

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK DISKUSI TERHADAP
PENINGKATAN *SELF MANAGEMENT* DALAM BELAJAR PADA SISWA SMK NEGERI 1
PERBAUNGAN TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

***THE INFLUENCE OF DISCUSSION TECHNICAL GROUP GUIDANCE SERVICES ON
IMPROVING SELF MANAGEMENT IN LEARNING IN STUDENTS OF SMK NEGERI 1
PERBAUNGAN ACADEMIC YEAR 2022/2023***

Shofiatul Marwah¹, Nurasyah²

^{1,2} Bimbingan Konseling Universitas Muslim Nusantara Al-Washliyah, Medan, Indonesia
shofiatulmarwah@umnaw.ac.id, nurasyah@umnaw.ac.id

ABSTRACT

The aim of this research is to determine the effect of group guidance services on improving self-management in students' learning. This research is quantitative research. This research method is an experimental method. The population in this study was all class X of SMK Negeri 1 Perbaungan for the 2022/2023 academic year. The research population consisted of 70 students from one department. The data collection technique that researchers used in this research was the discussion technique. With a sample of 10 students. The results of this research concluded that there was a positive increase in the provision of discussion technique group guidance services for Self Management. The results of this research were obtained by measuring self-management among students by distributing questionnaires before providing group guidance services (Pre-test) and after providing group guidance services (Post-test), the number of group guidance students was 10 people. The results of providing (Pre-test) on group guidance obtained an average of 18.46, while after providing group guidance services using discussion techniques (post-test), the average group guidance for students was 2.262, meaning the average self-management of students after receiving group guidance services with discussion techniques was higher than before receiving group guidance services (18.46>2.262). Based on this, the more often group guidance services are carried out using discussion techniques, the better the students' self-management will be. So "There is a positive influence between the influence of discussion technique group guidance services on improving students' self-management in studying at SMK Negeri 1 Perbaungan for the 2022/2023 academic year.

Keywords: *Group Guidance Services, Discussion, Self Management*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan adalah untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan *self management* dalam belajar pada siswa. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Metode Penelitian ini adalah metode eksperimen. populasi dalam penelitian ini adalah seluruh kelas X SMK Negeri 1 Perbaungan tahun pembelajaran 2022/2023. Adapun yang menjadi populasi penelitian terdiri dari satu jurusan sebanyak 70 siswa. Teknik Pengambilan data yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah Teknik diskusi. Dengan sampel sebesar 10 orang siswa. Hasil penelitian ini adalah disimpulkan bahwa terjadi peningkatan secara positif pemberian layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap *Self Management*. Hasil penelitian ini diperoleh dengan melakukan pengukuran *self management* pada siswa dengan menyebarkan angket sebelum pemberian layanan bimbingan kelompok (*Pre-test*) dan setelah pemberian layanan bimbingan kelompok (*Post-test*), jumlah siswa bimbingan kelompok 10 orang. Hasil pemberian (*Pre-test*) pada bimbingan kelompok diperoleh rata-rata 18,46 sedangkan setelah pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi (*post-test*) diperoleh rata-rata bimbingan kelompok pada siswa ialah 2,262 artinya rata-rata *self management* siswa setelah mendapat layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi lebih tinggi dari pada sebelum mendapat layanan bimbingan kelompok (18,46>2,262). Berdasarkan hal ini semakin sering dilakukan layanan bimbingan kelompok dengan teknik Diskusi maka akan semakin baik *Self management* siswa. Maka "Ada pengaruh yang positif antara Pengaruh Layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap peningkatan *self management* siswa dalam belajar SMK Negeri 1 Perbaungan Tahun Pelajaran 2022/2023.

Kata Kunci : *Layanan Bimbingan Kelompok, Diskusi, Self-Management*

Article History:

Submitted	Accepted	Published
December 19 th 2023	Maret 10 th 2024	Maret 15 th 2024

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah segala pengalaman belajar yang berlangsung dalam segala lingkungan dan sepanjang hidup. Karena pendidikan adalah suatu hal yang sangat penting dan wajib untuk diberikan kepada setiap insan. Terdapat beberapa komponen kegiatan pendidikan. Salah satu komponennya adalah peserta didik yang tak kalah penting karena menjadi input, proses, dan output.

Pendidikan merupakan kebutuhan mutlak bagi manusia yang harus dipenuhi. Tanpa pendidikan mustahil manusia dapat berkembang secara baik. Pendidikan sebuah proses memperoleh pengetahuan, pemahaman, dan cara bertingkah laku yang sesuai dengan norma-norma sosial yang berlaku di lingkungan masyarakat (Evita Sari Dalimunthe & Muhammad Syahbudi, 2023).

Pendidikan dan pengajaran dikatakan berhasil apabila perubahan-perubahan yang tampak pada siswa merupakan akibat dari proses belajar mengajar yang dialaminya yaitu proses yang ditempuhnya melalui program dan kegiatan yang dirancang dan dilaksanakan oleh guru dalam proses pengajarannya. Berdasarkan hasil belajar siswa, dapat diketahui kemampuan dan perkembangan sekaligus tingkat keberhasilan pendidikan (Fauzi & Dewi, 2020).

Menurut Supriyati (2013) tugas utama siswa di sekolah adalah belajar, dengan belajar siswa akan berkembang secara optimal sesuai dengan kemampuannya. Untuk dapat belajar dengan baik seorang siswa harus memiliki kemampuan *Self management* yang baik pula. Setiap siswa harus mengatur dan mengelola dirinya dengan baik terutama dalam belajar. *Self management* dalam belajar adalah suatu kemampuan yang berkenaan dengan keadaan diri sendiri dan keterampilan dimana individu mengarahkan pengubahan tingkah lakunya sendiri untuk belajar dengan pemanipulasian stimulus dan respon baik internal maupun eksternal. Dengan kata lain *self management* dalam belajar merupakan kemampuan individu dalam mengelola potensi diri dan potensi lingkungan untuk mengatur perilakunya dalam belajar. Motivasi belajar adalah segala sesuatu yang dapat memotivasi peserta didik atau individu untuk belajar. Tanpa motivasi belajar, seorang peserta didik tidak akan belajar dan pada akhirnya tidak akan mencapai keberhasilan dalam belajar (Котлер, 2008).

Self management dalam belajar berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna (Gie, 2000). Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti kepada guru bimbingan dan konseling (BK) di lapangan diperoleh informasi bahwa kebanyakan siswa kurangnya minat dalam membaca buku-buku pelajaran yang ada di sekolah. Siswa kurang aktif dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar di kelas. Siswa suka bermalasan-malasan dan menunda-nunda pekerjaan, mereka lebih memilih bermain dari pada belajar. Siswa kurang mempunyai tata krama yang baik di sekolah, hal ini terlihat ketika siswa berbicara dengan guru seleyaknya berbicara dengan teman sebaya. Perilaku-perilaku siswa di atas dapat menunjukkan bahwa kurangnya *self management* yang dimiliki siswa berdampak terhadap rendahnya prestasi belajar siswa di sekolah.

Permasalahan *self management* dalam belajar tidak hanya menjadi tanggung jawab sebagai guru bidang studi tetapi juga menjadi tanggung jawab seorang guru BK di sekolah. Melalui berbagai layanan bimbingan dan konseling yang ada karena salah satu tujuan bimbingan dan konseling adalah membantu individu untuk menemukan masalahnya serta mampu memecahkan masalahnya sendiri. Tujuannya adalah membantu menjadikan siswa yang dapat mengatur dan mengelola dirinya dengan baik meliputi : pikiran, perasaan, dan tingkah laku untuk dapat memperoleh apa yang ingin dicapai yaitu keberhasilan dalam belajar. Layanan bimbingan dan konseling yang diberikan sekolah meliputi layanan orientasi, informasi, penempatan dan penyaluran, penguasaan konten, konseling perorangan, bimbingan kelompok, konseling kelompok, konsultasi dan mediasi. Dalam memberikan layanan ada yang bersifat individu dan ada juga yang bersifat kelompok (Winkel, 2004). Dalam penelitian ini diharapkan dapat mengetahui kondisi siswa yang ada

disekolah, ada yang memiliki *self management* dalam belajar yang tinggi dan ada pula yang memiliki *self management* dalam belajar yang masih rendah. Layanan bimbingan kelompok dapat dijadikan guru BK sebagai solusi untuk membantu permasalahan *self management* siswa dalam belajar di sekolah sebagai media dalam upaya membimbing individu yang memerlukan bantuan dengan memanfaatkan konseling kelompok untuk mencapai tujuan bersama (Rismanto, 2016).

Menurut Rianto (2018) bimbingan kelompok merupakan bentuk layanan dalam bimbingan dan konseling yang dalam pelaksanaannya berfungsi untuk pemahaman dan pencegahan juga pengentasan masalah yang dialami siswa, karena bimbingan kelompok adalah kegiatan diskusi yang dipimpin oleh guru BK untuk membahas permasalahan yang dialami siswa di sekolah. Dengan bimbingan kelompok siswa mendapatkan berbagai informasi, dapat saling berinteraksi antar anggota kelompok dengan berbagai pengalaman, pengetahuan, gagasan, ide-ide, yang nantinya diharapkan dapat menyelesaikan masalahnya, selain itu juga diharapkan mampu mengatur dan mengelola dirinya. Siswa sebagai peserta bimbingan kelompok diharapkan agar dapat terbuka dalam mengemukakan pendapatnya sehingga mempunyai *self manajement* dalam belajar yang baik, *self management* dalam belajar yang dimaksud ialah yaitu kemampuan dan keterampilan siswa mengelola dirinya dalam belajar.

Menurut Luddin (2010) layanan ini memungkinkan siswa memperoleh kesempatan bagi pembahasan dan pengentasan masalah yang dialami melalui dinamika kelompok. Layanan ini mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan individu yang ada didalam kelompok. Menurut Juntika (2007 dalam rianto) sebagai salah satu bentuk kegiatan bimbingan dan konseling, layanan ini dapat diselenggarakan di mana saja, di dalam ruangan ataupun di luar ruangan. Bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi ataupun aktivitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial. Bimbingan kelompok dilaksanakan dalam tiga kelompok, yaitu kelompok kecil (2-6 orang), kelompok sedang (7-12 orang), dan kelompok besar (13-20 orang) ataupun kelas (20-40 orang) (Harahap & Dewi, 2021).

Menurut Supriyati (2013) secara umum tujuan layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta didik. Secara lebih khusus, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun nonverbal para siswa. Jika saja satu orang tidak secara sukarela ikut bergabung dan berpartisipasi di dalam kelompok maka dinamika kelompok yang diharapkan tidak akan berjalan seperti yang diharapkan.

Oleh sebab itu layanan bimbingan kelompok merupakan suatu layanan yang dibutuhkan oleh siswa. Layanan bimbingan kelompok yang dilakukan merupakan suatu bentuk pemberian informasi dari guru BK kepada siswa. Suatu pemberian informasi akan efektif jika didukung dengan metode yang menarik dan melibatkan siswa secara aktif (Syaimi, 2016). Tujuan bimbingan kelompok menurut Susanto (2018:255) yaitu untuk meningkatkan pemahaman tentang kenyataan, aturan-aturan dalam kehidupan, dan cara-cara yang dapat dilakukan untuk menyelesaikan tugas, serta meraih masa depan dalam studi, karier, ataupun kehidupan (Harahap & Dewi, 2021).

Menurut Supriyati (2013) menyatakan *self management* berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna. Sedangkan menurut Ganti (2011:180) mengemukakan *self management* (pengelolaan diri) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri.

Manajemen diri atau *Self-Management* merupakan keterampilan dalam mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan

mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna. (Helmalia & Asyah, 2021)

Hubungan layanan bimbingan kelompok dengan *self management* dalam belajar adalah dalam kegiatan bimbingan kelompok, siswa dilatih untuk mengemukakan pendapat terhadap topik yang dibahas berdasarkan pengetahuan dan pengalamannya. Bimbingan kelompok merupakan salah satu kegiatan bimbingan yang diberikan kepada sekelompok individu untuk membahas topik yang bersifat umum dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Melalui dinamika kelompok tersebut, siswa memiliki hubungan yang akrab dan hangat antar anggota kelompok sehingga menyebabkan munculnya keterbukaan di antara anggota kelompok. Keterbukaan merupakan asas yang utama dalam bimbingan kelompok karena apabila tidak terdapat keterbukaan maka kegiatan bimbingan kelompok tidak akan dapat berjalan secara efektif dan pastinya dinamika kelompok tidak akan muncul.

Pembahasan topik-topik dalam bimbingan kelompok mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang efektif. Tingkah laku yang efektif yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah *self management* dalam belajar siswa.

Menurut Tohirin (2007:170) “layanan bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok, aktivitas, dan dinamika kelompok harus terwujud untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan dan pemecahan masalah individu (siswa).

Sedangkan menurut Charles dan William dalam (Winkel,2006:585) Kebanyakan program bimbingan kelompok berorientasi menunjang perkembangan siswa yang bersifat developmental dan memberikan tekanan pada usaha dalam tujuh bidang, yaitu memperdalam konsep diri, mengembangkan hubungan sosial dengan teman sebaya, meningkatkan disiplin dalam hidup dan disiplin diri, membantu komunikasi antara orangtua dan siswa serta tenaga pendidik dan siswa, membantu siswa dalam mencapai sukses dalam studi akademik, karir di masa depan dan menciptakan suasana positif untuk proses belajar mengajar di dalam kelas.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Metode Penelitian ini adalah metode eksperimen. Eksperimen adalah penelitian yang bertujuan untuk menjelaskan dan meramalkan yang akan terjadi pada suatu variabel manakala diberikan suatu perlakuan tertentu pada variabel lainnya. Penelitian eksperimen untuk melihat ada atau tidak adanya pengaruh suatu perlakuan tertentu terhadap sesuatu. Adapun desain yang digunakan dalam penelitian ini dapat di lihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 1
DESAIN PENELITIAN

$O_1 \times O_2$

Keterangan:

O_1 : *Pre-test* Pengukuran pertama sebelum pemberian layanan bimbingan kelompok

X : Perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok terhadap siswa kelas X SMK

Negeri 1 Perbaungan.

O_2 : *Post-test* pengukuran kedua sesudah diberi perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan instrumen yang sama dengan pengukuran pertama.

Populasi dan Sampel

Populasi

Dalam penelitian ini peneliti dalam menetapkan jumlah populasi mengacu pada pendapat Arikunto (2013:173). “Populasi adalah keseluruhan objek yang diteliti.” Anggota populasi dapat berupa benda hidup maupun benda mati, dan manusia, yang mana sifat-sifat yang ada padanya dapat diukur atau diamati. Berdasarkan uraian diatas maka penulis dapat mengetahui bahwa populasi adalah seluruh kelas X SMK Negeri 1 Perbaungan tahun pembelajaran 2022/2023. Adapun yang menjadi populasi penelitian terdiri dari satu jurusan sebanyak 70 siswa.

Tabel 2 Populasi Penelitian

No.	Kelas	Jumlah Siswa
1	X TKJ 1	35
2	X TKJ 2	35
Total		70

Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari populasi yang menjadi objek penelitian. Sugiyono (2012) menyatakan sampel adalah bagian dari banyaknya jumlah populasi dengan berbagai jenis karakteristik yang dimiliki. Sedangkan menurut Notoatmojo (2016) sampel adalah sebagian dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi. Karena itu peneliti hanya mengambil beberapa sampel dari populasi. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiono (2012) “*sampling purposive* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu”. Peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi dengan segala keterbatasan waktu, tenaga serta dana.

1. Pengambilan sampel harus didasarkan atas ciri-citi, sifat-sifat atau karakteristik tertentu, yang merupakan ciri-ciri pokok populasi
2. Subjek yang diambil sebagai sampel benar-benar merupakan subjek yang paling mengandung ciri-ciri yang terdapat pada populasi
3. Penentuan karakteristik populasi dilakukan dengan cermat di dalam studi pendahuluan

Teknik Pengambilan data yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Dengan sampel sebesar 10 orang yang diperoleh berdasarkan pada pertimbangan peneliti melalui karakteristik yang diperoleh dari rekomendasi guru bimbingan konseling dan hasil observasi. Dimana diperoleh pada siswa kelas X TKJ 1 berjumlah 5 orang dan pada kelas X TKJ 2 berjumlah 5 orang jadi jumlah keseluruhan adalah 10 orang siswa yang menjadi sampel penelitian. Berhubung peneliti memberikan layanan bimbingan kelompok maka ada ketentuan yaitu, jumlah anggotanya tidak boleh lebih dari 10. Sebagaimana yang dikatakan Prayitno dalam teorinya (2012:157) mengemukakan bahwa "kelompok yang terlalu besar kurang efektif.

Variabel dan Indikator

Variabel penelitian

Menurut Arikunto (2013:161) mengatakan bahwa variabel adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Sedangkan menurut Sugiyono (2008:148) berpendapat bahwa semua fenomena yang akan diukur merupakan variabel penelitian. Adapun yang menjadi variabel penelitian :

1. Variabel Independen (Variabel bebas)

Dalam Sugiono (2012:39) Variabel independen atau variabel penyebab atau variabel bebas (X) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau

timbulnya variabel dependen (terikat). Dalam penelitian ini sebagai variabel bebas adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi (X).

2. Variabel Dependen (Variabel terikat)

Menurut Sugiyono (2012:39) variabel dependen atau variabel terikat (Y) yaitu variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini Variabel terikatnya (Y) adalah *Self Management*. Penelitian ini ada dua variabel yaitu variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y) dengan variabel X dapat memunculkan variabel Y.

Indikator

Indikator adalah suatu yang menjelaskan tentang variabel sehingga dapat diobservasi atau dapat diukur, dan tidak terjadi perbedaan persepsi mengenai variabel tersebut. Indikator adalah sebagai alat atau petunjuk untuk mengukur prestasi suatu pelaksanaan kegiatan. Dari penjelasan di atas dapat penulis simpulkan bahwa indikator adalah suatu yang menjelaskan tentang variabel dalam pelaksanaan kegiatan. Jadi indikator yang dimunculkan sebagai kriteria siswa (Arifin 2015) yaitu :

1. Kemampuan menyusun tujuan
2. Kemampuan memonitor dan mengevaluasi kegiatan
3. Kemampuan memberikan penguatan diri.

Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan salah satu tahapan sangat penting dalam penelitian. Adapun instrumen atau alat pengumpulan data yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah:

Wawancara

Dalam hal ini peneliti mewawancarai guru bimbingan konseling yang ada disekolah SMK Negeri 1 Perbaungan untuk memperoleh data peneliti. Pertama peneliti menjumpai guru bimbingan konseling berkait dengan masalah yang diangkat peneliti untuk dijadikan sebagai penelitian.

Angket

Menurut Sugiono (2012:142) angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan secara tertulis kepada responden untuk dijawab. Berupa daftar pertanyaan tertulis berkenaan dengan bimbingan kelompok dan *self manajement* dalam belajar dengan tipe pilihan jabatan yang dirancang berdasarkan Skala likert, yang dilengkapi dengan 4 alternatif jawaban yaitu : sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, sangat tidak sesuai kepada siswa SMK Negeri 1 Perbaungan.

Tabel 3

Pemberian Skor Angket Berdasarkan Skala Likert

Pertanyaan Positif		Pertanyaan Negatif	
Skor	Keterangan	Skor	Keterangan
4	Sangat Sesuai	1	Sangat Sesuai
3	Sesuai	2	Sesuai
2	Tidak Sesuai	3	Tidak Sesuai
1	Sangat Tidak Sesuai	4	Sangat Tidak Sesuai

Dalam penyusunan skala *self management* dalam belajar siswa peneliti membentuk kisi-kisi instrumen berdasarkan data dalam kajian teori. Untuk lebih jelasnya, akan disajikan pengembangan kisi-kisi instrumen tentang skala *self management* dalam belajar siswa sebagai berikut :

Tabel 4

Kisi-kisi Angket *Self Management* dalam Belajar, Dr. Hamzah B. Uno, M.Pd (2005)

Variabel	Indikator	No. Item		Jumlah
		+	-	
Self Management	Mampu untuk menyusun tujuan diri sendiri	1,2,3,4,5,6	7,8,9,10	10
	Mampu untuk memonitor dan mengevaluasi kegiatan diri sendiri	11,12,13,14,	15,16,17,18,19,20	10
	Mampu untuk memberikan penguatan kepada diri nya sendiri	21,22,23,24,25	26,27,28,29,30	10
Jumlah		15	15	30

Dilihat dari kisi-kisi angket diatas maka item yang bernilai positif adalah sebanyak 15 item. Dan yang bernilai negatif sebanyak 15 item dari jumlah angket 30 item.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah cara-cara yang dilakukan terhadap data, baik itu yang berupa penyajian, manipulasipengelolaan dengan menggunakan rumus, penguji maupun penafsiran. Pengujian hipotesis dilakukan terlebih dahulu sebelum dilakukan uji persyaratan analisis data dalam hal ini dihitung uji normalitas dan uji homogenitas data.

Uji Validitas Instrumen

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevaliditasan suatu instrumen. Suatu penelitian instrumen yang valid mempunyai validitas yang tinggi, sebaliknya instrumen yang kurang valid mempunyai validitas yang rendah (Arikunto,2013) validitas yang digunakan adalah validitas konstruk, karena validitas konstruk adalah proses yang terkait erat dengan teori. Validitas konstruk menurut Sugiyono (2012) yaitu pengujian validitas yang menggunakan pendapat dari para ahli dan berlandaskan pada teori tertentu. Uji validitas pada instrumen ini dengan menggunakan rumus korelasi *product moment* sebagai berikut:

(Arikunto 2013:213)

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

- r_{xy} : Indeks Korelasi
- N : Jumlah responden
- X : Jumlah skor untuk tiap item x
- Y : Jumlah skor total dari seluruh item y
- $\sum XY$: Jumlah perkalian skor x dan y
- $\sum X^2$: Jumlah kuadrat skor item
- $\sum Y^2$: Jumlah kuadrat skor total x

3.5.2 Uji Reliabilitas

Reliabilitas menunjuk pada satu pengertian bahwa suatu instrument cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrument tersebut sudah baik. Instrumen yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga (Arikunto, 2010). Dalam penelitian ini untuk mencari reliabilitas digunakan rumus alpha. Rumus Alpha digunakan untuk mencari reliabilitas instrumen dalam bentuk angket atau dalam bentuk soal uraian adalah sebagai berikut :

(Arikunto, 2013:239)

$$r_{11} = \left(\frac{k}{(k-1)} \right) \left(1 - \frac{\sum b^2}{\delta^2 t} \right)$$

Keterangan :

- r₁₁ = Realibilitas instrument
- k = Banyaknya butir soal
- $\sum \acute{o}b^2$ = Jumlah varians butir
- \acute{o}^2t = Varians total

Hasil perhitungan r hitung, untuk dapat diputuskan instrument tersebut reliable atau tidak. Dengan taraf signifikansi 5% atau taraf kepercayaan 95%. Jika r hitung > r tabel maka instrument dapat dikatakan reliable, akan tetapi sebaliknya jika r hitung < r tabel maka dikatakan bahwa instrument tersebut tidak reliabel.

Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini uji hipotesis yang digunakan untuk penelitian adalah menggunakan uji t perbedaan (*t-test*) yaitu untuk apakah semakin efektif perilaku altruisme siswa setelah diberi konseling kelompok. Menurut Arikunto (2013) bahwa untuk menganalisis hasil eskperimen yang menggunakan *pre-test* dan *post-test one grup* desain (desain 2), maka rumus yang digunakan sebagai berikut:

(Arikunto, 2013)

t = Md

$$\sqrt{\frac{\sum x^2 d}{N(N-1)}}$$

Keterangan :

- Md : mean dari perbedaan pre-test dengan post-test
- Xd : deviasi masing-masing subjek (d-Md)
- $\sum x^2 d$: jumlah kuadrat deviasi
- N : subjek pada sampel
- d.b : ditentukan dengan N-1

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil Uji Validitas

Sebelum dilakukan analisis data maka terlebih dahulu mengelola data dan menganalisis jawaban skala *self management* (siswa dari responden kelas X) yang akan dijadikan data. Cara yang penulis tempuh adalah mencocokkan jawaban responden sebelumnya yaitu untuk jawaban yang diberi nilai, sangat setuju, setuju, tidak setuju, sangat tidak setuju.

Selanjutnya untuk hasil tabulasi yang selengkapnya dapat dilihat dari lampiran. Dari tabulasi angket trsebut masing-masing item dicari validitas angket dengan menggunakan rumus produk moment yang perhitungannya adalah sebagai berikut :

Perhitungan Validitas Item

Soal nomor 1

$$\begin{matrix} N = 35 & \sum X = 118 & \sum X^2 = 406 & (\sum X)^2 = 13924 \\ \sum Y = 3510 & \sum Y^2 = 354594 & \sum XY = 11946 & (\sum Y)^2 = 12320100 \end{matrix}$$

$$r_{xy} = \frac{n(\sum xy) - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{n \sum x^2 - \sum(x)^2} \sqrt{n \sum y^2 - \sum(y)^2}}$$

$$r_{xy} = \frac{35 \times 11946 - 118 \times 3510}{\sqrt{\{(35 \times 406 - (13924))\} \{35 \times 354594 - (12320100)\}}}$$

$$r_{xy} = \frac{3930}{\sqrt{\{(286)\{90690\}}}}$$

$$r_{xy} = \frac{3930}{5092,87}$$

$$r_{xy} = 0,772$$

Berdasarkan perhitungan validitas variabel *Self Management* pada siswa terdapat 26 item yang Valid, yakni 01, 02, 03, 04, 05, 06, 07, 08, 09, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 28, 29, 30. Adapun pernyataan yang tidak valid adalah nomor 10, 17, 22, 27. Skala yang tidak valid tersebut tidak dipakai atau dibuang dan skala yang Valid dapat digunakan untuk menguji layanan informasi. Skala sebaran uji validitas masing-masing item yang valid dan tidak valid dapat dilihat dalam table.

Tabel 5
Rekapitulasi hasil uji validitas *self management*

Butir	Rhitung	Rtabel	Keterangan
1	0,772	0,325	Valid
2	0,646	0,325	Valid
3	0,730	0,325	Valid
4	0,457	0,325	Valid
5	0,549	0,325	Valid
6	0,591	0,325	Valid
7	0,572	0,325	Valid
8	0,529	0,325	Valid
9	0,476	0,325	Valid
10	0,011	0,325	Tidak Valid
11	0,683	0,325	Valid
12	0,531	0,325	Valid
13	0,505	0,325	Valid
14	0,590	0,325	Valid
15	0,545	0,325	Valid
16	0,664	0,325	Valid
17	0,137	0,325	Tidak Valid
18	0,690	0,325	Valid
19	0,402	0,325	Valid
20	0,752	0,325	Valid
21	0,513	0,325	Valid
22	0,155	0,325	Tidak Valid
23	0,538	0,325	Valid
24	0,482	0,325	Valid

25	0,779	0,325	Valid
26	0,671	0,325	Valid
27	0,034	0,325	Tidak Valid
28	0,786	0,325	Valid
29	0,653	0,325	Valid
30	0,499	0,325	Valid

Uji Realibilitas Data

Nilai reliabilitas yang dicari dengan rumus alpha adalah sebagai berikut :

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum \acute{o}b^2}{\acute{o}\acute{o}^2} \right] \text{ (Arikunto, 2006:109)}$$

Sebagai contoh perhitungan, dari data uji coba angket *self management* dapat dihitung item nomor 1 sebagai berikut :

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum \acute{o}b^2}{\acute{o}\acute{o}^2} \right]$$

$$r_{11} = \left[\frac{30}{30-1} \right] \left[1 - \frac{9,797}{74,032} \right]$$

$$r_{11} = \left[\frac{30}{29} \right] [1 - 0,1323]$$

$$r_{11} = (1,034)(0,868)$$

$$r_{11} = 0,898$$

Di bawah ini disajikan tabel secara lengkap hasil perhitungan varians setiap butir angket *self management*.

TABEL 6

Tabel Perhitungan Reliabilitas

No.Item	Varians Butir \acute{o}^{2b}	No.Item	Varians Butir \acute{o}^{2b}
1	0,233	16	0,305
2	0,397	17	0,351
3	0,362	18	0,249
4	0,297	19	0,340
5	0,522	20	0,24
6	0,273	21	0,250
7	0,250	22	0,535

8	0,225	23	0,371
9	0,291	24	0,416
10	0,4	25	0,24
11	0,248	26	0,364
12	0,291	27	0,478
13	0,375	28	0,24
14	0,24	29	0,245
15	0,348	30	0,419
$\sum \sigma^{2b} = 9,797$			

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menguji perbedaan variabel bebas sebelum pretest dan sesudah post test.

NO	Skor Pre Test	Skor Post-Test	D = Y-X	D2=(Y-X)2
1	63	109	46	2116
2	62	93	31	961
3	60	109	49	2401
4	63	91	28	784
5	62	102	40	1600
6	61	100	39	1521
7	62	106	44	1936
8	59	103	44	1936
9	60	102	42	1764
10	61	95	34	1156
JUMLAH	$\Sigma X = 613$	$\Sigma X = 1010$	$\Sigma d = 397$	$\Sigma d^2=16175$

$$\begin{aligned}
 Md &= \frac{\sum d}{N} \\
 &= \frac{397}{10} \\
 &= 39,7
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}\sum x^2d &= \sum d^2 - \frac{(\sum d)^2}{n} \\ &= 16175 - \frac{397^2}{10} \\ &= 16175 - \frac{157609}{10} \\ &= 16175 - 15760,9 \\ &= 414,1\end{aligned}$$

$$t = \frac{M_d}{\sqrt{\frac{\sum x^2d}{N(N-1)}}}$$

$$t = \frac{39,7}{\sqrt{\frac{414,1}{10(10-1)}}}$$

$$t = \frac{39,7}{\sqrt{\frac{414,1}{90}}}$$

$$t = \frac{39,7}{2,15} = 18,46$$

Dari hasil perhitungan diperoleh $t_{hitung} = 18,46$ sedangkan harga t_{tabel} dengan $df 2 = N - K = 10 - 1 = 9$ pada taraf nyata $\alpha = 0,5$ diperoleh sebesar 2,262. Sehingga $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau $(18,46 > 2,262)$. Berdasarkan hal tersebut maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis penelitian ini “ada pengaruh yang positif bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap peningkatan *self management* dalam belajar pada siswa di SMK Negeri 1 Perbaungan Tahun Pelajaran 2022/2023 dapat diterima.

Dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan secara positif pemberian layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap *Self Management* dalam belajar. Hasil penelitian ini diperoleh dengan melakukan pengukuran *self management* pada siswa dengan menyebarkan angket sebelum pemberian layanan bimbingan kelompok (*Pre-test*) dan setelah pemberian layanan bimbingan kelompok (*Post-test*), jumlah siswa bimbingan kelompok 10 orang. Hasil pemberian *pre-test* pada bimbingan kelompok diperoleh rata-rata 18,46 sedangkan setelah pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi (*post-test*) diperoleh rata-rata bimbingan kelompok pada siswa ialah 2,262. Artinya rata-rata peningkatan *self management* siswa setelah mendapat layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi lebih tinggi dari pada sebelum mendapat layanan bimbingan kelompok $(18,46 > 2,262)$.

Bedasarkan hal ini semakin sering dilakukan layanan bimbingan kelompok dengan teknik Diskusi maka akan semakin baik *Self management* siswa. Maka hipotesis dalam penelitian ini yang menyatakan “Ada pengaruh yang positif antara Pengaruh Layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap peningkatan *self management* siswa dalam belajar SMK Negeri 1 Perbaungan Tahun Pelajaran 2022/2023.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dari penelitian yang telah dilakukan di SMK Negeri 1 Perbaungan dapat ditarik kesimpulan bahwa ada Pengaruh Terhadap Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi terhadap *self management* pada Siswa kelas X SMK Negeri 1 Perbaungan. Karena dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor suasana hati, faktor

empati, kerja sama dengan orang lain dan pengendalian emosi yang telah dikembangkan dan diterapkan siswa dalam lingkungan sekolah sehingga *self management* pada siswa menjadi lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Bakar M. Luddin, 2010, *Dasar-Dasar Konseling Tinjauan Teori dan Praktik*, Bandung : Citapustaka.
- Abu Bakar M. Luddin. 2012. *Konseling Individual dan Kelompok Aplikasi dalam Praktik Konseling*. Medan : Cipta pustakan Media Perintis.
- Ahmad Juntika N, 2005, *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*, Bandung : Refika Aditama.
- Amalia D, Dkk. 2016. Profil Komitmen Belajar Siswa Kelas VIII di Sekolah Menengah Pertama Taruna Bhakti Depok. *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling* 5(1)
- Anik Supriyati. 2013. *Upaya Meningkatkan Self Management dalam Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok*. Semarang : UMS
- Arikunto S. 2016. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arikunto. 2013. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- Dapartemen Agama RI, 2010, *Al-Qur'an dan Terjemah*, Bandung: Gema Insani.
- Desy Iba Ricoida dan Desi Pibriana. 2016. Pengaruh Penggunaan Internet Terhadap Minat dan Perilaku Belajar Mahasiswa. *Seminar Nasional Sistem Informasi Indonesia*.
- Faiqotul Isnaini, Taufik. 2014. *Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar*. Surakarta : UMS.
- Fajriani. 2016. *Self-Management* untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa: Studi Kasus di SMA Negeri 5 Banda Aceh. *Jurnal Pencerahan Volume 10, Nomor 2*.
- Gantina, K dan Karsih E W, 2016, *Teori Dan Teknik Konseling*, jakarta : PT. Indeks.
- Ghufron M N dan Rini RS, 2014, *Teori-Teori Psikologi*, Jgogjakarta : Ar Ruzz Media.
- Gunarsa S, 2004, *Konseling dan Psikoterapi*, Jakarta : Gunung Mulia.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Carolus Borromeus Mulyatno. (2022). Analisis Peran Orangtua Terhadap Perkembangan Anak Autisme Di Yayasan Harapan Mulia Jambi. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4, 1349–1358.
- Evita Sari Dalimunthe, K., & Muhammad Syahbudi. (2023). Jurnal mudabbir. *Jurnal Research and Education Studies*, 3(1), 11–20.
- Fauzi, I., & Dewi, I. S. (2020). Kemampuan Berkomunikasi Dan Hasil Belajar Mahasiswa Mata Kuliah Penganggaran Akuntansi Pada Masa Pandemi Covid-19. *Seminar Hasil Penelitian Universitas Sultan Zainal Abidin*.
- Fitriani, E., Nurasyah, N., Putri, R. F., Johannes, J., & Suprianto, S. (2022). Meningkatkan Hubungan Sosial Mahasiswa Dengan Pendekatan Layanan Konseling Kelompok. *Guidance*, 19(01), 9–17. <https://doi.org/10.34005/guidance.v19i1.1858>
- Harahap, L. A. A., & Dewi, I. S. (2021). Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Sociodrama dalam Mengurangi Kecanduan Gadget pada Siswa. *Syifaul Qulub: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 98–105. <https://doi.org/10.32505/syifaulqulub.v2i2.3665>
- Helmalia, P., & Asyah, N. (2021). Hubungan Self Management Dengan Perilaku Bullying Pada Siswa Kelas XI SMK Swasta Satria Dharma Perbaungan T.A 2021/2022. *Cybernetics: Journal Educational Research and Sosial Studies*, 2(April), 1–10.
- Ika Sandra Dewi, Y. W. (2022). Hubungan Antara Interaksi Sosial Dengan Kreativitas Belajar Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Pantan Cuaca Tahun Ajaran 2021/2022. *Invention: Journal Research and Education Studies*, 3(1), 107–114. <https://doi.org/10.51178/invention.v3i1.880>

- Sundari, & Asyah, N. (2022). Pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik role playing terhadap komunikasi interpersonal siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(1), 12–20.
- Syaimi, K. U. (2016). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas X SMK Triguna Utama Ciputat. *Journal of Modern African Studies*, 35(17), 2104.
- Котлер, Ф. (2008). *No Title* *Маркетинг по Котлеру*. 282.
- Hadari Nawawi, Mimi Martini, 1996. *Penelitian Terapan* Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Listyanto, Dwi Anggoro. 2013. Pengaruh Pemanfaatan Internet, Lingkungan dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa SMK. *Jurnal Pendidikan Vokasi* – 293
- Lubis, Saiful Akhyar. 2015. *Konseling Islami*. Bandung : Citapustaka Media
- Manumpil Beauty, dkk. 2015. Hubungan Penggunaan Gadget dengan Tingkat Prestasi Siswa di SMA Negeri 9 Manado. *ejournal Keperawatan (e-Kep) Volume 3. Nomor 2*.
- Miskahuddin. 2017. Pengaruh Internet Terhadap Penurunan Minat Belajar Mahasiswa. *Volume 7, Nomor 2*.
- Nurdjana Alamri. 2015. Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah. *Jurnal Konseling Gusjigang Vol. 1 No. 1*.
- Nursalim M, 2013, *Strategi dan Intervensi Konseling*, Jakarta : Akademia Permata.
- Prayitno. 2017. *Konseling Profesional yang Berhasil*. Jakarta : PT RajaGrafindo.
- Prayitno dan Erman Amti, 2009, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta : Rineka Cipta.
- Rismanto. 2016. Meningkatkan *Self Management* dalam Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modelling. *Jurnal Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling Vol. 2, No. 1*.
- Sani, R.A, dkk. 2018. *Penelitian Pendidikan*. Tangerang : Tira Smart.
- Shalihah I. 2017. Implementasi Teknik-Teknik Motivasi dalam Pembelajaran pada Siswa Kelas IV di SD Negeri 33 Banda Aceh. *FKIP Unsyiah Volume 2 Nomor 1, 41-47*
- Sudjana. 2010. *Metode Statistik*. Bandung : PT Parsito
- Sugiyono, 2010, *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif & RND*, Bandung :
- Sukardi, D.K. 2002. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukardi, D.K. 2010. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Syaukani. 2017. *Metodologi Penelitian Pedoman Praktis dalam Bidang Pendidikan*. Medan. Perdana Publishing.
- Tohirin, 2007, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi*, Jakarta: Raja Grafindo.
- Trio Isnansyah Marwi dan Sutijono, M.M. 2012. Penggunaan Strategi Pengelolaan Diri (*Self-Management*) Untuk Mengurangi Tingkat Kemalasan Belajar pada Siswa Kelas VIII E MTS Al Rosyid Dander- Bojonegoro. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan bimbingan Vol. 13. No.1*
- Wina Sanjaya, 2014. *Penelitian Pendidikan: Jenis, Metode dan Prosedur* Jakarta: Kencana.
- Winkel, W.S. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan* Yogyakarta: Media Abadi.
- Yusrina, risky. 2016. Meningkatkan interaksi sosial siswa melalui layanan bimbingan kelompok teknik role playing pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Perbaungan. *Jurnal Diversita. Volume 2, No. 2*.