

BAB II KERANGKA TEORI

A. Kerangka Teori

1. *Self Management*

a. Pengertian *Self Management*

Self manajemen merupakan sesuatu strategi perubahan sikap konseli yang dalam prosesnya memusatkan pergantian perilakunya sendiri dengan sesuatu metode ataupun campuran metode teurapetik. pengarahannya ialah upaya seseorang guna melaksanakan perencanaan, pemusatan atensi, serta penilaian terhadap kegiatan yang dicoba. Dalam kekuatan mental memberikan bimbingan kepada individu untuk sekadar memutuskan dan menegaskan keputusan mereka dan memutuskan dengan cara yang meyakinkan. *self management* ialah serangkaian prinsip atau tata cara, termasuk pemeriksaan diri atau pemantauan diri, umpan balik yang membangkitkan semangat (kepercayaan diri), persetujuan dengan diri sendiri (kontrak diri), kapasitas untuk menyegarkan (upgrade control), dan strategi dan kerangka mental, perilaku, dan emosional dalam pandangan pengakuan Prinsip-prinsip teknik restoratif sosial informasi untuk dikembangkan lebih lanjut kemampuan siswa dalam siklus instruktif yang diharapkan.¹

Self management (manajemen diri) adalah teknik di mana konseli mengarahkan cara berperilakunya sendiri, Setelah memutuskan alasan hidup untuk dirinya sendiri, ia harus mengoordinasikan dan mengatur dirinya sendiri sebaik yang dapat diharapkan sehingga motivasi di

¹ Anita Dewi Astuti and Sri Dwi Lestari, 'Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Datang Di Sekolah', *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10.1 (2020), 54 diakses pada tanggal 6 November 2021, <<https://doi.org/10.25273/counsellia.v10i1.6304>>.

balik kehidupan tercapai. Kapasitas untuk mengendalikan diri dalam berpikir dan mewakili masa depan yang unggul. Teknik yang terlibat dengan membuat kemajuan dalam kebijaksanaan atas perenungan, kata-kata dan gerakan dimulai, di sepanjang garis ini memberdayakan untuk menjauh dari hal-hal yang buruk untuk mendapatkan emas atau kebaikan.²

Definisi *self management* (manajemen diri) ini berakar pada teori kecerdasan emosional, di mana kemampuan ini juga dapat disebut sebagai pengaturan diri. Pengaturan diri didukung oleh kapasitas kita untuk kesadaran diri, yang membantu kita menciptakan akses sadar ke pikiran, keinginan, dan perasaan kita. Hanya setelah kita menyadari hal-hal ini, kita dapat mulai mengendalikan dan mengekspresikannya dengan tepat. Mereka yang memiliki kesadaran diri dan pengaturan diri yang berkembang dengan baik memiliki posisi yang baik untuk mengembangkan seperangkat keterampilan manajemen diri yang mendukung mereka dalam pekerjaan dan perjalanan pribadi mereka.³

Berdasarkan pengertian di atas *Self Management* adalah kemampuan kita untuk mengelola perilaku, pikiran, dan emosi kita secara sadar dan produktif. Seseorang dengan keterampilan *self management* (manajemen diri) yang kuat, tahu apa yang harus dilakukan dan bagaimana bertindak dalam situasi yang berbeda.

² Siti Nurzaakiyah dan Nandang Budiman, "Teknik Self-Management Dalam Mereduksi Body Dysmorphic Disorder", *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan*, March, (2013), 15, diakses pada tanggal 8 November 2021, <https://adoc.pub/download/Body-Dysmorphic-Disorder-oleh-Siti-Nurzaakiyah-dan-Nandang-b.html?reader=1>.

³ Sri Utari and Moh. Mustofa Hadi, 'Gaya Kepemimpinan Demokratis Perpustakaan Kota Yogyakarta (Studi Kasus)', *Jurnal Pustaka Ilmiah*, 6.1 (2020), 994 diakses pada tanggal 9 november 2021, <<https://doi.org/10.20961/jpi.v6i1.41095>>.

Mereka tahu bagaimana menghindari gangguan saat bekerja dari rumah, sehingga mereka dapat mempertahankan fokus dan tetap produktif. Mereka tahu apa yang perlu mereka lakukan untuk mencapai tujuan keberhasilan mereka dan mereka menindaklanjutinya. *Self management* (Manajemen diri) berarti memahami tanggung jawab pribadi dalam berbagai aspek kehidupan, dan melakukan apa yang dibutuhkan untuk memenuhi tanggung jawab itu. *Self management* (Manajemen diri) diharapkan agar siswa mampu merencanakan, mengatur dan mengelola dan pengendalian diri dalam melakukan suatu kegiatan, terutama dalam pembelajaran sehingga siswa benar-benar dapat menggunakan waktu mereka seefisien dan seefektif mungkin.

- b. Tujuan teknik *self management*
Self Management (Manajemen diri) bertujuan untuk membantu konseli memecahkan masalah, teknik ini menekankan perubahan perilaku konseli yang dianggap merugikan yang lain. Manajemen diri adalah upaya individu untuk perencanaan, pemfokusan, dan evaluasi kegiatan yang dilakukan. Di dalamnya ada kekuatan psikologis yang memberi arah kepada individu untuk membuat keputusan dan menentukan pilihan dan menentukan cara yang efektif untuk mencapai tujuannya.⁴ *Self management* diperlukan seseorang untuk mengubah perilaku diri sendiri guna menjadi manusia yang berkualitas dan bermanfaat dan agar mampu mengarahkan setiap tindakan menjadi lebih positif.

⁴ Insan Suwanto, "Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Membantu Kematangan Karir Siswa Smk", *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 3.2 (2019), 32–67, diakses pada tanggal 10 November 2021, <https://journal.stkipsingkawang.ac.id/index.php/JBKI/article/download/96/pdf>.

Tujuan dari *self management* ialah untuk mengendalikan cara mereka berperilaku yang berbahaya bagi diri mereka sendiri atau orang lain. Menurut Komalasari dalam Saras Nurlaeli, isu-isu yang ditangani oleh strategi *self management* adalah mentalitas yang tidak berhubungan dengan orang lain melainkan mengganggu orang lain dan diri mereka sendiri, perspektif yang umumnya muncul tiba-tiba ketika muncul sehingga kontrol dari orang lain ternyata kurang efektif, sasaran perspektif sebagai verbal dan berhubungan dengan penilaian diri dan ketenangan, kewajiban tentang mengubah atau mengikuti perilaku adalah kewajiban konseli.⁵

Jadi tujuan *self management* adalah untuk mengendalikan diri atau mengontrol diri dari Perbuatan yang sedang atau akan dilakukan, dari segi pikiran dan ucapan, untuk mendorongnya menghindari hal-hal yang tidak diinginkan. Dan individu yang mempunyai *self management* yang baik akan mampu menyesuaikan dirinya terhadap hal apapun dan lebih berhati-hati dalam melakukan suatu tindakan. Jadi orang dapat dengan hati-hati menempatkan diri mereka dalam lingkungan yang menghalangi perilaku yang mereka inginkan, dan mencari cara untuk mencegah cara berperilaku atau masalah yang tidak diinginkan. sehingga, individu dapat mengelola pikiran, perasaan, dan aktivitas mereka, dengan cara ini bisa mencegah perasaan dari hal-hal buruk dan memperluas perasaan tentang hal-hal baik dan benar..

c. Manfaat teknik *self management*

Dalam penggunaan teknik *self management* atau manajemen diri, tanggung jawab pembinaan

⁵ Saras Nurlaeli, 'Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Kebiasaan Siswa Terlambat Ke Sekolah', 2019, 36, Diakses Tanggal 10 November 2021. <http://eprintslib.ummgl.ac.id/.pdf>.

yang sukses ada di tangan siswa. Guru BK adalah penggagas ide, fasilitator yang membantu merencanakan mata pelajaran, dan inspirator bagi siswa. Penerapan teknik manajemen diri sering disertai dengan pengaturan lingkungan yang dirancang untuk menghapus faktor penyebab (anteseden) dan mendukung perilaku yang berkurang. Pengaturan lingkungan dapat berupa :

- 1) Mengubah lingkungan fisik untuk membuat perilaku yang tidak diketahui menjadi sulit dan tidak mungkin.
- 2) Mengubah lingkungan sosial sehingga lingkungan sosial mengontrol perilaku siswa.
- 3) Mengubah keadaan atau kebiasaan sehingga perilaku buruk hanya dapat dilakukan pada waktu dan tempat tertentu.⁶

d. Aspek teknik *self management*

Menurut Komalasari dkk dalam Nur Azizah Imran menyatakan bahwa aspek *self management* (manajemen diri) meliputi pemantauan diri, penguatan positif (harga diri), kontrak atau kesepakatan dengan diri sendiri (kontrak sendiri) dan penguasaan stimulasi (pengendalian rangsangan).

- 1) Pemantauan diri, pemantauan diri, yaitu: Konseli dengan sengaja memperhatikan caranya sendiri dalam berperilaku dan mencatatnya dengan hati-hati. Hal-hal yang harus diperhatikan oleh konseli dalam mencatat tingkah laku adalah pengulangan, kekuasaan, dan jangka waktu tingkah laku. Dalam siklus ini konseli memperhatikan dan menyimpan segala sesuatu tentang dirinya

⁶ Septikar Tika Sari, 'Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Manajemen Terhadap Etika Pergaulan Peserta Didik Kelas VIII E SMP Negeri 19 Bandar Lampung', (skripsi UIN Raden Intan Lampung 2020), 26, diakses pada tanggal 6 November 2021, <<http://repositorio.unan.edu.ni/2986/1/5624.pdf>>.

dalam kerjasamanya dengan iklim. Dalam self-checking ini, konseli umumnya memperhatikan dan mencatat cara berperilaku terhadap masalah, mengendalikan penyebab masalah (prekursor) dan hasil. Pemeriksaan diri biasanya dimanfaatkan oleh konseli untuk mengumpulkan tolok ukur dalam sistem bimbingan. Konseli harus memiliki pilihan untuk menemukan apa yang terjadi sebelum menjalankan metodologi perubahannya sendiri, sementara pemandu harus menyadari apa yang terjadi sebelum melakukan langkah. Pada tahap ini konseli mengumpulkan dan mencatat informasi tentang cara berperilaku yang akan diubah, pendahuluan sosial, dan hasil perilaku. Klien juga mencatat berapa banyak atau seberapa sering perilaku ini terjadi.

- 2) Penguatan positif (penghargaan diri), Digunakan untuk membantu konseli dalam mengontrol dan membangun perilaku melalui hasil yang diciptakan sendiri. Umpan balik yang membangkitkan semangat (kepercayaan diri) merupakan tahapan untuk mengubah setting dan cikal bakal untuk mengoordinasikan cara berperilaku dalam heading yang keren. Hadiah ini digunakan untuk membangun atau meningkatkan cara berperilaku yang ideal. Anggapan mendasar dari strategi ini adalah bahwa dalam pelaksanaannya, penghargaan yang diberikan sendiri setara dengan penghargaan yang mendekati cara berperilaku yang objektif.
- 3) kontrak atau persetujuan dengan diri sendiri (kontrak diri) Kontrak atau persetujuan dengan diri sendiri adalah tahap untuk mengubah cara berperilaku dengan memeriksa hasil atau tujuan yang ideal.

- 4) Penguasaan stimulus (pengendalian rangsangan) merupakan tahap evaluasi dalam pemanfaatan manajemen diri pada perilaku yang diinginkan menuju akhir proses konseling. Metode ini mengikuti cara baru yang ideal dalam berperilaku.⁷

Pendapat lain menyatakan Aspek dasar dari *self management* ialah:

- 1) Organisasi

Manajemen diri dikaitkan dengan keterampilan organisasi yang baik. Di organisasi khusus lainnya, seseorang dapat mengatur waktu, energi, kesehatan mental, kesehatan fisik, dan bagian lain dengan baik jika mereka memiliki keterampilan manajemen diri yang baik. Apabila hal-hal tersebut dapat dikelola dengan baik oleh individu, maka kegiatan yang akan dilakukan akan dapat terlaksana dengan tertib.

- 2) Kemampuan memotivasi diri sendiri

Kapasitas untuk mendorong diri sendiri atau biasanya disebut sebagai *self-inspiration*. Seorang pria akan memiliki kemauan dan kapasitas untuk melakukan kegiatan tersebut dari dirinya sendiri. Dengan cara ini orang dapat memulai, mengerjakan dan menyelesaikan pekerjaannya tanpa diminta oleh orang lain. Ini adalah akibat langsung dari motivasi diri dalam manajemen diri.

- 3) Manajemen Waktu

Menggunakan waktu secara efektif atau menggunakan waktu dengan berguna. Seseorang sering mengatakan bahwa "Waktu adalah Uang". Ini menunjukkan bahwa waktu

⁷ Nur Azizah Imran, "Penerapan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Kecanduan Media Sosial Pada Siswa Di Sma Negeri 1 Sinjai", *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53.9 (2021), 1689–99, diakses tanggal 5 November 2021, <http://eprints.unm.ac.id/19360/1/Jurnal%20nur%20azizah%20imran.pdf>.

adalah sesuatu yang sangat penting terlepas dari apakah itu hanya satu detik. Sebagai individu yang memiliki atau menerapkan *self-management* atau manajemen diri yang baik, jelas dia telah memanfaatkan waktu dengan baik atau menggunakan waktu secara efektif juga. Dengan demikian, singular akan memahami bagaimana mengatur waktu secara tepat dan akurat dalam mengikuti berbagai tugas atau latihan. Waktu sepanjang minggu sama sekali tidak akan terasa kurang baginya.

4) Pengendalian

Individu yang sudah bisa mengendalikan diri, juga bisa mengawasi atau menguasai semua perasaan, baik itu kemarahan, ketegangan, kesulitan, atau kesenangan, dan dukungan mereka. Karena individu memiliki kapasitas 'mengendalikan' dalam pengaturan diri mereka, orang dapat mengatakan bahwa mereka memiliki kendali atas dan menangani setiap perasaan dan kekuatan pendorong yang mencekik mereka dengan baik. Dengan asumsi bahwa individu memiliki kapasitas penetapan tujuan yang tinggi dan besar, individu dapat menetapkan tujuannya dalam jangka pendek dan panjang dalam hidupnya. Hal ini jelas berlaku di berbagai kalangan, baik itu sebatas pekerjaan, pengajaran, atau selamanya. Terlebih lagi, orang juga dapat menentukan cara yang diharapkan untuk mencapai tujuan itu.

5) Kemampuan Menyesuaikan Diri

Individu yang dapat menyesuaikan diri umumnya akan memiliki pilihan untuk beradaptasi saat menghadapi kesulitan dan perubahan dalam keadaan mereka saat ini. Dengan kapasitas ini, singular akan berangkat untuk mengubah reaksi dan sistem atau strategi dalam menyesuaikan diri dengan kondisi. Kapasitas yang dimaksud, seperti kemampuan dalam menangani kebutuhan yang berbeda,

perubahan yang cepat, dan kebutuhan yang bergerak.

6) Sikap Hati-Hati

Individu mungkin mengatakan bahwa dia dapat diandalkan dan mampu dan memenuhi kebebasan dan komitmennya memiliki kendali atas watak dan sifat kewaspadaan dalam diri orang tersebut dalam bertindak. Orang yang memiliki kemampuan ini dapat berkomitmen dan memenuhi jaminan. Kemudian, dia akan berhati-hati dan teliti dalam mengurus bisnis karena dia memotong tujuannya dengan rasa kewajiban..

7) Dapat Dipercaya

Orang yang memiliki sifat dapat diandalkan ini sebenarnya ingin menunjukkan kepercayaan dan keaslian yang besar. Kemudian, pada saat itu, orang dengan kapasitas ini dapat bertindak secara moral dan tidak akan pernah mempermalukan orang lain. Kemudian, singular akan benar-benar ingin mengakui kesalahannya dan mencoba untuk mencela orang lain atau bahkan temannya sendiri yang melakukan kesalahan.

8) Advancement

Advancement atau pembaruan. Dengan asumsi seseorang memiliki kapasitas ini untuk maju, dia akan responsif dan toleran terhadap penilaian, pemikiran, pemikiran, data, atau metodologi baru yang berbeda. Orang yang memiliki kemampuan ini akan berusaha untuk terus-menerus melacak pemikiran baru dan fokus pada pengaturan unik dalam menyelesaikan perselisihan atau masalah. Terlebih lagi, orang-orang mulai bersiap untuk memperbaiki perspektif mereka dan menghadapi tantangan dari konsekuensi pemikiran dan pemikiran mereka.

- 9) Solid lifestyle
 Cara hidup yang sehat yang dituntut oleh seseorang dalam mengatur diri sendiri, jelas akan mempengaruhi kapasitasnya dalam kehidupan sehari-hari. Jadi lakukan yang baik untuk tubuh, berolahraga secara teratur, ubah pola istirahat, dan lakukan latihan yang membantu gaya hidup sehat lainnya.⁸

e. Tahap-tahap *Self Management*

Self management digunakan individu untuk mengatur tingkah lakunya secara sadar, *self management* dalam mengatur tingkah laku mempunyai beberapa tahapan. Menurut Sukadji dalam Binti Khusnul Khotimah terdapat tahapan dalam *Self Management* (pengelolaan diri) adalah sebagai berikut:

- 1) Fase pengecekan diri atau persepsi diri (*Self monitoring*).
 Pada tahap ini konseli ingin dengan susah payah memperhatikan caranya sendiri dalam berperilaku dan merekamnya. Catatan ini dapat menggunakan informasi cek atau catatan persepsi subjektif. Hal-hal yang harus diperhatikan oleh konseli dalam mencatat tingkah laku adalah pengulangan, kesungguhan, dan rentang tingkah laku.
- 2) Tahap penilaian diri (*self assessment/ evaluation*).
 Pada tahap ini, konseli membandingkan konsekuensi dari catatan perilaku dengan fokus sosial yang telah dibuat oleh konseli. Pemeriksaan ini diharapkan dapat menilai kecukupan dan efektivitas program. Jika program tersebut tidak efektif, maka program tersebut harus dievaluasi, apakah cara objektif

⁸ Tasya talitha, "Pengertian Self Management, Aspek & Tips Meningkatkannya", diakses tanggal 7 Desember 2021 <<https://www.gamedia.com/best-seller/self-management/>>.

yang diterapkan memiliki persyaratan yang sangat tinggi, sikap yang ditunjuk tidak sesuai, atau dukungan yang diberikan tidak sesuai.

- 3) Fase memberi dukungan, pembuangan atau disiplin (*self reinforcement*).

Pada tahap ini konseli mengendalikan dirinya, menyebarkan dukungan, membuang dan menyebarkan disiplin pada dirinya sendiri. Pertemuan ini merupakan pertemuan yang sangat menantang karena membutuhkan kekuatan besar dari konseli untuk melakukan program yang telah dibuat pada premis yang berkelanjutan.

- 4) Fokus perilaku dalam penilaian sosial
Menyinggung cara-cara eksplisit berperilaku yang diperhatikan, diakui, dan diperkirakan secara tulus sebagai upaya untuk mengubah perilaku yang sebanding dengan iklim.⁹

f. Kelebihan dan kekurangan teknik *self management*

Kelebihan teknik *Self Management* :

- 1) Pengaplikasiannya sangat mudah dan mendasar
- 2) Pelaksanaannya digabungkan dengan tahap-tahap pelatihan tertentu yang berbeda.
- 3) Persiapan ini dapat mengubah perspektif individu secara langsung melalui sentimen dan perilaku mereka.
- 4) Selain dapat dilakukan secara mandiri, juga dapat dilakukan secara kelompok.

Kekurangan teknik *Self management* atau Manajemen diri:

- 1) Tidak ada inspirasi dan kewajiban yang luar biasa bagi individu.
- 2) Sikap tujuan seringkali bersifat individual dan ketajamannya sangat emosional, dalam beberapa kasus sulit untuk digambarkan,

⁹ Binti Khusnul Khotimah, 'Pengaruh Konseling Individu Dengan Teknik Self Management Terhadap Kedisiplinan Peserta Didik Kelas Viii Di Smp Wiyatama Bandar Lampung',12.

sehingga sulit bagi penasihat untuk memutuskan bagaimana menyaring dan menilai. Wilayah yang dekat dan keadaan masa depan individu seringkali tidak terkendali dan tidak mengejutkan serta memiliki sifat yang rumit.

- 3) Orang-orang berpikiran bebas.
- 4) Instruktur memaksakan suatu program pada konseli.
- 5) Tidak ada bantuan dari lingkungan.¹⁰

g. Pandangan Islam mengenai *self management*

Al- Quran tidak hanya sebagai firman Allah kepada Nabi Muhammad saw. Al- Qur' an juga sebagai mukjizat yang diturunkan Allah untuk Nabi Muhammad Saw, sebagai pedoman dan petunjuk jalan yang benar untuk umat Nabi Saw. Seperti yang kita lihat dalam ilmu pengetahuan yang berkembang saat ini banyak yang sudah diatur Allah dalam Al-Qur'an. Allah telah menegaskan bahwa segala sesuatu yang ada di muka bumi ini telah diciptakan dan diukur.¹¹ Terdapat dalam firman Allah Swt dalam Surah Al-Qomar ayat 49 :

إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ

Artinya : "Sungguh, Kami menciptakan segala sesuatu menurut ukuran."¹²

¹⁰ Muhammad Rizqi Akbar, 'Peran Teknik Self Manegenent Dalam Pengendalian Emosional Pecandu Narkoba Pada Remaja Di Yayasan Dharma Wahyu Insani Palembang', 2019, 32–67.

¹¹Lutfi Wahyu Septiani, 'Upaya Meningkatkan Self Management Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Pendekatan Experiential Learning Di Desa Mangunsari Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan', (Skripsi IAIN KUDUS, 2015), 11, diakses tanggal 7 November 2021, <<http://repository.iainkudus.ac.id/3938/5/5. BAB II.pdf>>.

¹² Al-Quran surat Al-qomar ayat 17, *Al-Quran Terjemahan Indonesia*, (kudus: Menara Kudus, 2006), 530

Dalam Al-Qur'an dijelaskan bahwa *self manajemen* (manajemen diri) merupakan pandangan hidup bagi umat muslim. Unsur-unsurnya adalah sebagai berikut¹³:

1) Perencanaan

At-Tahthiith atau perencanaan adalah proses menentukan tindakan yang akan diambil dan berbagai langkah yang diperlukan untuk mencapai tujuan. Sebagaimana tercantum dalam Al Insyirah (9 : 7- 8):

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ

Artinya : “Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain. dan hanya kepada Tuhan-mulah hendaknya kamu berharap.”¹⁴

Dalam perencanaan ini diharapkan agar peserta didik mempunyai suatu perencanaan untuk mereka melakukan sesuatu agar mereka bisa mengatur waktunya sebaik mungkin.

2) Pengorganisasian

AtTandziim atau pengorganisasian adalah usaha untuk menentukan, mengklasifikasikan dan mengatur berbagai jenis kegiatan.

Penerapan organisasi Nabi Muhammad sebagai kemampuan memotivasi, berkomunikasi, berbagi dan mengevaluasi tugas. Berdasarkan uraian di atas, agar lebih jelas mengenai persoalan-persoalan yang berkaitan dengan penyelenggaraan pendidikan

¹³ Lutfi Wahyu Septiani, ‘Upaya Meningkatkan Self Management Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Pendekatan Experiential Learning Di Desa Mangunsari Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan’, 11.

¹⁴ Al-Quran surat Al-Insyirah ayat 7-8, *Al-Quran Terjemahan Indonesia*, 596.

dari perspektif Al-Qur'an dan Hadist..¹⁵ Hal ini terdapat dalam Al-Qur'an dalam surat As-Shaf ayat 4 Allah SWT berfirman:

وَاعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا وَاذْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ كُنْتُمْ أَعْدَاءً فَأَلَّفَ بَيْنَ فُلُوبِكُمْ فَأَصْبَحْتُمْ بِنِعْمَتِهِ إِخْوَانًا وَكُنْتُمْ عَلَىٰ شَفَا حُفْرَةٍ مِنَ النَّارِ فَأَنْقَذَكُمْ مِنْهَا كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لَعَلَّكُمْ تَهْتَدُونَ

Artinya :“Dan berpegang teguhlah kamu semuanya pada tali (agama) Allah, dan janganlah kamu bercerai berai, dan ingatlah nikmat Allah kepadamu ketika kamu dahulu (masa jahiliah) bermusuhan, lalu Allah mempersatukan hatimu, sehingga dengan karunia-Nya kamu menjadi bersaudara, sedangkan (ketika itu) kamu berada di tepi jurang neraka, lalu Allah menyelamatkan kamu dari sana. Demikianlah, Allah menerangkan ayat-ayat-Nya kepadamu agar kamu mendapat petunjuk.”¹⁶

Berdasarkan uraian diatas pengorganisasian utuk peserta didik menjadi salah satu hal yang bisa membuat peserta didik bisa disiplin yaitu melalui berbagai kegiatan yang berpengaruh positif untuk peserta didik.

¹⁵ Arianti Palima, "Pengorganisasian Pendidikan Dalam Perspektif Al-Qur'an Dan Hadis", *Jurnal Al-Himayah*, 4 nomor 1 (2020), 351–74, diakses tanggal 12 November 2021, <<https://www.journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ah/article/view/2129/1186>>.

¹⁶ Al-Qur'an surat As-Shaf ayat 6, *Al-Quran Terjemahan Indonesia.*, 551.

3) Koordinasi

AtTansiiq atau koordinat, usaha bersama untuk melaksanakan suatu rencana dengan harapan akan tercapainya suatu tujuan. Allah berfirman dalam Sura Al – Hujarat : 13 :

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۗ إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَىٰكُمْ ۚ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

Artinya : “Wahai manusia! Sungguh, Kami telah menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan, kemudian Kami jadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku agar kamu saling mengenal. Sesungguhnya yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling bertakwa. Sungguh, Allah Maha Mengetahui, Mahateliti.”¹⁷

Koordinasi sangat dibutuhkan antara orang tua dengan Peserta didik maupun guru dengan peserta didik, dimana mereka merupakan hal yang penting ketika peserta didik bisa menerapkan sikap disiplin.

4) Kendali atau pengendalian

ArRiqaabah adalah pengawasan terhadap arah perencanaan. Hal ini dalam firman Allah SWT dalam surat AtTahrim (66:6)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ

¹⁷ Al-Qur'an surat Al-Hujarat ayat 13, *Al-Quran Terjemahan Indonesia.*, 517

Artinya : “Wahai orang-orang yang beriman! Peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, dan keras, yang tidak durhaka kepada Allah terhadap apa yang Dia perintahkan kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan.”¹⁸

Kendali atau pengendalian yang digunakan guru Bk yaitu berupa catatan dan juga tanda tangan peserta didik untuk bisa mengontrol tingkat kedisiplinan peserta didik.

5) Motivasi

At-Targhib atau motivasi adalah dorongan yang datang dari dalam diri manusia untuk mencapai keinginan dan tujuan tertentu. Dalam surah At-Taubah ayat 40 Allah SWT berfirman:

إِلَّا تَنْصُرُوهُ فَقَدْ نَصَرَهُ اللَّهُ إِذْ أَخْرَجَهُ الَّذِينَ كَفَرُوا
ثَانِيًا إِثْنَيْنِ إِذْ هُمَا فِي الْعَارِ إِذْ يَقُولُ لِصَاحِبِهِ لَا
تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا فَأَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَيْهِ وَأَيَّدَهُ
بِجُنُودٍ لَّمْ تَرَوْهَا وَجَعَلَ كَلِمَةَ الَّذِينَ كَفَرُوا السُّفْلَى
وَكَلِمَةَ اللَّهِ هِيَ الْعُلْيَا وَاللَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ

Artinya : “Jika kamu tidak menolongnya (Muhammad), sesungguhnya Allah telah menolongnya (yaitu) ketika orang-orang kafir mengusirnya (dari Mekah); sedang dia salah seorang dari dua orang ketika keduanya berada dalam gua, ketika itu dia berkata kepada sahabatnya, “Jangan

¹⁸ Al-Qur’an surat At-Tahrim ayat 66, *Al-Quran Terjemahan Indonesia.*, 560.

engkau bersedih, sesungguhnya Allah bersama kita.” Maka Allah menurunkan ketenangan kepadanya (Muhammad) dan membantu dengan bala tentara (malaikat-malaikat) yang tidak terlihat olehmu, dan Dia menjadikan seruan orang-orang kafir itu rendah. Dan firman Allah itulah yang tinggi. Allah Maha perkasa, Maha bijaksana.”¹⁹

Motivasi sangat penting untuk keberhasilan penerapan teknik *self management* dalam mengurangi keterlambatan karena, peserta didik memerlukan seseorang misalnya orang tua atau wali peserta didik untuk bisa menjadi *support system* dalam kehidupannya.

6) Pemimpin atau kepemimpinan

Al-Khilaafah, yaitu untuk mencapai tujuan diperlukan kemampuan mempengaruhi motivasi. Allah SWT berfirman tentang kepemimpinan Suarh Al-Baqoroh ayat 30:

وَأذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلٰٓئِكَةِ اِنِّيْ جَاعِلٌ فِى الْاَرْضِ خٰلِٖفَةً ۗ
 قَالُوْۤا اَتَجْعَلُ فِيْهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيْهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَآءَ
 وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ ۗ قَالَ اِنِّيْۤ اَعْلَمُ مَا
 لَا تَعْلَمُوْنَ

Artinya : “Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu berfirman kepada para malaikat, “Aku hendak menjadikan khalifah di bumi.” Mereka berkata, “Apakah Engkau hendak menjadikan orang yang merusak dan menumpahkan darah di sana, sedangkan kami bertasbih memuji-Mu dan

¹⁹ Al-Qur’an surat At-Taubah ayat 40, *Al-Quran Terjemahan Indonesia*. Hlm 193.

menyucikan nama-Mu?” Dia berfirman, “Sungguh, Aku mengetahui apa yang tidak kamu ketahui.”²⁰

Dilihat dari pemikiran Islam tentang pemerintahan sendiri, jelaslah bahwa manusia sangat membutuhkan suatu perencanaan, pengendalian diri, agar seseorang dapat menggunakan jiwanya dengan sebaik-baiknya sesuai dengan ajaran atau tuntunan Islam.

2. Kebiasaan Terlambat

a. Pengertian Kebiasaan Terlambat

Arti kata Kebiasaan dalam KBBI adalah pola untuk menanggapi situasi tertentu yang dipelajari dan dilakukan individu berulang kali untuk hal yang sama. Sedangkan keterlambatan KBBI adalah berlalunya waktu yang telah ditentukan.²¹

Kebiasaan terlambat merupakan perilaku seseorang yang dilakukan tidak tepat waktu, sehingga tidak sesuai waktu atau telah melampaui waktu yang telah ditentukan dan dapat diketahui langsung oleh pihak luar, dan dilakukan secara terus-menerus. Berbagai upaya telah dilakukan oleh berbagai pihak untuk mengikuti perilaku siswa sehingga tidak menyimpang dan mendorong siswa untuk bertindak sesuai dengan standar, aturan dan pedoman di sekolah..²²

Jadi datang terlambat ke sekolah berarti siswa datang ke sekolah melewati waktu yang ditentukan. Misalnya, sekolah memutuskan

²⁰ Al-Qur'an surat Al-Baqoroh ayat 30, *Al-Quran Terjemahan Indonesia*. Hlm. 6.

²¹ "Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)", diakses tanggal 4 Desember 2021, <<https://kbbi.web.id/lambat>>.

²² Salawati, "Penerapan Layanan Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Kebiasaan Siswa Terlambat Hadir Ke Sekolah Di Smp Pab 2 Helvetia Tahun Pembelajaran 2017/2018", (*SKRIPSI Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara*, 2018), 10–17. 44.

menentukan bahwa dengan asumsi waktu yang ideal untuk bagian sekolah adalah jam 7 tetapi seorang siswa muncul pada jam 7 lebih 5 menit, jadi dia bisa dikatakan terlambat..²³ Menurut pernyataan para ahli, cenderung dianggap bahwa kecenderungan untuk terlambat ke sekolah adalah cara berperilaku atau aktivitas siswa yang tidak dikoordinasikan atau dlebih-lebihkan oleh sekolah. Kecenderungan untuk muncul setelah waktu yang diharapkan jika tidak segera jelas akan mempengaruhi pengalaman belajar dan pendidikan siswa dan dengan demikian mempengaruhi pengalaman yang berkembang. Berdasarkan persepsi, diamati bahwa kecenderungan untuk muncul setelah waktu yang diharapkan terkait erat dengan rendahnya inspirasi pribadi siswa untuk mencapai tujuan utama mereka dalam belajar. Keunikan kecenderungan untuk muncul setelah waktu yang diharapkan dapat dilakukan oleh banyak individu dari sekolah yang berbeda.²⁴

Islam adalah agama yang menunjukkan kelembutan sekaligus kedisiplinan. Disiplin adalah kata yang sederhana untuk diucapkan oleh semua orang, betapapun sulitnya untuk diterapkan, dalam kenyataannya. Karena untuk fokus seseorang perlu berusaha dengan sungguh-sungguh dan menahan diri untuk membiasakan diri melakukan pedoman-pedoman atau hal-hal yang telah ditetapkan

²³ Lailatul Insiroh, "Studi Tentang Penanganan Siswa Yang Terlambat Tiba Di Sekolah Oleh Guru BK SMA Negeri 1 Gresik", *Jurnal BK UNESA*, 7.1 (2017), 2, diakses pada tanggal 1 November 2021, <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/17887>.

²⁴ Sukma Dewi Priani dan Denok Setiawati, "Pengaruh Konseling Individu Melalui Pendekatan Realita Untuk Mengurangi Kebiasaan Datang Terlambat Siswa Di Smp Negeri 1 Sumberejo", *Jurnal BK UNESA*, 3.1 (2013), 408–15, 409, diakses tanggal 2 November 2021, <https://www.e-jurnal.com/2016/07/pengaruh-konseling-individu-melalui.html>.

(dilakukan). Akibatnya, seseorang yang menjaga disiplin menyiratkan bahwa dia telah mengatur waktunya dengan baik²⁵. Sebagaimana dalam Firman Allah Q.S Al –isra’ ayat 84:

قُلْ كُلٌّ يَعْمَلُ عَلَىٰ شَاكِلَتِهِ ۗ فَرُؤُكُمْ أَعْلَمُ بِمَنْ هُوَ
أَهْدَىٰ سَبِيلًا ؕ

Artinya : “Katakanlah (Muhammad), “Setiap orang berbuat sesuai dengan pembawaannya masing-masing.” Maka Tuhanmu lebih mengetahui siapa yang lebih benar jalannya”²⁶

Dalam ayat tersebut mengandung makna yaitu orang yang sukses di bidangnya adalah orang yang disiplin dalam mengejar kesuksesan. Jika Anda memiliki pengalaman di bidang tertentu, gunakan dan sempurnakan dengan baik, karena keterampilan tanpa disiplin sama sekali tidak berguna.

b. Faktor Penyebab Kebiasaan Terlambat

Menurut Maman Rachman dalam Binti Khusnul Khotimah, ada tiga kelompok yang menyebabkan kebiasaan terlambat siswa di sekolah, yaitu:

- 1) Pelanggaran disiplin yang dilakukan oleh siswa antara lain: (a) siswa suka melakukan hal-hal aneh agar terlihat menonjol (b) siswa berasal dari keluarga kurang mampu (c) siswa tidak istirahat di rumah, yang membuat

²⁵ Nurhayati Ali Marlina, ‘Upaya Peningkatan Kedisiplinan Belajar Pendidikan Agama Islam Melalui Metode Pembiasaan Di Sdn No. 94 Balla Baraka Enrekang’, *Istiqlah*, II.94 (2015), 162–68, 192, diakses tanggal 10 November 2021, <https://jurnal.umpar.ac.id/index.php/istiqlah/article/view/230>.

²⁶ Al-Quran surat Al- Isra' ayat 84, *Al-qur'an Terjemahan Indonesia*, 282.

mereka lesu di sekolah (d) Siswa yang membaca dan berkonsentrasi tidak kurang dan yang tidak menyelesaikan tugas ahli (e) siswa terpaksa masuk kelas dan (f) hubungan antar siswa kurang bersahabat.

- 2) Pelanggaran disiplin lingkungan diantaranya; (a) perasaan tidak puas karena mereka telah bertindak tidak wajar dalam penerapan disiplin (b) kelas yang melelahkan (c) kurangnya pandangan ke depan dan pelaksanaan disiplin (d) keluarga yang sibuk berusaha mengabaikan anak-anak mereka dan berbagai masalah (e) keluarga yang tidak menegakkan disiplin pelaksanaan di sekolah (f) iklim sekolah dekat dengan kelompok (g) komite pendidikan tidak bagus dan (h) iklim sosial.²⁷

c. Dampak Yang Muncul Akibat Kebiasaan Terlambat

Tentu saja perilaku terlambat memberikan dampak negatif bagi siswa dan lingkungan, terutama pada teman yang lain. Siswa yang melanggar peraturan yang salah satunya yaitu terlambat diberikan punishment yang telah disepakati oleh tim tata tertib dan kesiswaan, dan mereka ketinggalan pelajaran secara signifikan pada pelajaran pertama sehingga mempengaruhi penilaian siswa. Sementara itu, dampak pada lingkungan yaitu mengganggu berlangsungnya proses belajar mengajar di kelas. Siswa yang terlambat akan menjadi pusat perhatian, terutama sebagian siswa, karena mereka akan masuk ketika siswa lain sedang belajar dengan guru. Dapat dikatakan bahwa siswa yang demikian memiliki sikap atau perilaku yang kurang baik, sehingga

²⁷ Binti Khusnul Khotimah, Pengaruh Konseling Individu Dengan Teknik Self Management Terhadap Kedisiplinan Peserta Didik Kelas Viii Di Smp Wiyatama Bandar Lampung,59.

harus ditangani agar perilaku tersebut tidak terulang kembali.²⁸

Supriyanto dalam Saras Nur Laeli akibat yang timbul akibat siswa terlambat ke sekolah ialah :

- 1) Bisa membatasi proses pendidikan. Siswa yang terlambat ke sekolah umumnya menemukan hukuman dari guru BK ataupun guru piket sehingga mereka tidak dapat mengikuti pelajaran di jam awal. Siswa tersebut tertinggal modul yang diberikan guru kepada siswa yang telah tiba di kelas tepat waktu.
- 2) Siswa yang terlambat cenderung mengusik teman-teman lain dikala proses pendidikan berlangsung. Siswa yang terlambat bakal jadi titik fokus siswa yang lain dikala proses pendidikan. Bila disaat proses pendidikan berlangsung dan siswa yang terlambat tiba masuk ke kelas, otomatis siswa yang lain hendak mencermati siswa yang terlambat serta perihal tersebut mengusik konsentrasi mereka dalam menjajaki proses pendidikan.
- 3) Pengaruhi teman guna berbuat yang tidak baik. Siswa yang kerap terlambat ke sekolah hendak pengaruhi siswa yang lain. Mereka hendak cenderung mengikuti teman yang lain buat tidak berbuat baik, ialah tiba terlambat ke sekolah.
- 4) Malas belajar dan suasana sekolah yang tidak mendukung untuk latihan-latihan pembelajaran sehingga siswa terhambat dalam meningkatkan kapasitas dan prestasinya serta terhambat dalam

²⁸ Riyanti Utami Ahmad Baihaqi, 'Menurunkan Perilaku Siswa Terlambat Masuk Sekolah Melalui Konseling Kelompok Dengan Teknik Restrukturing Kognitif', *Jurnal Helper Bimbingan Dan Konseling Universitas PGRI Adi Buana Surabaya*, 37.April (2020), 23–31, 24, diakses tanggal 12 November 2021, <http://jurnal.unipasby.ac.id/index.php/helper/article/view/2836>.

membuat kemajuan dalam belajar dan masa depannya.²⁹

Dapat disimpulkan bahwa akibat yang ditimbulkan karena keterlambatan yaitu bisa mempengaruhi proses belajar mengajar dikelas dan juga bisa mempengaruhi siswa siswi lain karena siswa yang terlambat akan menjadi titik fokus siswa lain ketika pembelajaran berlangsung.

3. Metode Self Manajemen Untuk Mengurangi Kebiasaan Terlambat Siswa

Istilah metode berasal dari kata Yunani *methodos*. Itu berasal dari dua kata, menjadi spesifik *metha* (melalui) dan *hodos* (jalan). Jadi *Methodos* memiliki perasaan bahwa jalan sedang diambil. Selain itu, dikembangkan bahwa strategi tersebut menyangkut masalah pendekatan untuk mencoba memiliki opsi untuk menyaring, memahami artikel sesuai dengan ilmu yang dimaksudkan untuk mencapai tujuan tertentu. Bisa juga strategi dalam penyusunan kata merupakan pernyataan pendekatan yang paling tepat dan cepat untuk melakukan aktivitas atau hal tertentu.³⁰

Menurut KBBI metode adalah teknik normal yang digunakan untuk menyelesaikan tugas dengan tujuan agar tercapai sesuai keinginan.³¹ Pendapat yang disampaikan oleh Wina Sanjaya dalam Arie Hidayat, Maemunah Sa'diyah dan Santi Lisnawati, metode adalah suatu metodologi yang digunakan untuk melaksanakan rencana yang telah disusun dalam latihan yang sungguh-sungguh sehingga tujuan yang telah disusun tercapai secara ideal. Dalam interaksi instruktif, tugas strategi sangat penting, terutama sebagai sub-kerangka yang

²⁹ Saras Nurlaeli, “*Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Kebiasaan Siswa Terlambat Ke Sekolah*”, 15.

³⁰ "Pengertian Metode", diakses tanggal 13 Desember 2021, <<https://brainly.co.id/tugas/3776412>>.

³¹ "Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)", diakses tanggal 13 Desember 2021, <https://kbbi.web.id/metode>.

berperan dalam menghadirkan sekolah yang dinamis, inovatif dan mendorong minat siswa untuk maju secara nyata. Jadi strateginya lebih melibatkan teknik atau langkah-langkahnya.³²

Peranan *self manajemen* sangat diperlukan dalam kegiatan pendidikan khususnya untuk membentuk kedisiplina, karena *self manajemen* merupakan salah satu faktor internal yang mempengaruhi pendidikan untuk meningkatkan kedisiplinan. *Self manajemen* yang baik merupakan motor penggerak dan pendorong bagi individu membiasakan diri untuk disiplin, sehingga individu akan mampu untuk mengatur waktunya.

Siswa merupakan pihak yang paling penting dalam melaksanakan proses pendidikan. Sebagai salah satu komponen terpenting dari sistem pendidikan, siswa sering disebut sebagai komoditas. Oleh karena itu, diharapkan siswa disiplin dan patuh pada tata tertib yang menjadi aturan sekolah, salah satunya disiplin pergi ke sekolah dan tepat waktu. Kehadiran siswa tepat waktu sangat penting untuk proses pembelajaran.³³ Dengan hadir tepat waktu, siswa memulai proses pembelajaran dengan perasaan tenang dan membiasakan siswa dengan disiplin dan patuh terhadap peraturan sekolah. Namun, pergi ke sekolah dengan tepat waktu adalah hal yang sulit dilakukan untuk mendapatkan hasil yang diinginkan, karena individu belum mempunyai manajemen waktu yang baik. Untuk mengurangi kebiasaan siswa yang terlambat, penulis memilih

³² Arief Hidayat, Maemunah Sa'diyah, and Santi Lisnawati, "Metode Pembelajaran Aktif Dan Kreatif Pada Madrasah Diniyah Takmiliah Di Kota Bogor", *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 09.01 Februari (2020), 71–86, diakses tanggal 13 Desember 2021, <https://jurnal.staialhidayahbogor.ac.id/index.php/ei/article/download/639/501>.

³³ Saras Nurlaeli, "Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Kebiasaan Siswa Terlambat Ke Sekolah", 12.

layanan konseling dengan menggunakan metode *self management* untuk meningkatkan kinerja siswa, disiplin dan ketertiban dengan tiba tepat waktu di sekolah.

B. Penelitian Terdahulu

Salah satu urgensi sebuah penelitian adalah menjadi bahan referensi untuk mengkritisi penelitian-penelitian sebelumnya. Baik itu dari segi kelebihan dan kekurangannya, atau dibandingkan dengan bahan penelitian sebelumnya, untuk menghindari pembahasan yang berulang tentang masalah yang sama, terutama dalam bentuk makalah, peneliti akan mengajukan beberapa bentuk penelitian sebelumnya. Seperti yang dijelaskan di bawah ini:

- a) Ratri Kusumawardhani Universitas Muhammadiyah Malang tahun 2018 *self-management* untuk mengurangi kecenderungan misbehavior pada siswa sekolah dasar, Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa untuk mengurangi kebiasaan siswa untuk membuat masalah, hal utama yang dapat digunakan adalah pengembangan perilaku. Sikap adalah kecenderungan untuk bertindak untuk menanggapi dorongan. Ada tiga bagian yang saling terkait dalam perkembangan mentalitas, yaitu mental spesifik, penuhperasaan, dan dinamis. Penelitian Ratri Kusumawardhani berfokus untuk mengurangi kecenderungan misbehaviour sedangkan penelitian saya berfokus pada mengurangi kebiasaan terlambat pada siswa, Metode penelitian Ratri kusumawardhani menggunakan kuantitatif sedangkan penelitian sayamenggunakan metode penelitian kualitatif.³⁴
- b) Arrizki Fadlillah Arsyad Universitas Negeri Semarang tahun 2020, Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Self Management Untuk

³⁴ Ratri Kusumawardhani, "Self-Management Untuk Mengurangi Kecenderungan Misbehavior Pada Siswa Sekolah Dasar", (Skripsi Universitas Muhammadiyah Malang, 2018), diakses tanggal 19 November 2021, <https://eprints.umm.ac.id/38470/>.

Mengurangi Perilaku Merokok Pada Siswa Kelas Xi Di SMA Gita Bahari Semarang, Hasil dari penelitian ini adalah terdapat perilaku merokok yang tinggi pada siswa dan dilakukan bimbingan kelompok menggunakan metode self manajemen dan terbukti efektif digunakan. penelitian Arrizki Fadhilah Arsyad mempunyai fokus untuk mengurangi perilaku merokok sedangkan penelitian saya lebih fokus untuk mengurangi kebiasaan terlambat.³⁵

- c) Hare Farida Elisabet Hilapok Universitas Sanata Dharma Yogyakarta tahun 2015, Upaya mengurangi kebiasaan datang terlambat ke sekolah pada siswa siswi SMA 3 Maret melalui layanan konseling kelompok dengan pendekatan brief counselling (penelitian tindakan), menggunakan penelitian dua siklus. Pada siklus pertama Hare Farida meneliti selama satu minggu dan mendapatkan tingkat keterlambatan tinggi dan pada siklus kedua Hare Farida meneliti selama empat puluh hari dengan diberikan suatu tindakan dan menunjukkan perubahan nilai keterlambatan, Penelitian Hare Farida menggunakan metode brief counselling sedangkan penelitian saya menggunakan metode self manajemen Penelitian Hare Farida menggunakan metode penelitian tindakan sedangkan penelitian saya menggunakan penelitian Kualitatif.³⁶
- d) Rizqy Fadliyani Universitas Islam Negeri Sumatra Utara Medan tahun 2019, Upaya Guru Bk Dalam

³⁵ Arrizki Fadlillah Arsyad, "Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Merokok Pada Siswa Kelas Xi Di Sma Gita Bahari Semarang", (Skripsi Universitas Negeri Semarang, 2020). Diakses tanggal 19 November 2021, <http://lib.unnes.ac.id/38508/1/1301415068.pdf>.

³⁶ E.H Hare Farida, 'Upaya Mengurangi Kebiasaan Dating Terlambat Ke Sekolah Pada Siswa Siswi SMA Tiga Maret Melalui Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Brief Counselling (Penelitian Tindakan)' (Universitas Sanata Dharma Yogyakarta, 2015).

Mengurangi Perilaku Terlambat Siswa Dengan Menggunakan Layanan Konseling Individu Di Kelas XI MAS PAB I Sampali, Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada jenis perilaku siswa yang terlambat, khususnya keterlambatan yang disengaja yang dipengaruhi oleh beberapa unsur, khususnya apatis untuk mengatur, memiliki kesempatan untuk merokok, contoh yang hina dan keterlambatan yang tidak diharapkan karena jauh dari rumah, bangun terlambat dan tidak adanya transportasi ke sekolah, Penelitian saya menggunakan metode self manajemen berbasis layanan kelompok sedangkan penelitian Rizqi Fadliyani metode self manajemen menggunakan layanan konseling individu.³⁷

Jadi berdasarkan hasil penelitian yang sesuai sebelumnya, diyakini bahwa penggunaan metode self manajemen ini dapat diterapkan pada siswa untuk mengurangi kecenderungan terlambat atau kebiasaan terlambat mereka sehingga siswa ingin mengurangi kebiasaan mereka atau bahkan tidak bertindak terlambat dengan melakukan teknik manajemen diri dalam prosesnya. siswa dapat menyetujui prinsip-prinsip aturan di sekolah tanpa terlambat.

C. Kerangka Berfikir

Dalam penelitian ini peneliti mencoba untuk mengetahui implementasi metode self manajemen untuk mengurangi kebiasaan terlambat pada siswa MTs Ribhul Ulum Demak dengan menggunakan konseling kelompok. Layanan konseling kelompok adalah suatu upaya untuk membantu siswa memecahkan masalah melalui pemanfaatan dinamika kelompok dan memberikan kesempatan kepada mereka untuk bersama-sama berdiskusi

³⁷ Rizqi Fadliyani, "Upaya Guru Bk Dalam Mengurangi Perilaku Terlambat Siswa Dengan Menggunakan Layanan Konseling Individu Di Kelas Xi Mas Pab I Sampali", (Skripsi Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, 2019), <http://repository.uinsu.ac.id/8624/1/pdf%20burningan%20skripsi.pdf>.

dan memecahkan masalah melalui dinamika kelompok dalam konseling kelompok.³⁸

Kerangka berpikir adalah garis pemikiran yang dikembangkan atas dasar kegiatan penelitian yang dilakukan. Menurut Mujiman dalam Ningrum, kerangka berpikir adalah suatu konsep yang mencakup hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat untuk memberikan tanggapan temporal.

GAMBAR 2.1.

KERANGKA BERFIKIR



³⁸ Slamet. Nasrina Nur Fahmi, "Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Smk Negeri 1 Depok Sleman", *Jurnal Hisbah*, 13.1 (2016), 69–84, 70, Diakses Tanggal 9 November 2021, <http://ejournal.uin-suka.ac.id/dakwah/hisbah/article/viewFile/1078/950>.