

Meningkatkan Kedisiplinan Mahasiswa Manggarai dengan *Self Management*

Eleonora Sunarti Dahul¹, Romia Hari Susanti², Laily Tiarani Soejanto³

Universitas PGRI Kanjuruhan Malang^{1, 2, 3}

Email: elendahul97@gmail.com¹, romiaharisusanti@unikama.ac.id²,
lailytiarani@unikama.ac.id³

Abstract:

Discipline is visible student behavior. Discipline is formed through values, customs, rules and norms that apply in society. Therefore, as a student, wherever he is from, he is obliged to apply discipline wherever he is studying. This study aims to improve the discipline of Manggarai students who are currently studying at Universitas PGRI Kanjuruhan Malang, because these students in the initial study of the research showed a low level of discipline. This study applied a pre-experimental design with one group pre-test and post-test design. The sampling technique used is purposive sampling. The researcher determined five students as research subjects who had fulfilled the purposive sampling requirements from the pretest results. This research instrument applies a disciplinary scale and group counseling guidelines so that the research process and results can be obtained optimally according to the researchers' expectations. The results of the study showed differences in the average scores of students' discipline pretest and posttest, where students received a low pretest and a high posttest. Furthermore, the results of the Wilcoxon test analysis show a probability score that is smaller than 0.05, meaning that self-management techniques can improve student discipline.

Keyword: group counseling, self- management techniques, discipline

Received August 17, 2022; Revised September 20, 2022; Accepted October 1, 2022

How to Cite: Dahul, E. S., Susanti, R. H., & Soejanto, L. T. (2022). Efektifitas Teknik Self Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Mahasiswa Universitas PGRI Kanjuruhan Malang yang Berasal dari Manggarai. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 8(1), 31-36.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2022 by author and Guidance and Counseling Program of Faculty of Education Sciences Universitas PGRI Kanjuruhan Malang.

PENDAHULUAN

Disiplin adalah salah satu diantara sekian banyak perilaku yang wajib dimiliki mahasiswa dalam menjalani kesehariannya (Anjani et al., 2020). Mahasiswa yang disiplin dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan dimana ia tinggal, sehingga dapat mengaktualisasikan diri dengan baik (Isthifa & Yani, 2014). Lembaga pendidikan merupakan salah satu tempat dimana mahasiswa dapat melatih disiplin dengan sangat baik. Lembaga pendidikan yang peneliti maksud adalah universitas, dimana universitas merupakan salah satu lembaga pendidikan yang melatih mahasiswa menjadai lebih berakhlak mulia, cerdas, dan disiplin (Putra et al., 2014). Dilain sisi, jika disiplin tidak diterapkan di lingkungan Universitas maka mahasiswa yang ada pasti mengikuti pembelajaran dengan ala kadarnya, sehingga berakibat banyak kejadian melanggar nilai dan norma yang ada di universitas sehingga kegiatan pembelajaran terganggu karenanya (Priyodarminto, 1992).

Pada lingkungan universitas itu sendiri, salah satunya Universitas PGRI Kanjuruhan Malang, masih kerap terjadi adanya pelanggaran disiplin oleh mahasiswanya (Reski et al., 2017). Terdapat beberapa faktor yang membuat mahasiswa melanggar disiplin diantaranya mahasiswa tidak mendapatkan pengetahuan kedisiplinan, belum suda akan disisplinkesadaran, tidaka taat, tidak adanya keinginan berdisiplin. Hendaknya seorang mahasiswa mampu melaksanakan disiplin dengan secara sadar dan tanpa paksaan dari pihak manapun, karena sesuai dengan fungsinya disiplin menurut (Tu'u, 2004) bermanfaat untuk menata kehidupan harmonis, membangun dan melatih kepribadaian yang baik, sehingga dapat menjadikan lingkungan yang kondusif sesuai dengan nilai dan norma yang berlaku.

Dari berbagai Mahasiswa yang peneliti temukan pada studi awal penelitian di Universitas PGRI Kanjuruhan Malang, peneliti menyimpulkan bahwa mahasiswa yang berasal dari Manggarai Nusa Tenggara Barat banyak melanggar kedisiplinan, hal ini ditunjukkan dengan enggan kuliah karena malas, tidak berpaikain rapi sesuai peraturan universitas, jarang masuk kelas perkuliahan, tidak mengerjakan tugas kuliah, tidur di dalam kelas, menunda mengerjakan tugas perkuliahan, dan jarang melaksanakan bimbingan dengan dosen pembimbing skripsi. Dengan ini peneliti berupaya untuk meningkatkan kedisiplinan mahasiswa manggarai secara umum agar tidak mempengaruhi mahasiswa dalam melaksanakan kehidupan sehari-harinya (Samsudin, 2020), khususnya disiplin dalam bertanggung jawab menyelesaikan tugasnya sebagai mahasiswa di Universitas PGRI Kanjuruhan Malang (Bariyyah et al., 2018).

Menurut (Wahkidi & Widyarningsih, 2022) disiplin adalah bentuk taat dan mengendalikan diri yang berkaitan erat dengan sikap sadar dan rasionalis, dan kontrol emosi yang baik. Artinya disiplin dapat di bentuk dari bagaimana seseorang dapat mengendalikan diri sesuai dengan norma dan aturan yang diwujudkan secara nyata. Kendali dan kontrol diri adalah bagian penting dalam mewujudkan kedisiplinan, sehingga perlu adanya pendekatan yang agar mahasiswa dapat mengatur dan mengarahkan diri supaya tanggung jawab yang dimiliki sebagai mahasiswa dapat terpenuhi (Susanti, 2015). Sesuai penelitian sebelumnya yang dilaksanakan oleh (Indrayana, 2018) kedisiplinan dapat dilatih kepada mahasiswa dengan menggunakan teknik *self-management*, karena disiplin adalah perilaku yang dapat di bentuk dan diciptakan karena adanya pembiasaan rangkaian perilaku, diantaranya ketertiban, kepatutan, dan ketaanya terhadap peraturan yang berlaku (Putri & Sedanayasa, 2016).

Karena dapat di bentuk dan diciptakan berkat adanya pembiasaan rangkaian perilaku, disiplin sangat erat hubungannya jika ditingkatkan dengan pendekatan behavioral melalui latihan secara teori dan praktik. Salah satu pendekatan behavioral yang cocok dengan disiplin adalah Self-management sebagai salah satu teknik dalam konseling behavioral merupakan strategi yang dapat digunakan untuk menyelesaikan masalah-masalah yang berasal dari perilaku dan kebiasaan konseli (Powell & Perron, 2010). Self-management adalah salah satu teknik perubahan tingkah laku dengan cara mengamati dan mengatur apa yang hendak dilaksanakan mahasiswa, artinya mahasiswa berlatih mengamati diri, mengendalikan, memotivasi, dan memberikan reward kepada diri sendiri jika tugas yang hendak dilakukan telah usai dengan baik (Komalasari et al., 2018). Selanjutnya menurut (Monica & Gani, 2016) self-management adalah teknik perubahan tingkah laku yang diberikan konselor kepada konseli dengan cara mengamati kemudian mengarahkan konseli melalau pemikiran dan perbuatan guna melaksanakan tingkah laku baru yang lebih baik dari sebelumnya.

Teknik self-management menunjuk pada suatu teknik dalam terapi kognitif-behavior (Capuzzi & Stauffer, 2016). Self-Management bertujuan agar mahasiswa yang memiliki kedisiplinan rendah dapat meningkatkan kemampuan untuk lebih disiplin melalui cara mengubah perilaku yang dipengaruhi oleh pikiran, perasaan, dan tindakan yang dilakukan dikampus maupun di luar kampus tanpa paksaan dari orang lain, selain itu untuk mengurangi perilaku yang tidak pantas dan mengganggu seperti tidak menyelesaikan tugas kuliah dan tugas mandiri dan efisien, dll.) dan meningkatkan sosial, adaptif dan kemampuan bahasa/komunikasi (Neitzel & Busick, 2009). Menciptakan kedisiplinan kepada mahasiswa bertujuan untuk mendidik mahasiswa agar sanggup memerintahkan diri sendiri. Mereka dilatih untuk dapat menguasai kemampuan dapat mengatur dirinya sendiri, sehingga mahasiswa mengerti kelemahan atau kekurangan yang ada pada dirinya, hal tersebut sesuai dengan tujuan dari teknik self-management yaitu membantu konseli agar dapat mengubah perilaku negatifnya dan mengembangkan perilaku positifnya (Neitzel & Busick, 2009). Dalam melaksanakan teknik self-management, konselor membantu konseli dalam menyusun rencana yang meliputi pemantauan diri (self-monitoring), penilaian diri (self-evaluation), penguatan diri (self reinforcement) dan sasaran perilaku (target behavior) (Niu & Niemi, 2020).

Proses perubahan ke arah tingkah laku positif dapat dipelajari oleh mahasiswa melalui hasil pengamatan kepada diri sendiri dan orang lain yang dapat diperoleh dalam setting konseling kelompok dengan penerapan teknik self-management. Penyelenggaraan konseling kelompok memberikan kesempatan mahasiswa membahas dan menyelesaikan masalah yang dialami melalui dinamika kelompok (Mashunah, 2017). Interaksi yang dibangun dalam konseling kelompok bertujuan agar mahasiswa memperoleh banyak informasi yang berfokus pada pengembangan pribadi dan proses berfikir secara sadar yang dapat membantu individu menemukan kekuatan-

kekuatan dari dalam diri untuk mengendalikan dan mengontrol dirinya sesuai tata aturan yang dilakukan berdasarkan pertimbangan rasional (Porter et al., 2004).

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan eksperimen (Creswell & Creswell, 2017). Metode penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas self-management dalam meningkatkan kedisiplinan mahasiswa. Desain yang digunakan dalam penelitian eksperimen ini adalah pre-exsprimental dengan one group pretest-posttest design (Knapp, 2016). Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat kedisiplinan mahasiswa sebelum dan sesudah treatment adalah skala kedisiplinan (Arifin, 2017). Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling yang diambil berdasarkan atas tujuan tertentu yaitu mahasiswa dengan kedisiplinan rendah (Etikan et al., 2016). Berdasarkan hasil analisis data pretest diperoleh 5 subjek penelitian yang masuk dalam kategori tingkat kedisiplinan rendah. Dalam analisis data digunakan teknik analisis non-parametrik dengan menggunakan rumus uji Wilcoxon Signed Ranks Test untuk menguji subjek yang sama dengan dua kondisi dan petunjuk yang berbeda (Rey & Neuhäuser, 2011).

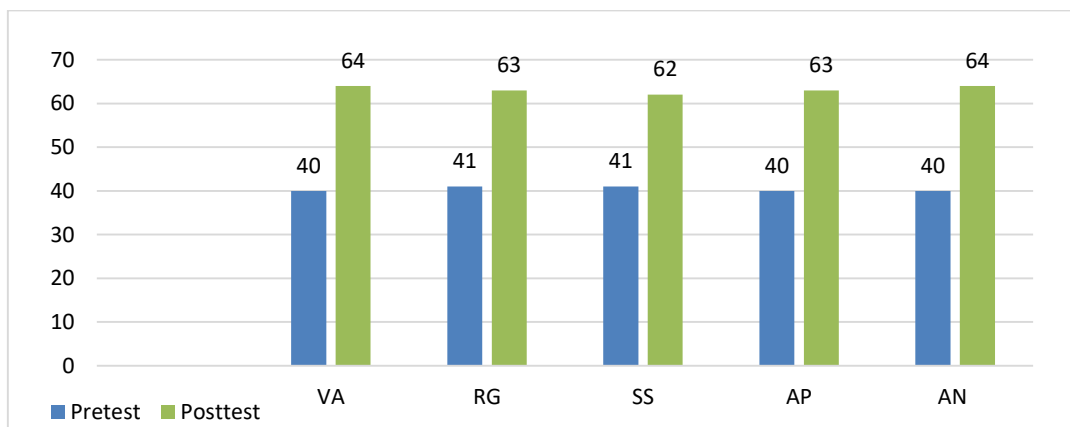
HASIL

Jumlah populasi penelitian 40 mahasiswa Manggarai, Nusa Tenggara Timur. Setelah di berikan *pre-test* skala kedisiplinan maka diperoleh subjek penelitian sebanyak 5 mahasiswa yang memiliki tingkat kedisiplin rendah. Sesudah mendapatkan subjek dengan golongan rendah peneliti memberikan treatment selama 2 pekan, dan sesudah itu subjek diberi *post-test* dengan mengaplikasikan skala kedisiplinan yang sama. Berikut hasil perbandingan perbandingan hasilnya:

Tabel 1. Perbedaan Skor *Pretest* dan *Posttest* Kedisiplinan

Nomor	Nama	Pretest		Posttest	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	VA	40	Rendah	64	Tinggi
2	RG	41	Rendah	63	Tinggi
3	SS	41	Rendah	62	Tinggi
4	AP	40	Rendah	63	Tinggi
5	AN	40	Rendah	64	Tinggi
Rata-rata		40,4		63,2	

Berdasarkan tabel 1. dapat dilihat perbedaan tingkat kedisiplinan mahasiswa mengalami peningkatan yang awalnya masuk kategori rendah menjadi kategori tinggi dengan pemberian teknik *self management*. Untuk lebih jelasnya berikut disajikan grafik perbedaan skor *pretest* dan *posttest* kedisiplinan.



Grafik 1. Diagram Hasil Skor *Pretest* dan *Posttest*

Berdasarkan grafik 1 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor antara sebelum perlakuan (*pretest*) dan sesudah (*posttest*), yakni adanya peningkatan kedisiplinan mahasiswa. Dapat dilihat berdasarkan grafik setelah pemberian *treatment* dan berkomitmen untuk mengaplikasikan teknik *self management* kelima mahasiswa mengalami peningkatan kedisiplinan.

Analisis data menggunakan uji wilcoxon, berikut disajikan perhitungan analisis data penelitian uji wilcoxon one grup *pretest post-test*.

Tabel 2. Hasil Uji Jenjang Bertanda Wilcoxon Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest – Pretest	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	5 ^b	3.00	15.00
	Ties	0 ^c		
	Total	5		

a. Posttest < Pretest

b. Posttest > Pretest

c. Posttest = Pretest

Tabel 3. Hasil Uji Coba Wilcoxon Test Statistics^a

	Posttest – Pretest
Z	-2.032 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.042

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan hasil dari SPSS diperoleh nilai sig sebesar $0,042 < 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan skor sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan. Sehingga kesimpulannya adalah pemberian perlakuan teknik *self management* efektif untuk meningkatkan kedisiplinan mahasiswa.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan kondisi awal penelitian, skor kedisiplinan mahasiswa rendah, namun kualitas perilaku kedisiplinan berubah setelah diberikan perlakuan metode konseling kelompok dan teknik *self management*. Hal ini menunjukkan bahwa tujuan penelitian telah tercapai, yaitu untuk membuat mahasiswa lebih disiplin, dapat dipercaya, tidak ceroboh dan mampu melakukan sesuatu dengan benar. Sesuai dengan pendapat tersebut (Sudani et al., 2013) bahwa sikap disiplin merupakan hak dan tanggung jawab yang wajib dipenuhi dalam mempertimbangkan segala resiko dari tindakan yang dilakukan, menghindari sikap buruk, dan kecerobohan. Namun nyatanya, ada 5 mahasiswa Mangarai di Universitas PGRI Kanjuruhan Malang yang kurang disiplin.

Metode konseling kelompok dan *self management* disediakan dalam penelitian ini sehingga interaksi antara konselor dengan konseli, dan antar konseli lainnya. Namun, tujuan utamanya bukan untuk meningkatkan persatuan kelompok, tetapi membantu setiap anggota kelompok untuk menemukan solusi dari masalah yang sulit bagi mereka (Briesch DuBois et al., 2017). Intervensi dapat dilakukan melalui konseling kelompok dan berbagai metode, utamanya teknik *self management*.

Menurut hasil penelitian ini dimana mahasiswa yang sebelumnya memiliki kedisiplinan rendah setelah diberikan konseling kelompok teknik *self management*, mampu meningkatkan kedisiplinan lima mahasiswa dengan yang awalnya kedisiplinan diri rendah hingga menjadi tinggi. Hal ini ditekankan dari skor pre-test (*pre-test*) dan post-test (*post-test*) dimana skor meningkat setelah mengikuti konseling kelompok teknik *self management*. Hal ini sejalan dengan konsep perilaku (termasuk konseling kelompok teknik *self management*). Pendekatan behavioral yang berfokus pada perilaku saat ini dan mengharuskan individu untuk dapat bertanggung jawab atas apa yang mereka lakukan (Corey, 2016). Perubahan di mana seseorang mencoba untuk mengubah diri mereka sendiri untuk menjadi normal. Pandangan lain dari Glaser (Komalasari et al., 2018) yang menyatakan bahwa setiap orang ingin dipuaskan dan merasa berhasil diidentifikasi dengan menunjukkan sikap tanggung jawab dan memiliki hubungan interpersonal yang bermakna.

Beberapa temuan penelitian sebelumnya (Widodo, 2012) menunjukkan bahwa konseling kelompok efektif dalam meningkatkan pelatihan disiplin. Penelitian yang telah dilakukan (Seriwati, 2018) menunjukkan bahwa konseling kelompok efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa. Hal ini dilanjutkan dengan penelitian

yang dilakukan oleh (Masrohan & Pratiwi, 2014) dimana penelitiannya juga menyatakan bahwa konseling kelompok realita efektif dalam meningkatkan praktik mengajar siswa kelas XI IPS di SMA N 1 Rogojampi Bayuwangi. Berikut penelitian yang bersumber dari (Juita et al., 2021) yang menunjukkan bahwa konseling kelompok realita efektif dalam meningkatkan tanggung jawab akademik mahasiswa Mangarai Universitas PGRI Kanjuruhan Malang dan penelitian yang dilakukan oleh (Faijin, 2019) disiplin belajar mahasiswa BK dapat ditingkatkan dengan metode kelompok.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti di lapangan serta analisis serta pembahasan yang telah diuraikan maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kedisiplinan mahasiswa Manggarai di Universitas PGRI Kanjuruhan Malang sebelum diberikan penerapan teknik self management berada pada kategori “rendah” sebab rata-rata skor pretest angket kedisiplinan mahasiswa mencapai 40,4 dan tingkat Kedisiplinan Mahasiswa Manggarai Di Universitas PGRI Kanjuruhan Malang setelah penerapan teknik self management berada pada kategori “sangat tinggi” karena rata-rata posttest angket kedisiplinan mahasiswa adalah sebesar 63,2.

Berdasarkan kesimpulan yang dipaparkan diatas maka dapat dikemukakan sarankan teknik self management sebagai jalur untuk mahasiswa dalam belajar meningkatkan kedisiplinan, oleh karena itu penting untuk mahasiswa untuk berdisiplin dan bisa bersikap jujur. Dengan begitu mahasiswa akan memperoleh masukan, motivasi baik dari konselor maupun sesama anggota guna meningkatkan kedisiplinan mahasiswa dan dari hasil penelitian ini dimana teknik self management mampu meningkatkan kedisiplinan mahasiswa. Melalui hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber masukan untuk konselor ataupun praktisi bimbingan dan konseling dimana nantinya bisa menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan pertimbangan dalam penggunaan strategi dan tentunya mampu meningkatkan layanan bimbingan dan konseling dalam menangani individu baik mahasiswa, pelajar ataupun individu yang memiliki masalah terkait kedisiplinannya yang rendah. Sehingga mahasiswa ataupun pelajar dapat meningkatkan kedisiplinan.

DAFTAR RUJUKAN

- Anjani, W. S., Arumsari, C., & Imaddudin, A. (2020). Pelatihan self management untuk meningkatkan disiplin belajar siswa. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research*, 4(01), 41–56.
- Arifin, Z. (2017). Kriteria instrumen dalam suatu penelitian. *Jurnal Theorems (the Original Research of Mathematics)*, 2(1).
- Bariyyah, K., Hastini, R. P., & Sari, E. K. W. (2018). Konseling realita untuk meningkatkan tanggung jawab belajar siswa. *Konselor*, 7(1), 1–8.
- Briesch DuBois, J. M., Briesch, A. M., Hoffman, J. A., Struzziero, J., & Toback, R. (2017). Implementing self-management within a group counseling context: Effects on academic enabling behaviors. *Psychology in the Schools*, 54(8), 852–867.
- Capuzzi, D., & Stauffer, M. D. (2016). Counseling and Psychotherapy: Theories and Interventions. In *Counseling and Psychotherapy*.
- Corey, G. (2016). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy, Enhanced*. Cengage Learning.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Sage Publications.
- Etikan, I., Musa, S. A., & Alkassim, R. S. (2016). Comparison of convenience sampling and purposive sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5(1), 1–4.
- Faijin, F. (2019). Penerapan Konseling Kelompok Realita Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling. *Guiding World: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 46–55.
- Indrayana, R. (2018). *Penerapan Strategi Self-Management untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri di Sekolah Pada Siswa Kelas X MIA 3 SMA Negeri 1 Ngadirojo Kabupaten Pacitan*. State University of Surabaya.
- Isthifa, F., & Yani, M. T. (2014). Strategi Dan Gambaran Pembentukan Perilaku Disiplin Siswa Melalui Program Pengembangan Diri di SMP Negeri 1 Bungah Gresik. *Kajian Moral Dan Kewarganegaraan*, 2(2), 499–514.
- Juita, B. D., Susanti, R. H., & Permatasari, D. (2021). Upaya Meningkatkan Tanggung Jawab Akademik Mahasiswa Manggarai Universitas PGRI Kanjuruhan Malang Melalui Konseling Kelompok Realita. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 6(2), 56–61.
- Knapp, T. R. (2016). Why Is the One-Group Pretest–Posttest Design Still Used? *Clinical Nursing Research*, 25(5), 467–472. <https://doi.org/10.1177/1054773816666280>

- Komalasari, G., Wahyuni, E., & Karsih. (2018). *Teori dan Teknik Konseling*. Indeks.
- Mashunah, F. (2017). Upaya Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar melalui Konseling Kelompok Realita pada Siswa kelas VIII SMP N 1 Prambon Nganjuk Tahun Pelajaran 2015/2016. *Jurnal FKIP/Bimbingan Konseling UNP Kediri*.
- Masrohan, A., & Pratiwi, T. I. (2014). Penerapan Konseling Kelompok Realita Teknik WDEP untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Rogojampi Banyuwangi. *Jurnal BK UNESA*, 4(3).
- Monica, M. A., & Gani, R. A. (2016). Efektivitas layanan konseling behavioral dengan teknik self-management untuk mengembangkan tanggung jawab belajar pada peserta didik Kelas XI SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung tahun ajaran 2015/2016. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(2), 119–132.
- Neitzel, J., & Busick, M. (2009). Overview of self-management. *Chapel Hill, NC: National Professional Development Center on Autism Spectrum Disorders, Frank Porter Graham Child Development Institute, The University of North Carolina*.
- Niu, S. J., & Niemi, H. (2020). Teachers support of students' social-emotional and self-management skills using a solution-focused skillful-class method. *The European Journal of Social & Behavioural Sciences*.
- Porter, J. F., Spates, C. R., & Smitham, S. (2004). Behavioral activation group therapy in public mental health settings: a pilot investigation. *Professional Psychology: Research and Practice*, 35(3), 297.
- Powell, T., & Perron, B. E. (2010). Self-help groups and mental health/substance use agencies: The benefits of organizational exchange. *Substance Use & Misuse*, 45(3), 315–329.
- Prijodarminto, S. (1992). *Disiplin Kiat Menuju Sukses*, Jakarta: PT. Pradnya Paramita.
- Putra, I. W. A. S., Suranata, K., & Dharsana, I. K. (2014). Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Shaping Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Pada Siswa Kelas X Mia 4 Di Sma Negeri 2 Singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 2(1).
- Putri, D. A. W. M., & Sedanayasa, G. (2016). Efektifitas Konseling Behavioral Teknik Modeling Dan Teknik Aversif Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Kelas X Akomodasi Perhotelan SMK Negeri 2 Singaraja Tahun Pelajaran 2015/2016. *Jurnal Jurusan Bimbingan Konseling Undiksha*, 5(1).
- Reski, N., Taufik, T., & Ifdil, I. (2017). Konsep diri dan kedisiplinan belajar siswa. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 3(2), 85–91.
- Rey, D., & Neuhaus, M. (2011). Wilcoxon-signed-rank test. In *International encyclopedia of statistical science* (pp. 1658–1659). Springer.
- Samsudin, S. (2020). Kedisiplinan Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas VIII SMPN 1 Woha. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 4(4).
- Seriwati, S. (2018). Penerapan Konseling Kelompok Realita Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Di Sekolah. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 3(2), 56–60.
- Slameto. (1988). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Bina Aksara.
- Sudani, N. K., Suarni, N. K., & Setuti, N. M. (2013). Penerapan Konseling Eksistensial Humanistik Teknik Pemodelan untuk Meningkatkan Perilaku Tanggung Jawab Belajar Siswa Kelas VIII E SMP Negeri 1 Sukasada. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 1(1).
- Susanti, R. H. (2015). Meningkatkan kesadaran tanggung jawab siswa smp melalui penggunaan teknik klarifikasi nilai. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 1(1), 38–46.
- Tu'u, T. (2004). Peran disiplin pada perilaku dan prestasi siswa. *Jakarta: Grasindo*, 82.
- Wahkidi, L., & Widyaningsih, T. S. (2022). Application of Self Management Techniques in Improving Children's Learning Discipline While at Home in Elementary School Students. *Jurnal Keperawatan*, 14(3), 917–922.
- Widodo, B. (2012). Keefektifan Konseling Kelompok Realitas Mengatasi Persoalan Perilaku Disiplin Siswa di Sekolah. *Widya Warta*, 35(01).