

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah merupakan lembaga institusi yang bertanggung jawab untuk memberikan pendidikan dan pembelajaran bagi para peserta didik. Didalamnya terdapat ketentuan-ketentuan yang harus diikuti oleh semua pihak yang terlibat, termasuk aturan-aturan tentang tata tertib di sekolah. Sebagai seorang peserta didik, mematuhi tata tertib sekolah merupakan kewajiban yang harus dilakukan agar mendukung keberhasilan proses pembelajaran dan membentuk kepribadian yang bertanggung jawab dan disiplin. Peserta didik yang memiliki disiplin yang baik, pendidikan yang baik, kecerdasan intelektual, mental dan spiritual akan memiliki kemampuan yang lebih baik untuk bersaing menghadapi tantangan kehidupan dimasa depan.

Disiplin merujuk pada kemampuan seseorang untuk mengontrol diri sesuai dengan aturan. Disiplin juga merupakan sikap mental individu yang mencerminkan ketaatan dan kepatuhan yang didasarkan pada kesadaran dalam menjalankan tugas dan kewajibannya untuk mencapai tujuan tertentu. Kedisiplinan merujuk pada kondisi yang terbentuk melalui perilaku yang menunjukkan nilai seperti ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan, dan ketertiban (Padil & Nashruddin, 2021). Kesadaran terhadap kedisiplinan timbul dari diri sendiri dengan motivasi yang kuat untuk mengikuti peraturan, nilai, dan hukum yang berlaku dalam lingkungan tertentu. Dalam konteks pendidikan, kedisiplinan membantu menciptakan kondisi belajar yang teratur dan efektif, sehingga peserta didik dapat menjadi pribadi yang patuh dan berkepribadian kuat. Kata “disiplin” sendiri berasal dari kata “*disciple*” yang berarti belajar dengan sukarela mengikuti pemimpin untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Akmaluddin & Haqiqi, 2019).

Di Indonesia, kedisiplinan peserta didik merupakan masalah yang perlu menjadi perhatian. Beberapa kasus menunjukkan bahwa kedisiplinan peserta didik di sekolah masih menjadi masalah tersendiri dan menjadi penyebab

terjadinya beberapa kenakalan remaja, seperti bolos sekolah, kekerasan antar peserta didik, tentunya juga berpengaruh terhadap proses belajar dan mengajar sehingga membuat peringkat pendidikan Indonesia kalah dengan negara lain di Benua Asia. Berdasarkan hasil pemeringkatan negara dengan pendidikan terbaik tahun 2021 yang dilakukan oleh *US News and World Report*, *BAV Group*, dan *Wharton School of the University of Pennsylvania*, tentang penyediaan pendidikan yang berkualitas menunjukkan Indonesia berada diperingkat ke 54 dari 78 negara. Hal tersebut menunjukkan bahwa pendidikan di Indonesia masih mengalami banyak permasalahan, salah satu indikatornya adalah tentang kedisiplinan peserta didik (Yulianingsih, 2022).

Permasalahan kedisiplinan ini juga terjadi disalah satu sekolah di Kabupaten Kuningan yaitu di SMP Negeri 2 Japara. Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada tahun 2023, melalui observasi dan wawancara dengan guru bimbingan konseling dan wakasek kepeserta didikan di SMP Negeri 2 Japara, hasilnya menunjukkan bahwa banyak peserta didik yang melakukan pelanggaran. Bentuk pelanggaran tersebut yaitu peserta didik sering terlambat masuk sekolah, sering bolos sekolah, tidak menaati peraturan dalam berpakaian, mengumpulkan tugas tidak sesuai dengan waktu yang sudah ditentukan, tidak disiplin dalam perkataan seperti berkata kasar dan berbohong, banyaknya peserta didik yang tidak mandiri dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas sehingga mereka menyontek, dan peserta didik yang tidak menghormati guru ketika sedang belajar sehingga mempengaruhi kegiatan belajar mengajar.

Berdasarkan data sementara yang diperoleh dari buku catatan pelanggaran peserta didik sekolah SMP Negeri 2 Japara, tercatat di tahun 2022 ada puluhan kasus terkait masalah kedisiplinan peserta didik. Dampak ketidaksiplinan peserta didik berpengaruh besar terhadap kondusifitas dan efektifitas pembelajaran. Sering kali peserta didik yang tidak disiplin membuat guru menjadi tidak nyaman yang berakibat kurang maksimalnya penyampaian materi yang dilakukan oleh guru. Kemajuan teknologi yang

berdampak negatif dan pandemi Covid-19 juga semakin menambah masalah kedisiplinan peserta didik di sekolah.

Melihat dampak peserta didik yang tidak disiplin menyebabkan terganggunya tujuan pembelajaran. Jika peserta didik tidak menyadari pentingnya disiplin, mereka mungkin menganggap bahwa belajar tidaklah penting. Perilaku tidak disiplin dapat menghalangi peserta didik untuk memahami dan menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan, sehingga dapat mengganggu kegiatan dan proses pembelajaran. Selain itu, peserta didik yang tidak disiplin cenderung suka memberontak, sering menimbulkan masalah, mempengaruhi teman untuk berperilaku buruk, dan menjadi malas belajar (Maunti, 2021). Perilaku-perilaku tersebut dapat menurunkan prestasi akademik peserta didik, hal tersebut selaras dengan pendapat Kandoli dan Tulaka (2022) yang mengemukakan bahwa kedisiplinan berpengaruh terhadap prestasi belajar peserta didik. Artinya peningkatan kedisiplinan peserta didik akan menjadikan nilai hasil belajar dan prestasi akademik peserta didik meningkat. Begitu juga sebaliknya apabila kedisiplinan peserta didik menurun, maka nilai hasil belajar dan prestasi akademik peserta didik akan mengalami penurunan. Dengan adanya hal tersebut, menunjukkan bahwa adanya prestasi akademik yang kurang baik yang terjadi di lingkungan pendidikan.

Menurut Suradi (dalam Amra 2022), permasalahan ketidakdisiplinan peserta didik disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya: 1) faktor eksternal, mencakup segala hal di luar individu yang dapat memengaruhi peserta didik, termasuk faktor-faktor seperti perhatian orang tua, pola asuh keluarga, hubungan dengan guru di sekolah, serta pengaruh lingkungan pergaulan; 2) faktor internal adalah faktor atau karakteristik individu yang dapat dikendalikan oleh diri sendiri, seperti minat, motivasi, bakat, konsentrasi, dan kemampuan kognitif individu terhadap kedisiplinan peserta didik.

Melihat fenomena yang terjadi, maka perlu adanya upaya untuk mengatasi permasalahan tersebut. Bimbingan konseling merupakan salah satu jalan untuk dapat menyelesaikan permasalahan kedisiplinan peserta

didik. Bimbingan dan konseling adalah pelayanan bantuan kepada peserta didik, baik secara individu maupun kelompok, dengan tujuan agar mereka dapat mandiri dan berkembang secara optimal dalam berbagai aspek kehidupan pribadi, sosial, belajar, dan perencanaan karier. Pelayanan ini mencakup berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung yang didasarkan pada norma-norma yang berlaku (Hikmawati, 2016). Bimbingan dan konseling sudah diterapkan di beberapa lembaga pendidikan dan telah menjadi subjek penelitian oleh sejumlah peneliti sebelumnya, baik dalam pendekatan kuantitatif maupun kualitatif. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fatimatuzzahroh dan Muhid (2021) berkaitan dengan keefektifan bimbingan dan konseling dalam menangani permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik menunjukkan hasil bahwa bimbingan dan konseling dinilai efektif dalam mengatasi masalah yang dialami oleh para peserta didik dalam proses belajar khususnya pada permasalahan kedisiplinan.

Layanan bimbingan dan konseling mempunyai pendekatan-pendekatan dalam meningkatkan kedisiplinan peserta didik. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan *cognitif behavior therapy* (CBT) untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik. Aaron T. Beck (dalam Judith S. Beck, 2011) mendefinisikan *cognitive behavior therapy* (CBT) sebagai pendekatan konseling yang dirancang untuk menyelesaikan permasalahan konseli pada saat ini dengan cara melakukan restrukturisasi kognitif dan perilaku yang menyimpang. Pendekatan *cognitive behavior therapy* (CBT) didasarkan pada formulasi kognitif, keyakinan dan strategi perilaku yang mengganggu. Proses konseling didasarkan pada konseptualisasi atau pemahaman konseli atas keyakinan khusus dan pola perilaku konseli. Harapan dari *cognitive behavior therapy* (CBT) yaitu munculnya restrukturisasi kognitif yang menyimpang dan sistem kepercayaan untuk membawa perubahan emosi dan perilaku ke arah yang lebih baik.

Menurut Haslindah (2021), konseling *cognitif behavior therapy* (CBT) merujuk pada proses membantu seseorang memecahkan masalah *interpersonal*, emosional, dan keputusan tertentu. Konselor membantu

peserta didik dalam proses belajar dengan menciptakan kondisi yang memungkinkan peserta didik mengubah perilaku dan memecahkan masalah mereka. Hal senada juga disampaikan Hardianti (2019), konseling *cognitif behavioral therapy* (CBT) merupakan suatu teknik konseling yang terbukti efektif dalam memodifikasi berbagai perilaku seseorang, termasuk mengurangi atau menghilangkan perilaku yang tidak sesuai maupun meningkatkan perilaku yang diinginkan, dalam penelitiannya menunjukkan bahwa konseling *cognitif behavior therapy* dengan teknik *self management* efektif digunakan untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik. Dari hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sa'diyah (2016) menunjukkan hasil bahwa teknik *self management* efektif digunakan untuk memodifikasi tingkah laku agresif, seperti: membolos, kebiasaan merokok, kecanduan alkohol dan obat-obatan terlarang yang dapat membahayakan kesehatan.

Konseling *cognitif behavioral therapy* (CBT) memiliki beberapa metode yang dapat mendukung penyelesaian masalah kedisiplinan peserta didik, salah satu metode yang dipilih peneliti dalam membantu mengatasi permasalahan tersebut adalah teknik *self management*. Teknik *self management* adalah teknik dalam konseling *cognitif behavioral therapy* (CBT) yang mempelajari perilaku individu dengan tujuan mengubah perilaku yang tidak sesuai menjadi perilaku yang sesuai. *Self management* melibatkan individu dalam mengatur perilakunya sendiri. Dalam penerapan teknik *self management*, konseli memiliki tanggung jawab untuk mencapai keberhasilan konseling. Peran konselor adalah sebagai pengembang ide, fasilitator dalam merancang program dan motivator bagi konseli (Elvina, 2019).

Adapun kelebihan dari teknik *self management* menurut Khotimah (dalam Maskur, Pandang, & Anas 2021) yang menyatakan bahwa pelaksanaan teknik *self management* cukup sederhana, penerapannya dapat dikombinasikan dengan beberapa pelatihan yang lain, pelatihan ini dapat mengubah perilaku individu secara langsung melalui perasaan dan

sikapnya, disamping dapat dilaksanakan secara perorangan juga dapat dilaksanakan dalam kelompok.

Berdasarkan penjelasan di atas, permasalahan ketidakdisiplinan peserta didik berpengaruh terhadap kegiatan belajar mengajar yang pada akhirnya menyebabkan tujuan pendidikan tidak dapat dicapai secara optimal. Oleh karena itu, dipilihlah teknik *self management* sebagai upaya untuk memperbaiki perilaku tidak disiplin peserta didik yang kurang baik di sekolah, dengan tujuan memotivasi mereka dan meningkatkan tingkat disiplin mereka. Hal ini dilakukan sebagai tindakan perbaikan untuk mengubah peserta didik yang memiliki disiplin rendah menjadi lebih disiplin. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VIII Di Smp Negeri 2 Japara Kabupaten Kuningan”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, permasalahan yang muncul dapat diidentifikasi sebagai berikut:

- a. Masalah keterlambatan berangkat sekolah peserta didik yang terjadi di SMP Negeri 2 Japara Kabupaten Kuningan.
- b. Banyaknya kasus bolos sekolah yang dilakukan oleh peserta didik di sekolah SMP Negeri 2 Japara Kabupaten Kuningan.
- c. Masalah kedisiplinan peserta didik dalam mengumpulkan tugas tidak sesuai dengan waktu yang sudah ditentukan di sekolah SMP Negeri 2 Japara Kabupaten Kuningan.
- d. Masalah kedisiplinan peserta didik yang tidak menaati peraturan dalam disiplin berpakaian di sekolah SMP Negeri 2 Japara Kabupaten Kuningan.
- e. Masalah kedisiplinan peserta didik yang tidak menaati peraturan dalam disiplin perkataan, seperti berkata kasar dan berbohong.
- f. Banyaknya peserta didik yang tidak mandiri dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas sehingga mereka menyontek.

- g. Masalah kedisiplinan peserta didik yang tidak menghormati guru ketika sedang melakukan kegiatan belajar mengajar.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, untuk mencegah luasnya permasalahan maka peneliti memfokuskan masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini yaitu dibatasi pada efektivitas teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan pada peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 2 Japara Kabupaten Kuningan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

- a. Bagaimana gambaran tingkat kedisiplinan peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 2 Japara Kabupaten Kuningan sebelum diberikan *treatment* dengan teknik *self management*?
- b. Bagaimana rancangan teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 2 Japara Kabupaten Kuningan?
- c. Apakah teknik *self management* efektif untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 2 Japara Kabupaten Kuningan?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan diatas maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Untuk mendeskripsikan gambaran tingkat kedisiplinan peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 2 Japara Kabupaten Kuningan.
- b. Untuk menjelaskan penerapan teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 2 Japara Kabupaten Kuningan.
- c. Untuk mengetahui efektivitas teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 2 Japara Kabupaten Kuningan.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Dengan adanya penelitian ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam dunia pendidikan, dan juga peneliti berharap agar hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya dikemudian hari, khususnya yang berkaitan dengan teknik *self management* dan kedisiplinan peserta didik.

2. Secara Praktis

a. Bagi Peneliti

Dengan adanya penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti untuk mengembangkan keterampilan disiplin peneliti dalam penyusunan penelitian yang meliputi perancangan penelitian, mengumpulkan dan menganalisis data dan menginterpretasi hasil penelitian.

b. Bagi peserta didik

Dengan adanya penelitian ini dapat bermanfaat bagi peserta didik agar mampu mengatur waktu dan dapat meningkatkan kedisiplinan yang berdampak pada efektivitas kegiatan pembelajaran.

c. Bagi Sekolah

Melalui penelitian ini dapat membantu menjalankan visi misi sekolah mengenai kedisiplinan peserta didik SMP Negeri 2 Japara.

G. Sistematika Penulisan

Dalam mempermudah pemahaman dan gambaran terkait penelitian ini, maka disusunlah sistematika penelitian sebagai berikut:

BAB I : PENDAHULUAN

Bab ini berisi dan menjelaskan tentang latar belakang masalah, identifikasi masalah, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

BAB II: KAJIAN TEORI

Bab ini berisi dan mendeskripsikan teori dan konsep yang digunakan dalam penelitian ini yang berkaitan dengan teknik *self management*, kedisiplinan dan peserta didik. Kemudian juga

menjelaskan penelitian terdahulu, kerangka berfikir dan hipotesis penelitian.

BAB III: METODE PENELITIAN

Bab ini berisi dan menjelaskan tentang tempat dan waktu penelitian, pendekatan dan metode yang digunakan, data penelitian yang mencakup populasi dan sampel, definisi operasional variabel, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian dan teknik analisis data.

BAB IV: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Bab ini berisi dan menjelaskan rumusan masalah yang diajukan oleh penulis, adapun rumusan tersebut untuk mengetahui gambaran teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan pada peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 2 Japara Kabupaten Kuningan, untuk mengetahui rancangan teknik *self management* dan untuk menguji efektivitas teknik *self management* yang digunakan serta menjelaskan keterbatasan penelitian.

BAB V: PENUTUP

Bab ini berisi yang menyajikan kesimpulan dan saran serta lampiran dari kegiatan penelitian yang sudah dilakukan.

