

**LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF
MANAGEMENT UNTUK MENGURANGI PERILAKU
TERLAMBAT MASUK SEKOLAH
(Studi Pada Siswa Kelas X SMA 1 Gebog Tahun 2014/2015)**

Nurdjana Alamri

SMA 1 Gebog Kudus

e-mail: alamrinurdjana@gmail.com

Info Artikel

Sejarah artikel
Diterima April 2015
Disetujui Mei 2015
Dipublikasikan Juni 2015

Kata Kunci:

Bimbingan Kelompok,
Self Management,
Terlambat Masuk
Sekolah

Keywords:

*Group Guidance, Self
Management,*

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena keterlambatan siswa Kelas X SMA 1 Gebog yang semakin sering terjadi. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektifitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* untuk mengurangi terlambat masuk sekolah pada siswa Kelas X SMA 1 Gebog. Ada 8 siswa sebagai subjek penelitian yang dipilih berdasarkan frekuensi keterlambatan masuk sekolah. Penelitian ini dirancang dalam dua siklus dan di masing-masing siklus terdapat 3 kali pertemuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada pra siklus skor rata-rata adalah 41 menurun pada siklus I menjadi 28,63 dengan kategori cukup, dan pada siklus II menjadi 13,13 atau sangat rendah dengan kategori sangat baik. Ada penurunan dari siklus I ke siklus II yaitu sebesar 15,5 atau secara keseluruhan 27,88. Sehingga hipotesis tindakan dapat diterima, karena ada peningkatan dari indikator keberhasilan.

Abstract

This research is motivated by the phenomenon of delay Class X students SMA 1 Gebog are becoming more frequent. The purpose of this study was to determine the effectiveness of guidance services group with self management techniques to reduce late to school at students of Class X SMA 1 Gebog. There are 8 students as research subjects were selected based on the frequency of delay in school. This study was designed in two cycles and in each cycle there are three meetings. The results showed that the pre cycles the average score was 41 decreased in the first cycle to 28.63 with enough categories, and the second cycle into 13.13 or very low with very good category. There penuruanan from the first cycle to the second cycle that is equal to 15.5 or overall 27.88. So that action can be accepted hypothesis, because there is an increase of indicators of success.

© 2015 Universitas Muria Kudus
ISSN 2460-1187

PENDAHULUAN

Kebiasaan siswa terlambat masuk sekolah merupakan siswa tersendiri mengenai karakteristik kepribadian, nilai kehidupan, prinsip kehidupan, moralitas, kelemahan dan segala yang terbentuk dari segala pengalaman dan interaksinya dengan orang lain. Siswa yang berperilaku demikian karena pada dasarnya siswa dapat memandang diri, serta hal itu mempengaruhi tidak hanya siswa berperilaku saja, tetapi juga tingkat kepuasan yang diperoleh dalam hidupnya. Setiap siswa pasti memiliki perilaku yang tidak baik, tetapi mereka tidak tahu apakah perilaku yang tidak baik dimiliki itu negatif atau positif. Dalam hal ini siswa dapat menerima dirinya secara apa adanya dan mampu melihat dirinya atau lebih mengenal dirinya, serta kelemahan dan kelebihan yang dimiliki. Namun siswa yang memiliki perilaku yang tidak baik, siswa tidak memiliki perasaan kestabilan dan keutuhan diri, juga tidak mengenal diri baik dari segi kelebihan maupun kekurangannya atau sesuatu yang siswa hargai dalam hidupnya.

SMA 1 Gebog Kudus sebagai salah satu sekolah yang ada di Kota Kudus. Berdasarkan hasil dari observasi dan wawancara dengan Konselor kelas di sekolah tersebut bulan Agustus-September 2014 diperoleh data bahwa sebagian kecil siswa kelas X 20% nya mempunyai kebiasaan siswa terlambat masuk sekolah. Gejala yang nampak yaitu masih adanya siswa yang terlambat datang ke sekolah. Siswa yang demikian itu dapat dikatakan sikap perilaku yang

kurang baik, sehingga perlu upaya untuk mengatasi supaya sikap perilaku yang tidak baik itu bisa berkurang melalui bimbingan dan konseling.

Salah satu strategi layanan yang dapat diterapkan dalam mengatasi masalah seringkali siswa terlambat adalah bimbingan kelompok. Prayitno (2004: 1) menjelaskan bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan proses pemberian informasi dan bantuan pada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok guna mencapai suatu tujuan tertentu. Layanan bimbingan kelompok yang diberikan dalam suasana kelompok selain itu juga bisa dijadikan media penyampaian informasi sekaligus juga bisa membantu siswa menyusun rencana dalam membuat keputusan yang tepat sehingga diharapkan berdampak positif bagi siswa yang nantinya dapat mengubah perilaku yang menyimpang. Selain itu apabila dinamika kelompok dapat terwujud dengan baik, maka anggota kelompok saling menolong, menerima dan berempati dengan tulus. Sedangkan Wibowo (2005: 31) menjelaskan bimbingan kelompok merupakan suatu proses intervensi yang bersifat membantu individu untuk meningkatkan pemahaman tentang diri sendiri dan hubungannya dengan orang lain.

Berdasarkan pengertian tersebut di atas, maka dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan yang dilaksanakan di dalam suasana kelompok. Pada pelaksanaan bimbingan kelompok ada konselor, yaitu Konselor, dan anggota kelompok yaitu klien (yang jumlahnya

lebih dari satu orang). Terjadi hubungan konseling dalam suasana hangat, terbuka, permisif, dan penuh keakraban. Adanya pengungkapan dan pemahaman masalah klien, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah (jika perlu dengan menerapkan metode-metode khusus), kegiatan evaluasi dan tindak lanjut. Tahapan-tahapan layanan bimbingan kelompok menurut Prayitno (2004: 40) ada empat tahap yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap pelaksanaan kegiatan, dan tahap pengakhiran kegiatan.

Penggunaan tehnik dalam kegiatan bimbingan kelompok mempunyai banyak fungsi selain dapat lebih memfokuskan kegiaitan bimbingan kelompok terhadap tujuan yang ingin dicapai tetapi juga dapat membuat suasana yang terbangun dalam kegiatan bimbingan kelompok agar lebih bergairah dan tidak cepat membuat siswa jenuh mengikutinya, seperti yang dikemukakan oleh Romlah (2001) menjelaskan bahwa teknik bukan merupakan tujuan tetapi sebagai alat untuk mencapai tujuan. Pemilihan dan penggunaan masing-masing teknik tidak dapat lepas dari kepribadian konselor atau pemimpin kelompok. Salah satu teknik yang dapat diterapkan dalam layanan bimbingan kelompok adalah *self management*.

Self-management (Wikipedia, 2014) dalam terminologi pendidikan, psikologi, dan bisnis adalah metode, keterampilan dan strategi yang dapat dilakukan oleh individu dalam mengarahkan secara efektif pencapaian tujuan aktivitas yang mereka lakukan, termasuk di dalamnya *goal setting, planning, scheduling, task tracking, self-evaluation, self-intervention, self-*

development. Selain itu *self-management* juga dikenal sebagai proses eksekusi (pengambilan keputusan). *Self management* atau pengelolaan diri adalah suatu strategi perubahan perilaku yang dalam prosesnya konseli mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau kombinasi teknik teurapetik (Cormier&Cormier, 1985: 519).

Self-management merupakan salah satu model dalam *cognitive-behavior therapy*. *Self-management* meliputi pemantauan diri (*self-monitoring*), *reinforcement* yang positif (*self-reward*), kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self-contracting*), dan penguasaan terhadap ransangan (*stimulus control*) (Gunarsa, 1996: 225-226). Selanjutnya dinyatakan bahwa *self-instructional* merupakan teknik kognitif yang mempunyai peranan penting atau sebagai penyokong terhadap *self-management*. "*Cognitive theory suggests that some problems in self-management may be caused by faulty constructs or other cognitions about the world or people around us, or of ourselves*" (Yates, 1985: 63). Pengaruh teori kognitif pada masalah-masalah *self-management* disebabkan oleh kesalahan konstruksi-konstruksi atau kognisi-kognisi yang lain tentang dunia atau orang-orang di sekitar kita atau diri kita sendiri. *Self-instructional* atau menginstruksi diri sendiri pada hakikatnya adalah bentuk restrukturisasi aspek kognitif. Urgensi dari hal tersebut terungkap bahwa pernyataan terhadap diri sendiri sama pengaruhnya dengan pernyataan yang dibuat orang

lain terhadap dirinya (Meichenbaum; dalam Gunarsa, 1996: 228). Hasil suatu penelitian ditunjukkan bahwa *self-instructions* dapat meningkatkan prosedur *reinforcement* (MacPherson, Candee, & Hohman, 1974; dalam Yates, 1985:71) dan pada suatu eksperimen berhasil meningkatkan kreativitas (Meichenbaum, 1975; dalam Yates, 1985:72).

Anggapan dasar *Self management* merupakan teknik kognitif *behavioral* adalah bahwa setiap manusia memiliki kecenderungan-kecenderungan positif maupun negatif. Setiap perilaku manusia itu merupakan hasil dari proses belajar (pengalaman) dalam merespon berbagai stimulus dari lingkungannya. Namun *self management* juga menolak pandangan *behavioral* radikal yang mengatakan bahwa manusia itu sepenuhnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungannya.

Bimbingan kelompok dengan teknik *self management* merupakan lingkungan yang kondusif yang memberikan kesempatan bagi anggotanya untuk menambah penerimaan diri dan orang lain, memberikan ide, perasaan, dukungan bantuan alternatif pemecahan masalah dan mengambil keputusan yang tepat, dapat berlatih tentang perilaku baru dan bertanggung jawab atas pilihan yang ditentukan sendiri. Suasana ini dapat menumbuhkan perasaan berarti bagi anggota yang selanjutnya dapat mengubah perilaku yang kurang baik dan mampu berfikir secara jernih.

Asumsi yang dipakai dalam penelitian ini adalah bahwa dalam bimbingan kelompok dengan teknik *self management* akan terjadi proses

hubungan antar siswa. Diharapkan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* dijadikan wahana pemahaman nilai-nilai menjadi positif bagi siswa, khususnya perilaku yang negatif menjadi perilaku yang positif dibentuk yang tidak hanya dengan teknik *self management* namun dengan pendekatan bimbingan kelompok yang akan lebih optimal, karena terkadang siswa dapat mengungkapkan dalam kegiatan kelompok dan para siswa tidak merasa terhakimi oleh keadaan sendiri, mereka juga merasa mendapat pembinaan dan informasi menjadi yang positif untuk mengubah perilaku yang kurang baik merupakan masalah yang banyak dialami oleh siswa.

Oleh karena itu untuk membantu siswa agar dapat mengubah perilaku yang kurang baik dan semakin stabil, maka peneliti mencoba menyusun penelitian tindakan bimbingan dan konseling dengan judul “Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah Pada Siswa Kelas X SMA 1 Gebog Kudus Semester 1 Tahun Pelajaran 2014/2015”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini didesain dengan penelitian tindakan bimbingan dan konseling. Pelaksanaan penelitian tindakan bimbingan dan konseling ini menggunakan prosedur penelitian kelas (*classroom action research*). Penelitian tindakan bimbingan dan konseling diartikan sebagai bentuk kajian yang bersifat refleksi oleh pelaku tindakan, yang dilakukan untuk meningkatkan

yang direncanakan, sistematis, dan hasilnya dicatata serta dimaknai (diinterpretasikan) dalam rangka memperoleh pemahaman tentang subjek yang diamati. Dalam penelitian ini, tujuan observasi untuk memperoleh data tentang peneliti dan subjek penelitian dengan cara mengamati aktifitas dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Pedoman observasi tersebut ada dalam lampiran.

Wawancara adalah suatu cara pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh informasi langsung dari sumbernya dimana pertanyaan yang diajukan berdasarkan jawaban responden lalu diadakan pencatatan. Kegiatan ini dimaksudkan untuk memperoleh informasi tentang keterampilan siswa dalam bimbingan kelompok setelah dilakukan pelatihan.

Indikator kinerja keberhasilan tindakan perbaikan adalah menurunnya siswa terlambat masuk sekolah yang ditandai dengan semakin rajin masuk sekolah, memahaminya kemampuan yang dimiliki, memahami perasaan yang dialami, memahami kondisi fisik dirinya maupun lingkungan terdekatnya pada diri siswa, serta efektifnya layanan bimbingan kelompok untuk tidak terlambat masuk sekolah siswa kelas X SMA 1 Gebog Kudus Semester I tahun pelajaran 2014/2015. Proses keberhasilan upaya menurunnya siswa terlambat masuk sekolah melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik rileksasi penekanan pada indikator memahami kemampuan yang dimiliki, memahami perasaan yang dialami, memahami kondisi fisik dirinya maupun lingkungan terdekatnya pada diri siswa.

Aspek-aspek tersebut di atas, dapat dicapai dengan memberikan proses bimbingan yang direncanakan secara baik, sehingga proses bimbingan menjadi efisien dan efektif. Bimbingan yang efisien dan efektif dapat dilaksanakan jika Konselor dapat memberdayakan dinamika kelompok pada setiap tahapan bimbingan kelompok yang harus dijalankan. Untuk itu maka penelitian ini bergerak pada area bimbingan pengembangan pribadi dan sosial dengan menggunakan layanan Bimbingan Kelompok pada siklus I dan siklus II.

Data penelitian tindakan bimbingan dan konseling ini dianalisis dengan menggunakan teknik tabulasi data secara kuantitatif dan kualitatif berdasarkan hasil tindakan yang dilaksanakan pada setiap siklus. Data hasil kualitatif berupa pemerian makna sangat baik, baik, sedang, kurang baik, dan sangat tidak baik. Hasil tindakan pada setiap siklus untuk mengetahui persentase peningkatan kegiatan layanan bimbingan kelompok. Pada setiap siklus dideskripsikan semua perubahan sikap siswa pada saat mengikuti layanan bimbingan kelompok pada setiap siklus.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kondisi Awal Keterlambatan Siswa

Peneliti melakukan observasi awal pada tanggal 1 Mei 2014. Peneliti mengacu pada indikator observasi pada siswa sering terlambat masuk sekolah untuk selanjutnya diberikan tindakan oleh peneliti melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*. Dari hasil observasi dan wawancara tersebut, peneliti bersama guru pembimbing (kolaborator)

memutuskan 8 siswa yang mengikuti layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi keterlambatan siswa masuk sekolah. Delapan siswa tersebut adalah MDN, IBP, EB, KAM, MFF, GSC, NNA, dan NDS. Keterlambatan siswa sangat berpengaruh terhadap prestasi siswa seperti: malas dalam proses kegiatan belajar mengajar, siswa yang

terlambat bisa mengantuk bahkan ada juga yang tertidur di kelas, selain itu dampaknya juga bisa menyebabkan siswa tidak konsentrasi dalam menerima pelajaran atau tidak focus dalam pelajaran.

Rekapitulasi indikator keterlambatannya adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Rekapitulasi Keterlambatan Siswa Sebelum Perlakuan

| Singkatan | Kepanjangan | Jumlah | % |
|-----------|---------------|--------|--------|
| ST | Sangat Tinggi | 8 | 100,0% |
| T | Tinggi | 0 | 0,0% |
| C | Cukup | 0 | 0,0% |
| R | Rendah | 0 | 0,0% |
| SR | Sangat Rendah | 0 | 0,0% |

Siklus I

Perencanaan

Berdasarkan hasil temuan pada survei awal diketahui terdapat 8 siswa kelas X SMA 1 Gebog yang memiliki terlambat masuk sekolahnya yang rendah, sehingga peneliti menjadikan 8 siswa tersebut sebagai subjek penelitian. Materi layanan bimbingan kelompok disesuaikan dengan kebutuhan siswa untuk meningkatkan terlambat masuk sekolah. Topik yang dibahas peneliti diambilkan dari indikator-indikator sehubungan dengan terlambat masuk sekolah serta dari hasil pengamatan dan wawancara sebelum pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik self management. Dalam satu siklus diadakan 3 kali bimbingan kelompok dengan teknik self management, dengan topik sebagai berikut :

a) Mengatur waktu belajar dan manfaatnya bagi siswa.

b) Mengurangi begadang tanpa ada manfaat.

c) Tips agar bisa bangun pagi.

Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* pada siklus I diadakan 3 kali pertemuan yaitu pada hari Kamis 2 Oktober 2014, Rabu 8 Oktober 2014 dan Senin 13 Oktober 2014. Setiap tindakan dilaksanakan selama 45 menit dan diharapkan dapat meningkatkan terlambat masuk sekolah.

Observasi

Observasi atau pengamatan terhadap aktivitas peneliti oleh kolaborator dalam memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* yaitu pada setiap tahapannya yang bertugas sebagai pemimpin kelompok, aktivitas siswa sebagai anggota kelompok dalam mengikuti layanan, serta terlambat masuk

sekolah sebelum dan sesudah diberikannya layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* tersebut.

Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*, pada pertemuan pertama kegiatan peneliti mendapatkan skor 60% dengan kategori cukup hal ini dikarenakan peneliti dalam memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* sudah bisa dikatakan cukup baik namun masih perlu adanya perbaikan lagi yang sekiranya bisa jauh lebih baik dalam memberikan layanan tersebut. Hal ini karena pada tahap awal peneliti belum mampu menyesuaikan diri dengan anggota kelompok, perkenalan masih bersifat kaku dan permainan sangat monoton dan membosankan. Pada tahap peralihan, peneliti menjelaskan pengertian, tujuan, fungsi dan asas-asas

bimbingan kelompok masih bersifat tekstual.

Pada pertemuan kedua, aktivitas peneliti mendapatkan hasil 62% ada peningkatan 2%. Selanjutnya pada pertemuan ketiga mendapatkan hasil sebanyak 65%, ada peningkatan 3% dari pertemuan sebelumnya. Peneliti dalam menguasai materi, menyimpulkan hasil diskusi dan membahas kegiatan lanjutan bimbingan kelompok sudah cukup baik. Dibandingkan dengan pertemuan pertama dan kedua, tindakan bimbingan kelompok teknik *self management* pertemuan ketiga cukup baik meskipun belum mencapai keberhasilan.

Hasil pengamatan pada keterlambatan siswa menunjukkan hasil sebagai berikut:

Tabel 3. Rekapitulasi Keterlambatan Siswa Setelah Siklus I

| Singkatan | Kepanjangan | Jumlah | % |
|-----------|---------------|--------|-------|
| ST | Sangat Tinggi | 0 | 0,0% |
| T | Tinggi | 1 | 12,5% |
| C | Cukup | 7 | 87,5% |
| R | Rendah | 0 | 0,0% |
| SR | Sangat Rendah | 0 | 0,0% |

Refleksi

Berdasarkan hasil observasi diperoleh data bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* sebagai upaya meningkatkan terlambat masuk sekolah pada siswa kelas X SMA 1 Gebog belum sepenuhnya berhasil. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, baik dari peneliti, siswa, maupun situasi dan kondisi dari pelaksanaan bimbingan kelompok dengan

teknik *self management*. Akan tetapi dari setiap pertemuan mengalami peningkatan, hal itu dapat dilihat dari jumlah skor dari pertemuan pertama sampai dengan pertemuan ketiga pada siklus I.

Siklus II

Perencanaan

Sama dengan yang dilakukan pada siklus pertama, penelitian pada siklus

kedua dilakukan dalam tiga pertemuan. Pada pertemuan-pertemuan siklus kedua dilakukan perbaikan-perbaikan sesuai dengan hasil observasi dan refleksi pada siklus pertama. Hasil refleksi pada siklus pertama menunjukkan masih terdapat beberapa kelemahan dari peneliti dan siswa pada pelaksanaan layanan sehingga menyebabkan hasil yang diperoleh pada tindakan siklus I kurang maksimal dan belum mencapai indikator keberhasilan, maka peneliti memutuskan untuk melakukan tindakan selanjutnya pada siklus II. Dengan demikian, diharapkan dari rencana tindakan yang akan dilakukan oleh peneliti pada siklus II dapat memberikan dampak yang positif sehingga dapat tercapai hasil yang maksimal.

Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* pada siklus I diadakan 3 kali pertemuan yaitu pada hari Rabu 15 Oktober 2014, Kamis 16 Oktober 2014 dan Selasa 21 Oktober 2014. Setiap tindakan dilaksanakan selama 45 menit dan diharapkan dapat meningkatkan terlambat masuk sekolah.

Observasi

Observasi atau pengamatan terhadap aktivitas peneliti oleh kolaborator dalam memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* yaitu pada setiap tahapannya yang bertugas sebagai pemimpin kelompok, aktivitas siswa sebagai anggota kelompok dalam mengikuti layanan, serta terlambat masuk sekolah sebelum dan sesudah diberikannya layanan bimbingan

kelompok dengan teknik *self management* tersebut.

Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*, pada siklus II pertemuan pertama diperoleh hasil 70% dalam kategori baik, hal ini dikarenakan peneliti sudah dapat membuka kegiatan bimbingan kelompok dengan baik tidak terlihat grogi, peneliti sudah dapat menjelaskan pengertian dan tujuan dengan baik. Selain itu sudah mengidentifikasi topik permasalahan dengan baik, dan menyimpulkan topik permasalahan dengan baik. Pada pertemuan kedua diperoleh hasil 74% dalam kategori baik, terjadi peningkatan 4%, hal ini dikarenakan peneliti memberikan permainan dengan cara permainan yang tidak monoton dan dapat menghidupkan dinamika kelompok siswa, selain itu peneliti dapat dengan baik menjelaskan pengertian, tujuan, fungsi dan asas-asas bimbingan kelompok dengan baik tanpa tekstual, peneliti dapat membahas topik permasalahan dengan baik dapat membuat anggota kelompok aktif, dan selain itu peneliti juga sudah dapat menguasai materi topik permasalahan yang dibahas dalam kegiatan bimbingan kelompok sehingga dapat menyimpulkan dengan baik. Sedangkan pada pertemuan ketiga aktivitas peneliti mendapatkan hasil 80% dalam kategori baik, ada peningkatan sebesar 6%, hal ini dikarenakan peneliti sudah dapat memimpin bimbingan kelompok dengan baik dan peneliti dapat menciptakan dinamika kelompok dengan baik.

Hasil pengamatan pada keterlambatan siswa menunjukkan hasil sebagai berikut:

Tabel 3. Rekapitulasi Keterlambatan Siswa Setelah Siklus II

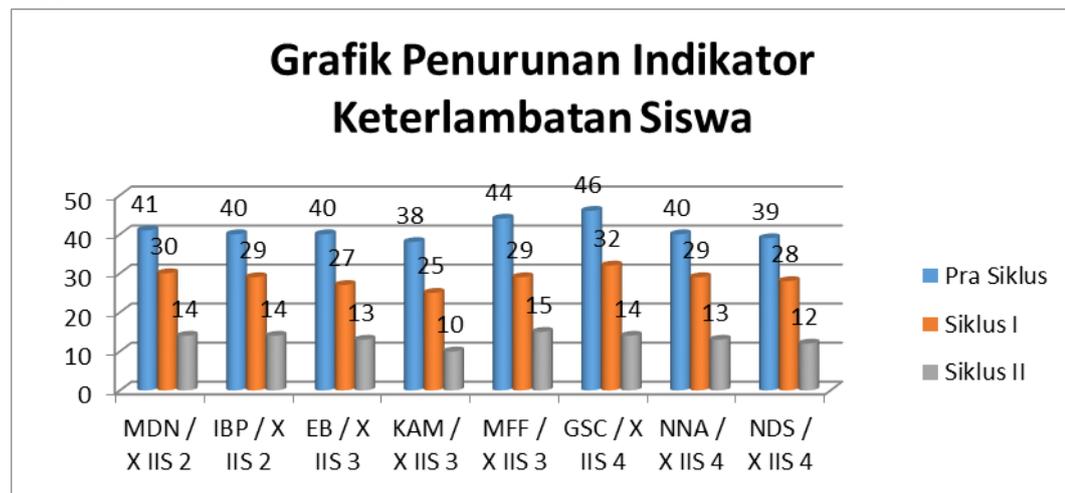
| Singkatan | Kepanjangan | Jumlah | % |
|-----------|---------------|--------|-------|
| ST | Sangat Tinggi | 0 | 0,0% |
| T | Tinggi | 0 | 0,0% |
| C | Cukup | 0 | 0,0% |
| R | Rendah | 1 | 12,5% |
| SR | Sangat Rendah | 7 | 87,5% |

Refleksi

Hasil refleksi pada siklus pertama mendorong peneliti melakukan perbaikan layanan pada siklus II. Hasilnya layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* mampu mengurangi perilaku terlambat siswa.

Secara umum layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* mampu mengurangi perilaku terlambat masuk sekolah siswa kelas X SMA 1 Gebog Kudus. Hal ini bisa dilihat dari grafik berikut:

Pembahasan



Gambar 2. Grafik Penurunan Perilaku Terlambat Siswa

Dalam layanan BK memerlukan strategi bimbingan dan konseling yang efektif. Terdapat beragam teori, strategi, model dalam layanan BK. Karsau (McLeod, 2007: 11) menyebut ada 400 model konseling dan psikoterapi. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa tidak ada satu teori, teknik, strategi yang terbukti efektif untuk semua orang dan semua situasi. Secara khusus belum ada model BK yang khusus untuk meningkatkan efikasi dalam belajar.

Situasi dan tuntutan belajar yang kompleks, memerlukan pemilihan teknik BK yang efektif, memerlukan layanan yang memandirikan (Peraturan Mendiknas, No 27 tahun 2008), dengan melibatkan keaktifan siswa secara penuh. Salah satu strategi yang demikian adalah strategi manajemen-diri (*self-management*). Dalam strategi ini, siswa secara aktif merancang dan melaksanakan kegiatan belajar. Strategi ini mendasarkan behaviorisme kontemporer (Corey,

1995), sedangkan McLeod (2007) menyebut kognitif behavioral.

Dalam penelitian ini, teknik *self management* yang diterapkan dalam bimbingan kelompok dapat membantu siswa melatyihi diri untuk lebih teratur dalam menjalankan kewajiban belajar, mengatur waktu luang untuk bermain, meningkatkan motivasi belajar dan mengelola waktu agar tidak terlambat bangun dan akhirnya terlambat masuk sekolah. Pada akhirnya angka keterlambatan siswa kelas X SMA 1 Gebog dapat menurun.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa:

1. Hasil yang diperoleh dari observasi terhadap indikator keterlambatan siswa masuk sekolah. Pada pra siklus skor rata-rata adalah 41 menurun pada siklus I menjadi 28,63 dengan kategori cukup, dan pada siklus II menjadi 13,13 atau sangat rendah dengan kategori sangat baik. Ada penurunan dari siklus I ke siklus II yaitu sebesar 15,5 atau secara keseluruhan 27,88.
2. Hasil yang diperoleh dari observasi terhadap siswa selama mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Pada siklus I memperoleh rata-rata 60% dengan kategori cukup, dan pada siklus II memperoleh skor rata-rata 88% dengan kategori sangat baik. Ada peningkatan dari siklus I ke siklus II yaitu sebesar 28%.
3. Jadi hipotesis yang berbunyi "Bimbingan Kelompok dengan

Teknik Self management Dapat Mengurangi Keterlambatan Siswa Masuk Sekolah Pada Siswa Kelas X SMA 1 Gebog Tahun Ajaran 2014/2015, dapat diterima, karena ada peningkatan dari indikator keberhasilan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S., Suhardjono dan Supardi. 2008. *Penelitian Tindakan Kelas: Panduan Untuk Guru*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Corey, G. 1995. *Theory and Practice of Group Counseling*. Canada : Brooks/Cole.
- Cormier, W. H. dan Cormier L. S. 1985. *Interviewing Strategies For Helpers Fundamental Skill and Behavioral Interventions. 2 ed*. Monterey. California: Publishing Company.
- Gunarsa, S. D. 1996. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- McLeod, J. 2007. *Pengantar Konseling Teori dan Studi Kasus*. Jakarta: Prenanda Media Group.
- Prayitno. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Depdikbud: Rineka Cipta.
- Rahardjo, S. dan Gudnanto. 2011. *Pemahaman Individu Pendekatan Non Test*. Kudus: Nora Enterprise.
- Romlah, T. 2001. *Teknik-Teknik Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Wibowo, M.E. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: UNNES Press.