa dilakukan yaitu melalui model konseling rasional emotive. Rasional Emotive adalah teori yang berusaha memahami manusia sengaimana adanya. Manusia adalah subjek yang sadar akan dirinya dan sadar akan objek objek yang dihadapinya. Manusia adalah makhluk berbuat da berkembang dan merupkan individu dalam satu kesatuan yang berarti manusia beas, berpikir, bernafas dan berkehendak (Willis, 2004).

Dalam penelitian ini, peneliti mengambil objek penelitian di SMP Negeri 4 Tulungagung. Hal tersebut dikarenakan objek penelitian merupakan salah satu sekolah terkemuka di Tulungagung. Sehingga peneliti merasa tertarik untuk mengambil objek penelitian di sekolah tersebut.

Dari uraian tersebut, maka peneliti melakukan penelitian dengan judul: EFEKTIVITAS TEKNIK SELF-MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 2 BANDUNG TAHUN PELAJARAN 2014/2015

II. METODE

A. Pendekatan Penelitian

Adapun jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif adalah untuk menggambarkan secara sistematis fakta dan karakteristik objek dan subjek yang diteliti secara tepat.

B. Teknik Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, penelitian ini diklasifikasikan dalam penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif. Karena dimana dalam penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan, meringkas berbagai kondisi, berbagai situasi atau berbagai variabel yang timbul di lingkungan sekolah yang menjadi objek penelitian, diharapkan akan menghasilkan suatu simpulan yang dapat dijadikan gambaran umum tentang efektifitas model

konseling rasional emotif untuk mengatasi bullying.

Pendekatan kuantitatif adalah pendekatan yang mendasarkan pada perhitungan angka-angka statistik. (Suharsimi Arikunto, 2007:213). Pendekatan ini disesuaikan dengan kebutuhan pencarian jawaban atas pertanyaan penelitian (perumusan masalah).

Adapun jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif adalah untuk menggambarkan secara sistematis fakta dan karakteristik objek dan subjek yang diteliti secara tepat.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Tempat dari penelitian ini adalah SMP Negeri 4 Tulungagung. Tempat ini dipilih dikarenakan mudah dijangkau, sehingga menghemat waktu, tenaga dan biaya sekaligus diharapkan pelaksanaan penelitian dapat berjalan lancar, lebih efektif dan hasil yang diperoleh lebih baik dan efisien.

2. Waktu Penleitian

Penelitian ini dilaksanakan pada oktober 2014 sampai maret 2015.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Dari data yang telah terkumpul pada hasil analisa data untuk mengambil kesimpulan tentang efektif atau tidaknya model konseling rasional emotif untuk mengatasi *bullying* dengan menggunakan perhitungan rumus "Korelasi Product Moment" menghasilkan nilai sebesar 0,7399.

Hasil perhitungan r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel} yaitu 0,7399 > 0,254 sehingga perhitungan signifikan. Berdasarkan hasil analisis diperoleh $r_{hitung} = 0{,}7399$ sedangkan $r_{tabel} = 0{,}254$ untuk 60 responden, maka diputuskan $r_{hitung} \geq r_{tabel}$ yaitu 0,7399 ≥ 0,254, maka Hipotesis alternatif diterima pada taraf signifikan 5%.

Pengujian hipotesis ini dimaksudkan untuk membuktikan tentang efektif atau tidaknya model konseling rasional emotif untuk mengatasi *bullying*. Hipotesis nihil (Ho) berbunyi : "model konseling rasional emotif tidak efektif untuk mengatasi *bullying* pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Bandung Tulungagung tahun pelajaran 2014/2015", ditolak, sedangkan hipotesis alternatifnya (Ha) berbunyi : "model konseling rasional emotif efektif untuk mengatasi *bullying* pada siswa kelas VII di SMP Negeri 4 Tulungagung tahun pelajaran 2014/2015" diterima.

Dari hasil perhitungan korelasi product moment di peroleh r_{hitung} 0,7399 dengan N = 60 dan r_{tabel} 0,254 berarti $r_{hitung} \geq r_{tabel}$. Temuan ini menunjukkan model konseling rasional emotif efektif untuk

mengatasi *bullying* pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Bandung Tulungagung tahun pelajaran 2014/2015. Mengingat dengan taraf kepercayaan 95% data yang diperoleh mendukung hipotesis alternatif maka dapat disimpulkan bahwa model konseling rasional emotif efektifif untuk mengatasi *bullying* pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Bandung Tulungagung tahun pelajaran 2014/2015.

B. Pembahasan

Dari hasil uji hipotesis diatas dapat diketahui bahwa model konseling rasional emotif efektifif untuk mengatasi *bullying*. Hal ini didasarkan pada hasil perhitungan statistik r_{hitung} sebesar 0,7399, dan r_{tabel} dari jumlah sampel 60 pada taraf signifikan 5% adalah 0,254. Sehingga r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel} yaitu 0,7399 ≥ 0,254. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa model konseling rasional emotif efektifif untuk mengatasi *bullying* pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Bandung Tulungagung tahun pelajaran 2014/2015.

Dari perhitungan diatas dengan r_{hitung} sebesar 0,7399, dengan demikian r hitung berada pada rentangan nilai interpretasi antara 0,600 sampai dengan 0,800 yang berarti cukup efektif.

Agar peran ini menjadi lebih optimal maka perlu dipertimbangkan jenis *bullying*, apakah *bullying* fisik, *bullying* verbal, *bullying* mental/psikologis. Sehingga tujuan konselor lebih fokus dalam mengatasi *bullying*, dengan demikian proses model konseling rasional emotif lebih efektif.

Tidak dapat dipungkiri bahwa *bullying* tidak mungkin hanya dipengaruhi oleh model konseling rasional emotif saja. Karena sedikit apapun variasi kondisi dalam sekolah ataupun pergaulan di luar sekolah seperti sikap orang tua, wali kelas, guru mata pelajaran di kelas, kondisi keluarga, pergaulan akan mempengaruhi *bullying*. Berangkat dari bahasan diatas maka perlu adanya sinergitas peran masing-masing elemen penunjang pendidikan. Baik di dalam sistem lingkungan kelas VIII di SMP Negeri 2 Bandung Tulungagung maupun diluar lingkungan sekolah yaitu lingkungan keluarga dan pergaulan siswa.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Abin Syamsuddin Mahmu. 2002. *Psikologi Kepribadian*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Abu Ahmadi dan Widodo Supriyono. 2004. *Pskologi Belajar (edisi revisi)*. Jakarta: Rineka

Cipta.

Badudu dan Zain Sutan Mohammad. 2001. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapa

Burhan Bungin. 2005. *Metodelogi penelitian kualitatif*. Jakarta: Kencana.

Deni Setiawan. 2006. *Penanganan Belajar Siswa*. www.sd-binatalenta.com/images.

Dewa Ketut Sukardi. 2002. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah.* Jakarta: Rineka Cipta.

H Usman. 2003. *Metodologi Penelitian Sosial*. Jakarta: Bumi Aksara.

Moh Hasan. 2010. *DiktatPelayanan Konseling di Sekolah*. Sumenep

Nana Sudjana. 2005. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Nana Syaodih Sukmadinata. 2005. *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Oemar Hamalik. 1990. *Psikologi Belajar dan Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.

Slameto. 2003. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sofian Effendi.1989. *Metode Penelitian Survei*. Jakarta: LP3ES.

Suharsimi Arikunto. 2002. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.

Suharsimi Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (edisi revisi VI)*. Jakarta: Rineka Cipta.

Suharsimi Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (edisi revisi VII)*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sutrisno Hadi.1994. *Analisis Regresi*. Yogyakarta: Andi Offset

Syaiful Bahri Djamarah. 2002. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Bineka Cipta.

SyamsirAlam. 2006. *Instrumen Ujian Nasional sebagai Penentu kelulusan BerpotensiMerugikan Siswa*. www.kompas.com/kompacetak/0506/27.

Syamsu Yusufdan Juntika Nurihsan. 2005. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Thursan Hakim. 2000. *Belajar Secara Efektif*. Jakarta: Puspa Swara.

W.S Wingkel. 1984. *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar*. Jakarta: Gramedia.