

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Disiplin belajar adalah sikap patuh dan taat siswa terhadap aturan serta kewajiban yang berhubungan dengan kegiatan belajar (Taha & Sujana, 2021). Kepatuhan serta ketundukan seorang murid pada regulasi sekolah mencerminkan komitmennya dalam menuntut ilmu serta kewajiban berhubungan dengan kegiatan belajar. Disiplin belajar tercermin melalui kebiasaan hadir tepat waktu di sekolah, Menyimak materi secara kondusif, mendengarkan paparan pengajar, menyelesaikan amanat tugas tanpa terlambat, serta mempunyai manajemen waktu edukasi yang tersusun sistematis, serta memanfaatkan waktu belajar secara efektif (Nadifah & El-Yunusi, 2025).

Kata disiplin berasal dari bahasa Latin *Discere* yang berarti belajar, Dari kata ini muncul istilah *Disciplina*, yang memiliki makna pengawasan dan pengendalian. Dalam perjalanannya, makna disiplin mengalami transformasi sehingga mencakup berbagai pemaknaan. Pertama, disiplin dimaknai sebagai bentuk kepatuhan terhadap ketentuan yang berlaku, kesediaan untuk berada di bawah mekanisme pengawasan, serta kecakapan dalam meregulasi diri secara konsisten. Kedua, disiplin turut dimaknai sebagai serangkaian latihan yang berorientasi pada pengembangan diri sehingga individu mampu menampilkan perilaku yang tertib (Putra, 2019).

Sikap tertib merupakan sebuah keadaan yang terwujud lewat tahapan kebiasaan konsisten yang mencerminkan prinsip kepatuhan, ketundukan, kelurusan, serta keselarasan aturan (Priyodarminto, 1993). Disiplin belajar

didefinisikan oleh (Tu'ut, 2014) Siswa yang memiliki disiplin belajar ditandai dengan sikap patuh terhadap berbagai aturan dan regulasi ditetapkan lembaga pendidikan. Para siswa akan hadir di kelas tanpa terlambat, mengikuti proses pembelajaran dengan tertib dan penuh perhatian, serta menunjukkan tanggung jawab dalam menuntaskan kewajiban akademik menurut tenggat yang sudah disepakati. Di samping itu, pelajar yang tertib pun membiasakan agenda edukasi mandiri secara berkala di rumah mereka, demi memastikan proses penyerapan ilmu tidak hanya berlangsung di dalam kelas, melainkan pula menjadi rutinitas yang konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

Sedangkan menurut Moenir (2010) dalam (Ningrum dkk., 2019) Disiplin belajar merupakan bentuk kepatuhan individu terhadap aturan serta tanggung jawab dalam melaksanakan tugas secara tertib dan tepat waktu. Dalam konteks kegiatan belajar, disiplin tercermin melalui sikap tepat waktu dalam mengikuti pelajaran, kesungguhan dalam menyelesaikan tugas yang diberikan, serta konsistensi terhadap regulasi yang berlaku di sekolah.

Melalui pandangan tersebut, diintikan bahwa disiplin belajar ialah sikap sadar, patuh, teratur, dan tertib yang dimiliki siswa dalam melaksanakan kegiatan belajar sesuai aturan secara konsisten tanpa paksaan, sehingga sasaran belajar dapat direalisasikan secara optimal. Dari pengertian diatas dapat dipetik 4 indikator yaitu, (1) Taat, (2) Patuh, (3) Teratur, dan (4) Tertib.

Indikator yang pertama adalah Taat, Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (Kamus Bahasa Indonesia, 2008), taat bermakna selalu berpegang teguh serta mengikuti regulasi yang ada, perintah, dan ketentuan dimana berlaku. Dalam konteks disiplin belajar, taat dapat diartikan sebagai sikap

siswa yang bersedia menjalankan seluruh kewajiban belajar dengan penuh kesadaran tanpa harus dipaksa oleh orang lain. Sikap taat terlihat ketika siswa mematuhi jadwal pelajaran, hadir tepat waktu, mengikuti aturan sekolah, serta melaksanakan kegiatan belajar sesuai ketentuan yang telah ditetapkan. Jika ada siswa yang taat, maka ada pula siswa yang melanggar. Melanggar memiliki arti tidak mau menurut perintah; melawan (Kamus Bahasa Indonesia, 2008). Dalam hal ini, melanggar yaitu suatu keadaan ketika siswa tidak mau mengikuti aturan atau ketentuan yang berlaku, sehingga cenderung melanggar tata tertib dan mengabaikan kewajiban belajar. Dari pengertian tersebut peneliti menemukan fakta positif mengenai taat, yaitu siswa datang tepat waktu ke sekolah, siswa mengikuti jadwal pelajaran dengan konsisten, dan siswa melaksanakan tugas tanpa harus diperintah. Terdapat pula fakta negatif dari siswa yang melanggar, yaitu siswa sering terlambat atau bolos, siswa mengabaikan aturan sekolah, siswa tidak mengerjakan tugas jika tidak diawasi, dan siswa kurang memiliki kesadaran terhadap tanggung jawab belajar. Dalam konteks pendidikan, fenomena yang umum dijumpai adalah adanya siswa yang menunjukkan sikap taat, misalnya hadir tepat waktu dan mengikuti kegiatan pembelajaran sesuai aturan yang berlaku. Sebaliknya, terdapat pula siswa yang melanggar, yang tampak dari perilaku melanggar tata tertib, datang terlambat, atau enggan mengikuti kegiatan belajar. Kondisi ini menunjukkan adanya variasi tingkat ketaatan siswa dalam disiplin belajar

Indikator yang kedua adalah Patuh, Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (Kamus Bahasa Indonesia, 2008), patuh berarti selalu menurut instruksi, setia pada ketentuan, serta tidak menentang ketentuan yang berlaku.

Dalam indikator disiplin belajar, patuh berarti siswa memiliki kemauan untuk mengikuti arahan guru, menaati tata tertib kelas, serta menyelesaikan tugas yang diberikan sesuai instruksi. Sikap patuh juga tercermin ketika siswa menerima nasihat guru, menjaga sopan santun saat pembelajaran berlangsung, dan melaksanakan kewajiban akademik dengan baik. Jika ada siswa yang patuh, maka ada pula siswa yang menentang. Menentang memiliki arti melawan atau tidak mau menurut (Kamus Bahasa Indonesia, 2008). Dalam hal ini, menentang yaitu keadaan ketika siswa tidak mau mengikuti arahan guru dan cenderung melawan aturan yang berlaku. Dari pengertian tersebut peneliti menemukan fakta positif mengenai patuh, yaitu siswa mengikuti instruksi guru dengan baik, siswa menyelesaikan tugas sesuai perintah, dan siswa bersikap sopan selama pembelajaran. Terdapat pula fakta negatif dari siswa yang menentang, yaitu siswa mengabaikan instruksi guru, siswa tidak menyelesaikan tugas sesuai arahan, siswa bersikap kurang sopan, dan siswa cenderung melanggar tata tertib kelas. Dalam konteks pendidikan, fenomena yang umum dijumpai adalah adanya siswa yang patuh terhadap arahan guru, misalnya mengerjakan tugas sesuai instruksi dan menjaga sikap selama pembelajaran. Sebaliknya, terdapat pula siswa yang menentang, yang terlihat dari perilaku tidak mau diatur, mengabaikan perintah, atau menunjukkan sikap kurang sopan.

Indikator yang ketiga adalah Teratur, Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (Kamus Bahasa Indonesia, 2008), teratur berarti sudah diatur baik-baik, tersusun rapi, serta berjalan menurut aturan atau pola tertentu. Dalam disiplin belajar, teratur dapat diartikan sebagai kemampuan siswa dalam mengelola kegiatan belajar secara sistematis, terencana, dan konsisten. Siswa

yang menunjukkan keteraturan lazimnya menerapkan jadwal belajar yang terencana, mengatur distribusi waktu antara aktivitas pembelajaran dan waktu beristirahat., menyiapkan perlengkapan sekolah dengan baik, serta mengulang pelajaran secara rutin. Tidak teratur memiliki arti tidak tersusun rapi atau tidak menurut aturan (Kamus Bahasa Indonesia, 2008). Dalam hal ini, tidak teratur yaitu keadaan ketika siswa tidak memiliki perencanaan belajar yang jelas dan cenderung belajar secara tidak konsisten. Dari pengertian tersebut peneliti menemukan fakta positif mengenai teratur, yaitu siswa memiliki jadwal belajar yang jelas, siswa mampu mengatur waktu dengan baik, dan siswa menyiapkan perlengkapan sekolah secara rapi. Terdapat pula fakta negatif dari siswa yang tidak teratur, yaitu siswa tidak memiliki jadwal belajar, siswa belajar hanya saat akan ujian, siswa sering lupa membawa perlengkapan, dan siswa tidak mampu mengelola waktu dengan baik. Dalam konteks pendidikan, fenomena yang umum dijumpai adalah adanya siswa yang teratur dalam belajar, misalnya memiliki jadwal belajar harian dan konsisten mengulang pelajaran. Sebaliknya, terdapat pula siswa yang tidak teratur, yang tampak dari kebiasaan belajar yang tidak menentu dan kurangnya persiapan dalam kegiatan belajar.

Indikator yang keempat adalah Tertib, Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (Kamus Bahasa Indonesia, 2008), tertib berarti teratur, rapi, dan menurut aturan. Dalam konteks disiplin belajar, tertib berarti siswa mampu menjaga sikap dan perilaku selama berlangsungnya proses pembelajaran alhasil tercipta kondisi yang kondusif serta efektif. Sikap tertib dapat terlihat ketika siswa duduk dengan rapi di kelas, memperhatikan penjelasan guru, tidak membuat keributan, menjaga kebersihan ruang belajar, serta mengikuti

kegiatan pembelajaran sesuai tata tertib yang berlaku. Jika ada siswa yang tertib, maka ada pula siswa yang tidak tertib. Tidak tertib memiliki arti tidak rapi atau tidak menurut aturan (Kamus Bahasa Indonesia, 2008). Dalam hal ini, tidak tertib yaitu keadaan ketika siswa tidak mampu menjaga perilaku selama pembelajaran sehingga mengganggu proses belajar. Dari pengertian tersebut peneliti menemukan fakta positif mengenai tertib, yaitu siswa duduk rapi dan fokus saat pembelajaran, siswa tidak mengganggu teman, dan siswa menjaga kebersihan ruang belajar. Terdapat pula fakta negatif dari siswa yang tidak tertib, yaitu siswa sering membuat keributan di kelas, siswa tidak memperhatikan penjelasan guru, siswa mengganggu teman, dan siswa tidak menjaga kebersihan lingkungan belajar. Dalam konteks pendidikan, fenomena yang umum dijumpai adalah adanya siswa yang tertib selama pembelajaran berlangsung, misalnya memperhatikan guru dan menjaga ketenangan kelas. Sebaliknya, terdapat pula siswa yang tidak tertib, yang terlihat dari perilaku ribut, tidak fokus, atau mengganggu jalannya pembelajaran.

Rendahnya disiplin belajar peserta didik tidak terlepas dari keberadaan berbagai determinan yang berasal dari dimensi intrapersonal maupun pengaruh yang bersumber dari lingkungan eksternal. (Siahaan dkk., 2026). Faktor yang berakar pada dimensi internal peserta didik meliputi rendahnya dorongan intrinsik untuk belajar serta terbatasnya pemaknaan pada urgensi penelitian (Raviando & Netrawati, 2023). Sementara itu, faktor dari luar dirinya dapat berupa kurangnya perhatian orang tua, lingkungan pergaulan yang kurang mendukung, penggunaan media sosial secara berlebihan, kurangnya pengawasan dari sekolah, serta metode pembelajaran yang kurang menarik.

Kombinasi dari berbagai faktor tersebut menyebabkan siswa kesulitan dalam membangun kebiasaan belajar yang disiplin (Ananda & Desri, 2022).

Merujuk pada hasil eksplorasi wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling di MA Kalifa Nusantara, diperoleh informasi bahwa masih terdapat siswa kelas XI yang menunjukkan tingkat disiplin belajar yang rendah. Guru BK menjelaskan bahwa Indikasi rendahnya disiplin belajar tampak melalui tindakan siswa yang kurang mengindahkan tata tertib, kebiasaan hadir terlambat di sekolah, lalai dalam menyelesaikan dan menyerahkan tugas sesuai jadwal, serta kurang memberikan atensi selama proses pembelajaran berlangsung. Kondisi tersebut berimplikasi pada menurunnya akuntabilitas siswa yang diikuti dengan kurang optimalnya perolehan hasil belajar.

Selain itu, berdasarkan hasil observasi guru BK terhadap seluruh siswa yang berjumlah 152 orang, diperkirakan sekitar 46% siswa masih kurang disiplin dalam mengerjakan dan menyerahkan tugas sesuai batas jadwal yang berlaku, sekitar 42% siswa kurang tertib dalam mengikuti proses pembelajaran di kelas, sekitar 40% siswa masih kurang mematuhi tata tertib sekolah, dan sekitar 38% siswa menunjukkan kurangnya keteraturan dalam mengatur waktu belajar. Data tersebut merupakan hasil identifikasi awal berdasarkan pengalaman profesional guru BK dalam memberikan layanan kepada siswa serta hasil pengamatan selama proses pembelajaran berlangsung.

Mengacu pada temuan empiris yang dihimpun melalui wawancara dan observasi dapat diinterpretasikan bahwa masih terdapat permasalahan disiplin belajar pada siswa di MA Kalifa Nusantara yang memerlukan penanganan melalui layanan bimbingan dan konseling. Oleh karena itu, penerapan

konseling behavioral dengan teknik *self-management* dipandang sebagai salah satu alternatif layanan yang dapat digunakan untuk mentreatment disiplin belajar siswa sehingga diharapkan siswa mampu meningkatkan kepatuhan terhadap aturan, tanggung jawab dalam belajar, serta keteraturan dalam melaksanakan kegiatan belajar.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, sekolah memiliki peran penting melalui intervensi bimbingan dan konseling (Muratama, 2018). Layanan konseling akademis merupakan komponen esensial dalam ekosistem edukasi yang difungsikan untuk mendampingi peserta didik memaksimalkan kompetensi internal, sekaligus menanggulangi kendala individual, interaksi kelompok, problem akademik, hingga proyeksi masa depan (Sa'adah dkk., 2025). Pendidik spesialis tersebut memegang mandat guna memfasilitasi siswa menemukan solusi terhadap hambatan yang dialami, termasuk masalah rendahnya disiplin belajar (Monica dkk., 2022).

Sebagai bentuk intervensi, pendekatan konseling dipandang memiliki relevansi dalam menangani masalah disiplin belajar adalah konseling behavioral. Intervensi berbasis tindak-tanduk ini menitikberatkan perhatiannya terhadap manifestasi aksi riil yang tampak nyata, untuk kemudian direkonstruksi memanfaatkan teori-teori pembiasaan baru (Iskandar & Isba, 2025). Pendekatan ini memandang bahwa perilaku yang tidak sesuai, termasuk kurang disiplin belajar, merupakan hasil dari kebiasaan yang dipelajari dan karena itu dapat diubah melalui proses latihan, pembiasaan, penguatan, dan pengendalian perilaku (Pernandes, 2025).

Konseling behavioral merupakan suatu proses pemberian bantuan yang berfokus pada upaya merekonstruksi kebiasaan buruk yang menyimpang menjadi tindakan yang lebih positif dan selaras melalui pemanfaatan teori-teori internalisasi materi,, seperti penguatan (*reinforcement*), pembiasaan (*conditioning*), dan peniruan (*modeling*)(Corey, 2009). Konseling Behavioral merupakan rangkaian proses melakukan *treatment* yang memanfaatkan mekanisme, target, dasar pemikiran, perspektif individual, kegunaan, patokan, metodologi, beserta keahlian pendampingan psikologis bagi disiplin belajar.(Dharsana, 2018).

Berdasarkan pengertian tersebut, prosedur diartikan sebagai tahapan kegiatan dalam menyelesaikan suatu aktivitas (Kamus Bahasa Indonesia, 2008) Prosedur dalam konseling behavioral meliputi identifikasi perilaku bermasalah yang tampak, perumusan tujuan perubahan perilaku secara spesifik, pemilihan teknik yang sesuai, pelaksanaan intervensi seperti pemberian penguatan atau latihan perilaku, serta evaluasi terhadap hasil perubahan yang dicapai(Corey, 2024). Dalam konteks penelitian ini, prosedur konseling behavioral difokuskan pada upaya membantu siswa membentuk perilaku disiplin melalui pembiasaan yang berulang dan penguatan secara konsisten.

Tujuan diartikan sebagai arah yang hendak dicapai (Kamus Bahasa Indonesia, 2008) Dalam penelitian ini, tujuan konseling behavioral adalah untuk mengurangi atau menghilangkan perilaku yang tidak diharapkan serta membentuk perilaku baru yang lebih sesuai dengan norma yang berlaku (Corey, 2024). Berkaitan dengan disiplin belajar, tujuan tersebut diarahkan

agar siswa mampu mentreatmen ketaatan terhadap aturan, kepatuhan terhadap instruksi, keteraturan dalam belajar, serta ketertiban selama proses pembelajaran. Dengan demikian, siswa diharapkan mampu membangun kebiasaan belajar yang positif melalui latihan yang berulang dan penguatan terhadap perilaku yang diinginkan.

Prinsip merupakan dasar atau landasan dalam berpikir dan bertindak (Kamus Bahasa Indonesia, 2008). Dalam konseling behavioral, prinsip yang digunakan menekankan pada manifestasi tindakan yang tampak secara kasatmata, peran lingkungan sebagai faktor pembentuk perilaku, penggunaan penguatan untuk mentreatmen perilaku positif, serta penerapan konsekuensi untuk mengurangi perilaku negatif. Selain itu, pendekatan ini bersifat sistematis, terarah, dan berorientasi pada perubahan perilaku melalui proses belajar.

Pandangan terhadap manusia merupakan cara memahami manusia sebagai makhluk yang memiliki karakteristik tertentu (Kamus Bahasa Indonesia, 2008). Dalam konseling behavioral, manusia dipandang sebagai individu yang perilakunya terbentuk melalui pengalaman belajar dan interaksi dengan lingkungan. Individu dianggap memiliki kemampuan untuk mempelajari perilaku baru, mengubah kebiasaan, serta mengembangkan respons yang lebih adaptif melalui latihan dan penguatan (Corey, 2024). Dengan demikian, perilaku manusia bersifat dinamis dan dapat dimodifikasi.

Fungsi diartikan sebagai kegunaan atau peran suatu hal (KBBI Daring, 2026). Dalam penelitian ini, konseling behavioral berfungsi sebagai layanan bantuan yang membantu siswa mengubah perilaku yang kurang disiplin

menjadi perilaku yang lebih positif melalui proses pembiasaan dan penguatan. Fungsi ini memungkinkan siswa untuk memperkuat perilaku yang sesuai dengan aturan serta mengurangi perilaku yang menghambat proses belajar.

Asas merupakan dasar yang dijadikan pedoman dalam berpikir dan bertindak (Kamus Bahasa Indonesia, 2008). Menurut Prayitno (El Fiah, 2018), asas dalam pelaksanaan konseling meliputi asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, kegiatan, kemandirian, kekinian, kedinamisan, keterpaduan, kenormatifan, keahlian, alih tangan kasus, serta tut wuri handayani.

Skill dari konseling perlu dimiliki oleh konselor dalam melaksanakan konseling kognitif perilaku, yaitu *Multiculture From and Culture, Attending Behavioral, Client Observation Skill, Open and Close Question, Encourage, Reflection of Feeling, Reflection of Meaning, Focusing Client, Problemotherapy, "we" Interviewer, Cultural/Environmental, Influencing Skills, Confrontation, Incogruity, Skill Sequencing and Structuring the Interview*, dan *Personal and Theory Counseling Skill Integration* (Dharsana & Umam, 2024).

Pendekatan behavioral sangat relevan digunakan untuk mentreatment disiplin belajar karena masalah disiplin berkaitan langsung dengan perilaku sehari-hari siswa. Melalui konseling behavioral, siswa dapat dilatih untuk mengubah kebiasaan negatif menjadi perilaku positif, seperti seperti melaksanakan aktivitas edukasi tanpa menunda, menuntaskan kewajiban akademis berlandaskan tenggat, serta menaati seluruh regulasi lembaga pendidikan, dan lebih fokus dalam mengikuti pembelajaran.

Di antara berbagai teknik dalam konseling behavioral, salah satu teknik yang dianggap efektif adalah teknik *self-management*. Teknik *self-*

management merupakan suatu proses *treatment* yang dijalankan dengan mengoptimalkan langkah operasional, sasaran, fondasi teoritis, perspektif kemanusiaan, kegunaan, asas utama, prosedur kerja, serta kapabilitas pendampingan untuk mentreatmen disiplin belajar. Teknik *self-management* merupakan strategi intervensi yang berorientasi pada kapasitas individu dalam meregulasi, mengendalikan, dan mengarahkan perilakunya secara mandiri sebagai ikhtiar untuk merealisasikan perubahan perilaku yang diharapkan. Dalam penelitian ini, teknik *self-management* digunakan untuk membantu siswa mentreatmen disiplin belajar melalui pengelolaan perilaku secara mandiri, sehingga siswa mampu menunjukkan sikap taat, patuh, teratur, dan tertib dalam kegiatan belajar.

Berdasarkan pengertian tersebut, prosedur diartikan sebagai serangkaian langkah dalam menyelesaikan suatu kegiatan (Kamus Bahasa Indonesia, 2008). Prosedur dalam teknik *self-management* diawali dengan tahap self-monitoring, yaitu siswa mengamati serta mencatat perilaku belajarnya, seperti keteraturan waktu belajar dan kepatuhan terhadap tugas. Selanjutnya, tahap self-evaluation dilakukan dengan cara membandingkan perilaku yang telah dilakukan dengan target yang telah ditentukan. Tahap berikutnya adalah *self-reinforcement*, di mana siswa memberikan penghargaan atau konsekuensi terhadap dirinya sendiri sesuai dengan pencapaian yang diperoleh. Dalam penelitian ini, rangkaian prosedur tersebut diarahkan untuk membentuk kebiasaan disiplin belajar melalui pengelolaan diri yang terencana dan berkesinambungan.

Tujuan diartikan sebagai arah yang ingin dicapai (Kamus Bahasa Indonesia, 2008). Tujuan penerapan teknik *self-management* dalam penelitian ini adalah untuk membantu siswa mengembangkan kemampuan dalam mengontrol dan mengarahkan perilaku ke arah yang lebih positif. Berkaitan dengan disiplin belajar, tujuan tersebut mencakup peningkatan ketaatan terhadap aturan, kepatuhan terhadap arahan guru, keteraturan dalam mengatur waktu belajar, serta ketertiban dalam mengikuti proses pembelajaran. Selain itu, teknik ini juga bertujuan untuk menumbuhkan kemandirian siswa dalam membentuk perilaku disiplin tanpa bergantung pada pengawasan dari pihak lain.

Prinsip merupakan dasar atau landasan dalam berpikir dan bertindak (Kamus Bahasa Indonesia, 2008). Prinsip dalam teknik *self-management* menekankan bahwa individu memiliki peran aktif dalam proses perubahan perilaku. Individu mampu mengamati, menilai, serta memperbaiki perilakunya sendiri melalui latihan yang dilakukan secara berulang. Teknik ini juga menekankan pentingnya konsistensi, kesadaran diri, serta tanggung jawab pribadi dalam mencapai perubahan perilaku yang diharapkan.

Pandangan terhadap manusia merupakan cara memahami manusia sebagai makhluk yang memiliki karakteristik tertentu (Kamus Bahasa Indonesia, 2008). Dalam teknik *self-management*, manusia dipandang sebagai individu yang memiliki kemampuan untuk mengatur dan mengendalikan dirinya sendiri. Individu diyakini mampu menetapkan tujuan, memantau perilaku, serta melakukan perubahan melalui proses belajar dan pengalaman.

Dengan demikian, perilaku manusia bersifat dinamis dan dapat dimodifikasi melalui pembiasaan dan penguatan (Corey, 2024).

Fungsi diartikan sebagai kegunaan atau peran suatu hal (Kamus Bahasa Indonesia, 2008). Dalam penelitian ini, teknik *self-management* berfungsi sebagai sarana untuk membantu siswa mentreatmen kemandirian dalam mengelola perilaku belajar. Teknik ini memungkinkan siswa untuk lebih sadar terhadap perilakunya, memperkuat kebiasaan positif, serta mengurangi perilaku yang tidak sesuai dengan aturan. Selain itu, teknik ini juga berperan dalam membentuk kebiasaan belajar yang disiplin dan berkelanjutan.

Asas merupakan dasar yang dijadikan pedoman dalam berpikir dan bertindak (Kamus Bahasa Indonesia, 2008). Menurut Prayitno (El Fiah, 2018), asas dalam pelaksanaan konseling behavioral dengan teknik *self-management* menerapkan pilar konfidensialitas, keikhlasan, transparansi, keaktifan, otonomi diri, aktualitas, fleksibilitas perkembangan, koherensi layanan, keselarasan norma, profesionalisme, pelimpahan wewenang perkara, hingga dorongan motivasi dari belakang.

Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan, masih ditemukan siswa sebanyak yang menunjukkan tingkat disiplin belajar rendah, seperti datang terlambat ke sekolah, tidak membawa perlengkapan belajar, kurang aktif saat pembelajaran, menunda pengumpulan tugas, serta kurang memiliki jadwal belajar yang teratur di rumah. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya upaya sistematis melalui layanan konseling agar siswa dapat mentreatmen disiplin belajarnya.

Berdasarkan paparan melandasi ketertarikan pihak akademisi guna melangsungkan sebuah kajian ilmiah berjudul **“Efektivitas Teori Konseling Behavioral dengan Teknik *Self-management* untuk Mentreatment Disiplin Belajar Siswa.”** Kajian tersebut diproyeksikan mampu menyumbang sumbangsih nyata bagi kemajuan program pendampingan psikologis pada lembaga pendidikan, sekaligus memosisikan diri selaku opsi alternatif dalam merestrukturisasi keteraturan akademik peserta didik demi mewujudkan sasaran edukasi nasional secara maksimal.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, maka didapatkan identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Masih terdapat siswa yang menunjukkan disiplin belajar yang rendah di MA Kalifa Nusantara.
 2. Sebagian siswa sering terlambat mengumpulkan tugas yang diberikan oleh guru.
 3. Masih terdapat siswa yang kurang mematuhi aturan belajar, seperti tidak memperhatikan saat pembelajaran berlangsung, bermain telepon genggam, atau berbicara dengan teman ketika guru menjelaskan.
 4. Sebagian siswa kurang mampu mengatur waktu belajar sehingga kegiatan belajarnya tidak teratur.
- Batasan Masalah

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dirumuskan, agar permasalahan tersebut tidak semakin melebar serta mengingat keterbatasan peneliti, maka penelitian terbatas pada:

1. Subjek penelitian ini terbatas pada siswa kelas XI di MA Kalifa Nusantara.
2. Penelitian ini terbatas pada pemberian layanan konseling behavioral dengan teknik *Self-management* untuk mentreatmen kedisiplinan belajar siswa kelas XI di MA Kalifa Nusantara.

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini disusun Mengacu pada latar belakang masalah, identifikasi masalah dan Batasan ruang lingkup yang telah diuraikan sebelumnya, yaitu sebagai berikut:

1. Apakah konseling behavioral dengan teknik *self-management* efektif untuk mentreatmen disiplin belajar siswa kelas XI di MA Kalifa Nusantara?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan yang hendak dicapai melalui penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui keefektifan dari konseling behavioral dengan teknik *Self-management* untuk mentreatmen kedisiplinan belajar siswa kelas XI di MA Kalifa Nusantara.

1.6 Manfaat Penelitian

a. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis penelitian ini diproyeksikan mampu menyajikan verifikasi empiris mengenai signifikansi dampak intervensi perilaku yang mengaplikasikan metodologi *self-management* supaya mentreatmen kedisiplinan belajar siswa kelas XI di MA Kalifa Nusantara.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Guru Bimbingan Konseling

Melalui pelaksanaan kajian ilmiah ini, diharapkan dapat menyumbangkan rekomendasi konstruktif serta referensi aplikatif bagi para pendidik bk dalam memberikan layanan yang tepat untuk mentreatmen kedisiplinan siswa dan menambahkan wawasan dalam upaya layanan konseling.

2. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini diproyeksikan mampu memberikan sumbangsih nyata dalam membantu peserta didik mengatasi berbagai permasalahan pribadi, khususnya yang berkaitan dengan mentreatment disiplin di lingkungan sekolah.

3. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan mampu memperkaya khazanah informasi serta cakrawala keilmuan pada ranah pendampingan psikologis, sekaligus memantapkan kesiapan praktisi dalam mengemban amanah sebagai pendidik spesialis konseling di masa depan.

1.7 Produk Penelitian

Produk penelitian yang dihasilkan melalui studi empiris ini terdiri atas: 1) temuan uji coba yang disistematisasikan ke dalam format naskah akademis tugas akhir (Skripsi) 2) Instrumen intervensi berupa RPBK digunakan dalam implementasi konseling behavioral dengan teknik *self-management* untuk mentreatmen disiplin belajar, 3) artikel ilmiah yang disusun berdasarkan hasil penelitian eksperimen dan dipublikasikan pada jurnal yang terindeks Scopus

atau Sinta, 4) angket sebagai instrumen yang sudah teruji validitasnya dan memuat item positif serta negatif, 5) HKI (Hak Kekayaan Intelektual).

