

Efektivitas *Self-Management* dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Peserta Didik VII H SMP 5 Kudus

Lailatul Mukaromah¹, Indah Lestari², Turaekan³

¹Pendidikan Profesi Guru, Bimbingan dan Konseling, Universitas Muria Kudus

²Bimbingan dan Konseling, Universitas Muria Kudus

³SMP 5 Kudus

Corresponding Author: Indah Lestari Email: indah.lestari@umk.ac.id

Published: May, 2025

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik self-management dalam meningkatkan disiplin belajar siswa. Ditemukan bahwa tingkat disiplin siswa kelas VII di SMP 5 Kudus tergolong rendah. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, dilakukan penelitian tindakan kelas (PTK) yang terdiri dari dua siklus dengan tahapan perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Data dikumpulkan menggunakan angket skala prioritas disiplin belajar. Skala kedisiplinan belajar digunakan untuk mengukur tingkat kedisiplinan belajar peserta didik sebelum dan sesudah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan disiplin belajar siswa setelah mendapatkan layanan konseling kelompok. Pada tahap pra-siklus, disiplin belajar siswa tergolong rendah dengan persentase 58%. Setelah intervensi pada siklus I, persentasenya meningkat menjadi 67% dan tergolong sedang. Pada siklus II, tingkat disiplin belajar meningkat secara signifikan menjadi 89% dan tergolong tinggi. Pelaksanaan penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan konseling kelompok dapat diterapkan sebagai strategi untuk meningkatkan disiplin belajar siswa secara berkelanjutan.

Kata kunci: *Self-management*, Konseling Kelompok, Disiplin Belajar

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu proses yang bertujuan untuk mengembangkan keterampilan individu, baik dalam hal sikap maupun perilaku. Pendidikan menurut UU No. 20 tahun 2003 ditekankan tentang pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Tambun, 2020).

Melalui pendidikan, peserta didik memperoleh ilmu dan wawasan yang dapat dimanfaatkan untuk mengembangkan diri sesuai dengan potensi serta peluang yang tersedia. Dalam proses pendidikan, pengembangan potensi peserta didik didasarkan pada dua komponen utama, yakni kurikulum pendidikan yang memberikan landasan sistematis dalam pembelajaran, serta proses

pembelajaran yang berperan dalam membentuk pengalaman belajar yang efektif. Kedua aspek tersebut saling mendukung dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang optimal bagi siswa di masa depan.

Menurut Anjar Purba (Karlos, 2024) Belajar adalah proses yang dilakukan seorang individu dengan tujuan memperoleh perubahan perilaku yang menyeluruh sebagai hasil dari pengalaman yang diperoleh melalui interaksi dengan lingkungan. Perubahan tersebut mencerminkan perkembangan dalam aspek kognitif, afektif, maupun psikomotorik yang terjadi secara bertahap seiring dengan keterlibatan individu dalam berbagai situasi pembelajaran.

Belajar tanggung jawab utama bagi setiap peserta didik. Akan tetapi seringkali di sekolah masih menemui peserta didik kurang disiplin belajar. Peserta didik lebih mengutamakan aktivitas yang disukai, sehingga mengabaikan kewajiban sebagai pelajar. Tentunya faktor ini menjadi penyebab rendahnya disiplin dalam belajar. Kurangnya disiplin belajar dapat berdampak negatif bagi peserta didik, seperti menunda penyelesaian tugas, maka peserta didik akan bergantung pada hasil pekerjaan teman dari pada mengerjakannya secara mandiri. Chalista (2020) Menyatakan bahwa, salah satu penyebab rendahnya prestasi belajar peserta didik karena lemahnya kedisiplinan dalam belajar. Peserta didik yang tidak disiplin cenderung belajar secara tidak teratur, enggan menyelesaikan tugas, menyalin pekerjaan teman, tidak memperhatikan saat pembelajaran berlangsung, sering mengganggu suasana kelas, terlambat atau tidak mengumpulkan tugas, bahkan keluar masuk kelas saat pelajaran berlangsung.

Disiplin belajar berperan penting dalam menunjang keberhasilan akademik peserta didik. Peserta didik yang memiliki kedisiplinan tinggi cenderung lebih terarah, terorganisir, dan termotivasi dalam belajar, sehingga memperoleh hasil belajar yang optimal. Sebaliknya, kurangnya disiplin dapat menghambat proses pembelajaran, menyebabkan keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, serta memicu perilaku yang tidak sesuai dengan norma, yang pada akhirnya berdampak negatif terhadap pencapaian akademik (Megantari, 2014).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara di SMP 5 Kudus, diketahui bahwa tingkat kedisiplinan belajar peserta didik masih rendah. Peserta didik datang terlambat, kurang fokus saat pembelajaran, menunda tugas, serta menunjukkan perilaku tidak disiplin seperti mengobrol, tidur di kelas, atau menyontek. Faktor utama yang memengaruhi rendahnya disiplin belajar meliputi kurangnya kesadaran peserta didik, pengaruh lingkungan pergaulan, minimnya pengawasan orang tua, dan metode pembelajaran yang kurang menarik. Untuk meningkatkan disiplin belajar, diperlukan kerja sama antara sekolah, guru, dan orang tua. Sekolah dapat menerapkan aturan lebih tegas, guru perlu menggunakan metode pembelajaran yang lebih inovatif, dan orang tua diharapkan lebih aktif membimbing anak dalam belajar.

Sekolahan memiliki peraturan untuk mengatur semua yang ada di sekolah, bentuk kedisiplinan belajar mencakup berbagai aspek, seperti ketepatan waktu, kepatuhan terhadap aturan sekolah, serta tanggung jawab dalam mengikuti pembelajaran. Peserta didik yang disiplin akan datang ke sekolah

tepat waktu, fokus saat belajar, mengerjakan tugas secara mandiri, serta mematuhi tata tertib sekolah. Selain itu, diharapkan menjaga kerapihan, dan kebersihan.

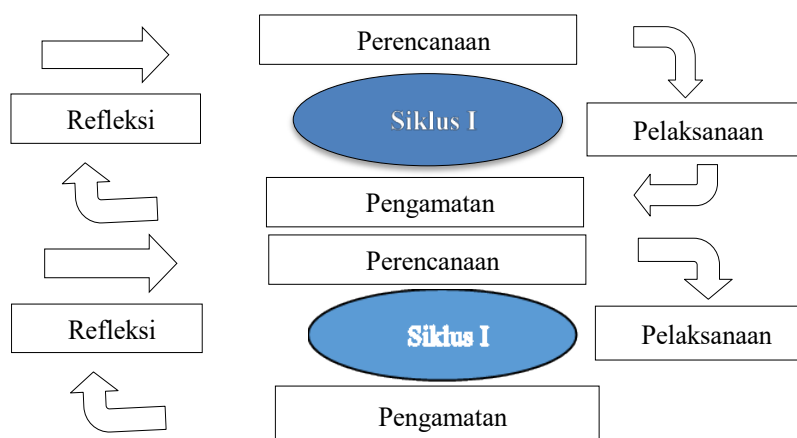
Bebagai masalah yang muncul guru BK memiliki peran penting untuk membantu peserta didik agar mengubah perilakunya menjadi pribadi yang taat peraturan dan dapat memenejemen waktu dengan baik. Untuk memnbantu permasalahan tersebut, khususnya permasalahan manajemen waktu perlu dibutuhkan sebuah teknik pendekatan konseling yang di berikan guru BK sebagi bentuk menimalisir kebiasaan negatif peserta didik.

Salah satu teknik yang dapat diterapkan untuk meningkatkan kesadaran diri dalam mengendalikan perilaku adalah teknik manajemen diri (*self-management*). Manajemen diri adalah upaya individu dalam memotivasi dirinya sendiri, mengatur berbagai aspek dalam dirinya, berusaha mencapai tujuan yang diinginkan, serta mengembangkan kepribadian agar menjadi lebih baik (Ulfa, 2018). Penerapan strategi *self-management* mengajarkan peserta didik untuk disiplin. Strategi ini mengkombinasikan *punishmen* dan *reward*. Memperoleh *punishmen* dan *reward* ada syarat dan ketentuannya yang telah disepakati.

Berdasarkan pemaparan yang sudah dijelaskan, peneliti terdorong untuk melngambil judul “Efektivitas *Self-Management* dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Peserta Didik VII H SMP 5 Kudus”

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK), yang mencakup tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Dalam penelitian ini, peneliti menerapkan dua siklus untuk mengamati serta memperbaiki pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dengan teknik *self-management* dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik. Siklus PTK terdiri atas beberapa fase sebagai berikut.



Sumber (Tambun: 2020)

Gambar 1. Model Penelitian Tindakan Kelas Kemmis Taggart

Pada penelitian ini perlakuan yang peneliti berikan merupakan layanan bimbingan kelompok karena bimbingan kelompok lebih efektif untuk pelaksanaannya siswa dapat saling mempengaruhi dengan cara berpendapat, dan berdiskusi. Selama pelaksanaan peserta didik diharapkan dapat aktif dan memberikan perubahan dalam mengatur waktu agar terencana. Selain itu, layanan bimbingan kelompok sebagai cara untuk menyampaikan informasi dan membantu peserta didik dalam merumuskan rencana serta mengambil keputusan yang tepat, sehingga memberikan dampak positif terhadap peningkatan kemampuan manajemen waktu belajar (Luthfiyanti, 2020).

Pelaksanaan tindakan dilakukan dalam dua siklus, dimana setiap siklus terdiri atas tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Penelitian ini menggunakan instrumen skala prioritas kedisiplinan belajar. Skala kedisiplinan belajar digunakan untuk mengukur tingkat kedisiplinan belajar peserta didik sebelum dan sesudah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok.

Analisis deskriptif dalam Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) dilakukan melalui pengolahan data, baik dalam bentuk kualitatif maupun kuantitatif. Teknik analisis deskriptif dalam PTBK dilakukan dengan membandingkan hasil perlakuan layanan bimbingan dan konseling setiap siklus sesuai dengan standar keberhasilan yang telah ditentukan. Sugiyono (2019) penelitian tindakan, data dianalisis dengan cara mengombinasikan pendekatan kualitatif dan kuantitatif untuk memperoleh pemahaman yang menyeluruh terhadap hasil perlakuan yang diberikan. Analisis kualitatif dilakukan dengan mendeskripsikan dinamika perubahan perilaku peserta didik, sedangkan analisis kuantitatif dilakukan dengan membandingkan skor hasil pretest dan posttest pada setiap siklus sesuai dengan kriteria keberhasilan yang telah ditetapkan.

Subjek penelitian ini terdiri atas delapan peserta didik kelas VII H di SMP 5 Kudus yang memiliki tingkat kedisiplinan belajar rendah yang berjumlah 8 peserta didik. Penentuan subjek dilakukan berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara. Penelitian ini berfokus pada kelompok tersebut dengan tujuan mengevaluasi efektivitas layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *self-management* dalam meningkatkan kedisiplinan belajar. Intervensi yang diberikan diharapkan dapat membantu peserta didik dalam mengembangkan keterampilan pengendalian diri, meningkatkan manajemen waktu, serta menumbuhkan sikap yang lebih bertanggung jawab terhadap tugas akademik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini, yaitu untuk mengetahui gambaran tingkat kedisiplinan belajar peserta didik sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-management*, maka dilakukan pretest sebelum pelaksanaan intervensi. Hasil pretest menunjukkan bahwa secara keseluruhan tingkat kedisiplinan belajar peserta didik kelas VII H berada dalam kategori rendah dengan persentase sebesar 58%. Hal ini mengindikasikan bahwa kedisiplinan

belajar peserta didik masih perlu ditingkatkan melalui layanan bimbingan yang dirancang secara sistematis.

Tabel 1
Tingkat Keberhasilan peserta didik Pra Siklus

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase	Rata-rata
66-80	Tinggi	0	0%	58%
51-65	Sedang	2	25%	
36-50	Rendah	6	75%	
20-35	Sangat Rendah	0	0%	
Jumlah		8	100%	

Berdasarkan tabel 1 hasil penilaian tingkat kedisiplinan belajar siswa SMP 5 Kudus kelas VII H dapat dilihat, bahwa jumlah peserta didik tidak ada yang termasuk dalam kategori sangat rendah, dalam kategori rendah ada sebanyak 6 peserta didik persentasenya 75%, dalam kategori sedang terdapat 2 peserta didik persentase menunjukkan 25%, dan tidak ada .1peserta didik dalam kategori tinggi. Sebelum adanya pelaksanaan layanan bimbingan kelompok kedisiplinan belajar peserta didik dalam kategori rendah persentase 58%.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik melalui layanan bimbingan kelompok. Untuk mencapai tujuan tersebut, intervensi dilakukan dalam dua pertemuan pada siklus I. Setelah pemberian layanan, dilakukan posttest guna mengevaluasi perubahan tingkat kedisiplinan belajar peserta didik.

Berdasarkan hasil posttest, bahwa secara keseluruhan tingkat kedisiplinan belajar peserta didik kelas VII H berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 67%. Hasil tersebut mengindikasikan adanya perbaikan dibandingkan dengan keadaan sebelumnya. Disimpulkan bahwa, layanan bimbingan kelompok yang diterapkan berkontribusi positif mendukung peserta didik membentuk kebiasaan belajar yang lebih disiplin. Namun, untuk mencapai hasil yang lebih optimal, diperlukan upaya berkelanjutan dalam memberikan bimbingan yang lebih intensif dan terarah.

Tabel 2. Persentase Keberhasilan Peserta Didik pada Siklus I

Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase	Rata-rata
66-80	Tinggi	0	0%	67%
51-65	Sedang	6	75%	
36-50	Rendah	2	25%	
20-35	Sangat Rendah	0	0%	
Jumlah		8	100%	

Berlandaskan hasil evaluasi penilaian akhir pada siklus I yang termuat dalam tabel 2, persentase keberhasilan peserta didik menunjukkan bahwa tidak terdapat peserta didik dalam kategori sangat rendah. Sebanyak 2 peserta didik (25%) termasuk dalam kategori rendah, sementara 6 peserta didik (75%) berada dalam kategori sedang, dan tidak terdapat peserta didik yang masuk dalam kategori tinggi. Setelah diberikan treatment layanan bimbingan kelompok pada siklus I, tingkat kedisiplinan belajar peserta didik secara keseluruhan dapat dikatakan tergolong dalam kategori sedang dengan presentase sebesar 67%. Disimpulkan bahwa masih terdapat peningkatan dibandingkan dengan kondisi pra-siklus I.

Tabel 3 Perbandingan Data Sebelum Treatment (Pra-Siklus) dan Siklus I

Kategori	Pra-Siklus		Siklus I	
	f	%	f	%
Tinggi	0	0%	0	0%
Sedang	2	25%	6	75%
Rendah	6	75%	2	25%
Sangat Rendah	0	0%	0	0%

Merujuk pada hasil siklus II yang termuat dalam Tabel 3, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat kedisiplinan belajar peserta didik sesuai treatment layanan bimbingan kelompok. Mengukur efektivitas layanan tersebut, dilakukan posttest pada siklus II.

Hasil pengamatan selama proses bimbingan pada siklus II menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam kedisiplinan belajar peserta didik. Selain itu, layanan bimbingan kelompok

terbukti relatif efektif dalam mendukung peserta didik dalam membentuk kebiasaan belajar lebih disiplin. Bukti efektivitas tersebut terlihat dari hasil evaluasi yang mencapai kategori sedang.

Tabel 4 Presentase Keberhasilan Siklus II

Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase	Rata-rata
66-80	Tinggi	8	88,89%	89%
51-65	Sedang	1	11,11%	
36-50	Rendah	0	0%	
20-35	Sangat Rendah	0	0%	
Jumlah		9	100%	

Mengacu pada tabel 4, hasil penilaian persentase keberhasilan siklus II dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik kelas VII H memanfaatkan layanan bimbingan kelompok berdasarkan hasil posttest siklus II menunjukkan bahwa, tidak terdapat peserta didik yang termasuk dalam kategori sangat rendah maupun rendah. Akan tetapi terdapat, sebanyak 1 peserta didik (11,11%) berada dalam kategori sedang, sedangkan 8 peserta didik (88,89%) tergolong dalam kategori tinggi. Setelah pelaksanaan intervensi pada siklus II, layanan bimbingan kelompok menunjukkan perubahan yang substansial, dengan taraf kedisiplinan belajar peserta didik yang mencapai kategori tinggi dengan persentase sebesar 89%.

Tabel 5 Perbandingan Data Sebelum Tratment (Pra-Siklus), Siklus I, Dan Siklus II

Pra-Siklus				
Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase	Rata-rata
66-80	Tinggi	0	0%	58%
51-65	Sedang	2	25%	
36-50	Rendah	6	75%	
20-35	Sangat Rendah	0	0%	
Jumlah		8	100%	

Siklus I				
Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase	Rata-rata
66-80	Tinggi	0	0%	67%
51-65	Sedang	6	75%	
36-50	Rendah	2	25%	
20-35	Sangat Rendah	0	0%	
Jumlah		8	100%	

Siklus II				
Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase	Rata-rata
66-80	Tinggi	8	88,89%	89%
51-65	Sedang	1	11,11%	
36-50	Rendah	0	0%	
20-35	Sangat Rendah	0	0%	
Jumlah		8	100%	

Taraf kedisiplinan belajar peserta didik kelas VII H memperoleh perkembangan usai memperoleh layanan bimbingan kelompok. Perbandingan pra-siklus, siklus I, dan Sikus II dapat ditinjau tabel I.5, pada kondisi awal sebelum diberikan treatment, kedisiplinan belajar peserta didik berada dalam kategori rendah dengan persentase sebesar 58%. Setelah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok pada siklus I, terjadi peningkatan menjadi 67%, meskipun masih berada dalam kategori sedang. Pada siklus II, kedisiplinan belajar peserta didik mencapai perkembangan lebih krusial, mencapai 89%, yang termasuk dalam kategori tinggi.

Hasil ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok berperan efektif dalam membantu peserta didik meningkatkan kedisiplinan belajar. Dengan adanya intervensi yang diberikan secara bertahap, peserta didik semakin mampu mengelola waktu belajar, menyelesaikan tugas tepat waktu, serta menunjukkan sikap yang lebih disiplin dalam kegiatan akademik. Peningkatan yang terjadi dari siklus I ke siklus II menandakan bahwa pendekatan bimbingan kelompok yang diterapkan telah memberikan dampak positif terhadap kebiasaan belajar peserta didik, sehingga mereka dapat lebih konsisten dalam menerapkan disiplin belajar yang baik.

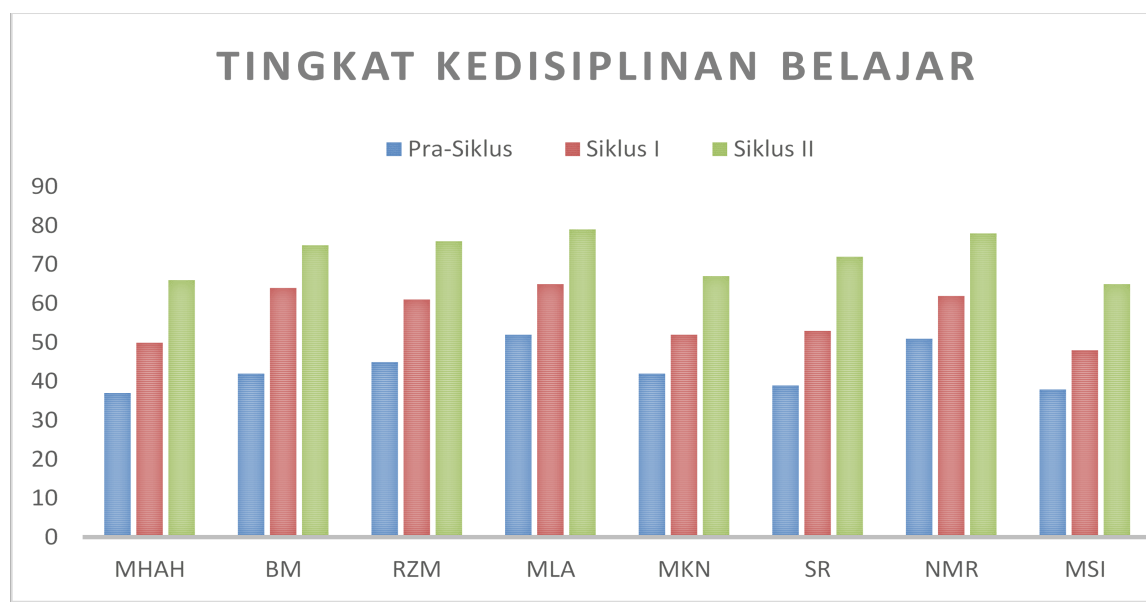
PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini berfokus pada analisis skor yang diperoleh peserta didik setelah diberikan layanan yang bertujuan untuk meningkatkan kedisiplinan belajar. Penelitian ini dilakukan secara bertahap melalui tiga siklus utama, yaitu pra-siklus, siklus I, dan siklus II. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam membentuk kebiasaan belajar yang lebih disiplin dan terstruktur.

Berdasarkan hasil analisis data, ditemukan adanya peningkatan yang signifikan dalam tingkat kedisiplinan belajar peserta didik pada setiap tahapan yang dilakukan. Pada tahap pra-siklus, kedisiplinan belajar peserta didik masih tergolong rendah, sebagaimana tergambar dalam skor yang diperoleh. Setelah diberikan layanan bimbingan kelompok pada siklus I, terjadi perbaikan meskipun belum merata, di mana masih terdapat beberapa peserta didik, seperti MHAH dan MSI, yang berada pada kategori rendah. Namun demikian, secara keseluruhan, terdapat peningkatan menuju kategori sedang.

Pada siklus II, peningkatan yang lebih signifikan tercatat, dengan sebagian besar peserta didik mencapai kategori tinggi dalam kedisiplinan belajar. Data yang diperoleh menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok tidak hanya membantu meningkatkan kesadaran peserta didik terhadap pentingnya disiplin belajar, tetapi juga mendorong mereka untuk mengembangkan keterampilan manajemen waktu, meningkatkan konsistensi dalam belajar, serta menumbuhkan rasa tanggung jawab terhadap tugas akademik mereka.

Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik secara berkelanjutan. Oleh karena itu, layanan ini dapat dijadikan sebagai bagian dari program pembinaan di lingkungan pendidikan untuk membantu peserta didik mencapai hasil akademik yang lebih optimal.



Gambar 2. Bagan Tingkat Kedisiplinan Belajar

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok memiliki efektivitas dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik. Efektivitas ini terbukti dari perbaikan hasil kedisiplinan belajar, mulai dari tahap pra-siklus sampai siklus II.

Tahap pra-siklus, kedisiplinan belajar peserta didik berada dalam kategori rendah dengan persentase sebesar 58%. Setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok pada siklus I, terjadi peningkatan menjadi 67%, meskipun masih termasuk dalam kategori sedang. Selanjutnya, pada siklus II, kedisiplinan belajar peserta didik menunjukkan perkembangan yang lebih krusial, mencapai 89%, yang masuk dalam kategori tinggi.

Peningkatan ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-management* efektif dalam membantu peserta didik mengembangkan kebiasaan belajar yang lebih disiplin. Melalui layanan ini, peserta didik mampu mengelola waktu dengan baik, menyelesaikan tugas tepat waktu, serta menunjukkan sikap tanggung jawab dalam proses pembelajaran.

Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok dapat dijadikan sebagai strategi yang efektif dalam membangun dan meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik secara berkelanjutan. Namun, untuk mencapai hasil yang lebih optimal, diperlukan upaya berkelanjutan dengan memberikan bimbingan yang lebih intensif dan terarah.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa teknik *self-management* melalui layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar, disarankan agar guru bimbingan dan konseling secara berkelanjutan menerapkan layanan ini sebagai bagian dari program pembinaan siswa, khususnya dalam membantu peserta didik yang mengalami masalah disiplin belajar. Sekolah juga perlu memberikan dukungan berupa kebijakan dan fasilitas yang mendukung pelaksanaan layanan bimbingan yang terstruktur. Selain itu, kolaborasi antara guru, orang tua, dan pihak sekolah sangat penting untuk menjaga konsistensi disiplin belajar siswa di lingkungan sekolah maupun di rumah. Untuk penelitian selanjutnya, direkomendasikan agar dilakukan pada subjek yang lebih luas dan dengan durasi intervensi yang lebih panjang agar efektivitas layanan dapat diukur secara lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Maria Ulfa, N. K. (2018, Juni). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Melalui Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kebiasaan Belajar Siswa Kelas VIII Smpn 1 Kapontori. *Jurnal Psikologi Konseling*, 12 (1), 120-132.
- Ni Putu Megantari, M. E. (2014). Penerapan Konseling Behavioral dengan Strategi Self Management untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Kelas X Mia-4 SMA Negeri 3 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*.
- Rika Ayu Lestari, I. B. (2024). Penerapan Metode Pembelajaran Gallery Walk untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SMP N 36 Semarang pada Materi IPA. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan dan Penelitian Tindakan Kelas*.
- Sara Indah Elisabet Tambun, G. S. (2020, Juni). Analisis Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional Mencakup Bab Iv Pasal 5 Mengenai Hak Dan Kewajiban Warga Negara, Orang Tua Dan Pemerintah. *Visi Ilmu Sosial dan Humaniora (VISH)*, 01. N0.1, 82-88.
- Vendilla Noores, S. M. (2024, Desember). Upaya Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Melalui Layanan Bimbingan Klasikal dengan Metode Bermain Peran Peserta Didik Kelas X-9 Sma N 9 Semarang Tahun Pelajaran 2023/2024. *Seminar Nasional Pendidikan Profesi Guru Universitas PGRI Semarang Desember 2024*, 190-197.
- Yuki Karlos, M. A. (2024). Analisis Kedisiplinan Belajar pada Siswa Kelas V di Sekolah Dasar Negeri 06 Emang Bemba. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Sekolah Dasar*, 2 (2) , 20-26.
- Ulfa Luthfiyanti, S. A. (2020). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Simulation Games untuk Meningkatkan Manajemen Waktu Belajar Siswa Kelas XII SMA Negeri 9 Semarang. *Pedagogik Jurnal Pendidikan*, 29.
- Chalista, A., Suhartono, S., & Ngatman, N. (2020). Analisis Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas Tinggi SD Negeri 1 Panjer Tahun Pelajaran 2019/2020. *Kalam Cendekia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 8(3)
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D dan Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.