

**EFEKTIVITAS TEKNIK *SELF- CONTROL* UNTUK
MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR SISWA KELAS VIII
SMP TRI TUNGGAL SUGIHWARAS**

SKRIPSI



Oleh

FIKI NURYAHANI

NIM : 3320170048

UNUGIRI
BOJONEGORO

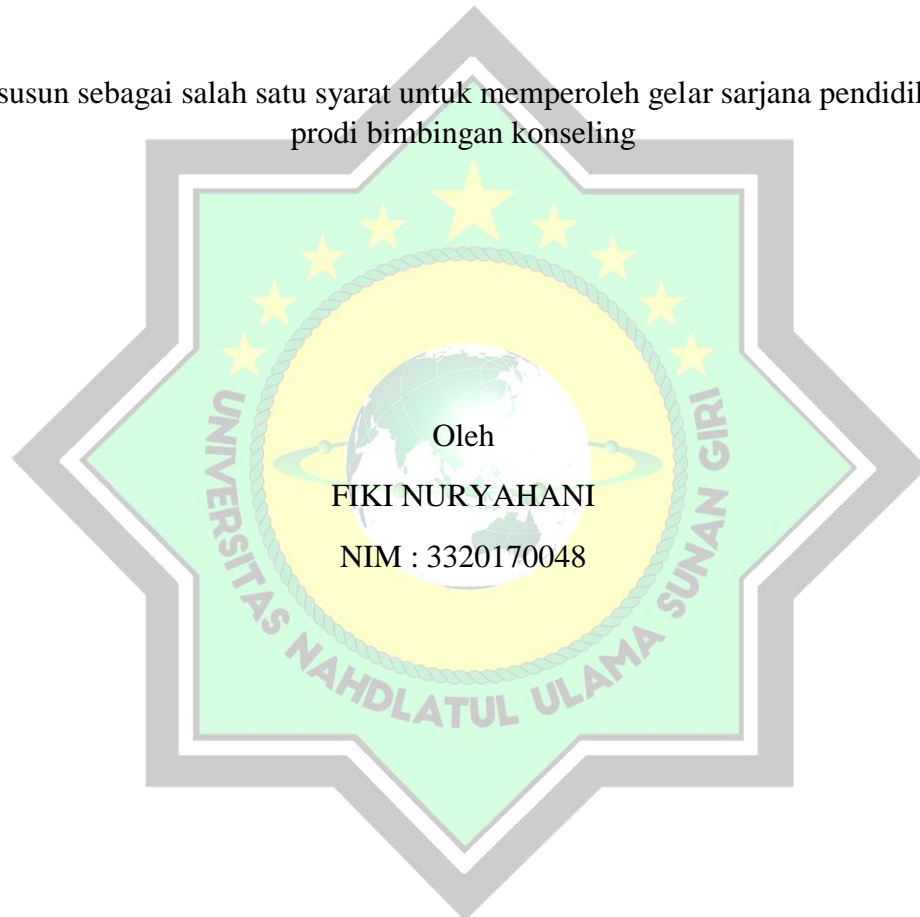
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA SUNAN GIRI BOJONEGORO
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

2021

**EFEKTIVITAS TEKNIK *SELF-CONTROL* UNTUK
MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR SISWA KELAS VIII
SMP TRI TUNGGAL SUGIHWARAS**

SKRIPSI

Disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan
prodi bimbingan konseling



Oleh
FIKI NURYAHANI
NIM : 3320170048

UNUGIRI
BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU KEPENDIDIKAN
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA SUNAN GIRI BOJONEGORO

2021

PERYATAN

Saya menyatakan bahwa skripsi ini bebas plagiat, dan apabila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat, dalam skripsi ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan.

Bojonegoro,



Fiki Nuryahani

NIM : 3320170048

HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Fiki Nuryahani

NIM : 3320170048

Judul : Efektivitas Teknik *Self-Control* Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar
Kelas VIII Siswa SMP Tri Tunggal Sugihwaras

Telah dipertahankan dihadapan penguji pada tanggal 22 September 2021

Dengan penguji

Ketua



Dr. Nurul Huda, M.H.I

NIDN : 2114067801

Tim pendamping

Pembimbing I



Zeti Novitasari, M.Pd

NIDN : 0711118702

Anggota



Vesti Dwi Cahyaningrum, M.Pd'

NIDN : 0715049401

Pembimbing II



M.Iqbal Tawakkal, M.Pd

NIDN : 070738802

Mengetahui,

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

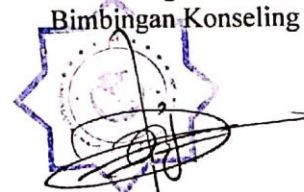


Azzul Chandra Sari, M.Pd

NIDN : 0721059101

Mengetahui,

Ketua Program Studi
Bimbingan Konseling



Zeti Novitasari, M.Pd

NIDN : 0711118702

MOTTO

Sukses berawal dari proses, ketika ingin sukses maka jangan takut untuk melalui proses.

(Imam syafi'i)

Success starts from the process, when you want to be successful then don't be afraid to go through the process.

PERSEMBAHAN

Kupersembahkan kepada kedua orang tuaku dan kepada dedua mertuaku dan kepada istri dan anakku dan juga kepada adik2 ku dan tak lupa kepada adek tingkat Aku Dan tak lupa juga kepada bapak ibu dosen, yang senantiasa membimbing dan mengarahkan saya sampai bisa menyelesaikan skripsi tepat waktu

UNUGIRI
BOJONEGORO

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas rahmatnya yang selama ini kita dapatkan yang memberi hikmah dan yang paling bermanfaat bagi seluruh umat manusia. Sholawat dan Salam semoga tercurah limpahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah dipercaya oleh Allah SWT membawa tuntunan hidup menuju suatu kehidupan yang bahagia di dunia dan akhirat.

Alhamdulillah penulis dapat menyelesaikan penulisan Skripsi ini dengan judul: **"Efektivitas Teknik *Self-Control* Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Kelas VIII SMP Tri Tunggal Sugihwaras"** Penulisan Skripsi ini mungkin tidak akan selesai tanpa bantuan dari pihak-pihak tertentu, terutama kepada yang terhormat

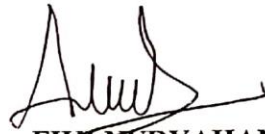
1. Bapak K. M. Jauharul Ma'arif, M.Pd.I Selaku Rektor (UNU) Sunan Giri Bojonegoro beserta jajarannya yang telah menyediakan berbagai fasilitas dan pelayanan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Astrid Chandra Sari, M.Pd Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) atas semua kontribusi dan Ilmu yang telah diberikan.
3. Ibu Zeti Novitasari, M.Pd Selaku ketua program Studi Bimbingan Dan Konseling, yang telah mengizinkan penulis dalam menyusun Skripsi ini.
4. Ibu Zeti Novitasari, M.Pd selaku dosen pembimbing satu yang dengan penuh ketekunan, kesabaran dan membimbing penulis dalam penulisan skripsi ini.
5. Bapak M. Iqbal Tawakkal, M.Pd selaku dosen pembimbing dua yang dengan penuh ketekunan dan kesabaran membimbing penulis dalam penulisan skripsi ini.
6. Ibu Teguh Widayanti, S.Pd selaku Kepala Sekolah SMP Tri Tunggal Sugihwaras, yang telah mengizinkan peneliti untuk melaksanakan penelitian di SMP Tri Tunggal Sugihwaras.
7. Teman-teman yang selalu memberikan bimbingan dan semangat dalam penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam skripsi ini masih perlu banyak kekurangan dan tentu dibutuhkan perbaikan. Oleh karena itu penulis sangat menerima kritikan

yang membangun agar bisa menjadi skripsi yang lebih baik. Kekurangan tersebut tentunya dapat dijadikan peluang untuk peningkatan penelitian selanjutnya. Akhirnya penulis tetap bisa berharap semoga skripsi yang jauh dari kata sempurna bermanfaat bagi para pembaca.

Bojonegoro,

Penulis



FIKI NURYAHANI

NIM 3320170048

ABSTRACT

Nuryahanai, Fiki, 2021 *The effectiveness of self-control techniques to improve student discipline in class VIII SMP Tri Tunggal Sugihwaras*. Thesis, majoring in guidance and conseling faculty of teacher training and education, university of nahdlatul ulama sunan giri bojonegoro, main advisor zeti novitasari, M.Pd and assistant supervisor m.iqbal tawakkal, M.Pd.

This research was motivated by the presence of students who found problems with low learning discipline so that a study was carried out with the title effectiveness of *self-control* techniques to improve learning discipline for class VIII students of SMP Tri Tunggal for the academic year 2020/2021.

The purpose of this research is to improve student learning discipline. The type of research carried out is quantitative pre-experimental research using the *one-test post-test* design method. The sample used for this study was 16 students from class VIII SMP Tri Tunggal who had low-level learning discipline. *Self-control* technique used for 2 times. Observation subjects twice *pre-test – post-test*. Data collection techniques using, questionnaires, and observations.

The average result of the learning discipline score before taking group guidance using *self-control* techniques is 25.76 and after taking group guidance using *self-control* techniques increases to 35.20 based on the reability results in the number Cronbach's Alpha is greater than the minimum value of 937.

Therefore it can be concluded that the instrument used to measure the effectiveness of the *self-control* technique on student learning discipline can be asked as reliable (trustworthy). This means that group guidance with *self-control* techniques is effective in improving learning discipline for class VIII students of Tri Tunggal Sugihwaras junior high school.

Keywords : *Self-control, learning discipline*

ABSTRAK

Nuryahani, Fiki, 2021 Efektivitas teknik *self-control* untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas VIII SMP Tri Tunggal Sugihwaras. Skripsi, jurusan bimbingan dan konseling fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas nahdlatul ulama sunan giri bojonegoro. Pembimbing utama zeti novitasari, M.Pd dan pembimbing pendamping m. iqbal tawakkal, M.Pd.

Penelitian ini dilatar belakangi oleh adanya siswa yang mendapati masalah disiplin belajar yang rendah sehingga ingin dilakukan penelitian dengan judul Efektivitas teknik *self-control* untuk meningkatkan disiplin belajar terhadap siswa kelas VIII SMP Tri Tunggal tahun ajaran 2021/2022. Adapun tujuan penelitian ini untuk meningkatkan disiplin belajar terhadap siswa.

Jenis penelitian yang dilaksanakan yaitu penelitian kuantitatif *pre-experimen* dengan menggunakan metode *design one grup pre-tes-post-test*. Sampel yang digunakan untuk penelitian ini sebanyak 16 siswa dari kelas VIII SMP Tri Tunggal yang mempunyai disiplin belajar dalam tingkatan rendah. teknik *self-control* yang dilakukan selama 2 kali. Subjek observasi dua kali *Pre-tes-post-test*. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan, angket, dan observasi.

Hasil rata-rata skor disiplin belajar sebelum mengikuti bimbingan kelompok dengan penggunaan teknik *self-control* yaitu 25,76 dan setelah mengikuti bimbingan kelompok dengan memanfaatkan teknik *self-control* meningkat menjadi 35,20 berdasarkan hasil reliabilitas di ketahui angka *Cronbach's Alpha* tersebut lebih besar dari pada nilai minimum adalah 937.

Oleh karna itu bisa disimpulkan bahwa, instrument yang digunakan untuk mengukur variabel efektivitas-efektivitas teknik *self-control* terhadap disiplin belajar siswa bisa ditanyakan *realibel* (dapat dipercaya). Berarti bimbingan kelompok dengan teknik *self-control* efektif dalam meningkatkan disiplin belajar terhadap siswa kelas VIII SMP Tri Tunggal Sugihwaras.

Teknik : *Self-control*, disiplin belajar .

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	i
HALAMAN PERYATAAN KEASLIHAN TULISAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	iv
HALAMAN MOTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRACT INGGRIS.....	vii
ABSTRAK INDONESIA.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	I
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian dan kegunaan penelitian.....	7
1.5 Ruang Lingkup dan Batas Penelitian.....	7
1.6 Definisi Oprasional.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	9
2.1 Konsep Disiplin Belajar.....	9
2.2 Pengertian Disiplin Belajar.....	9
2.3 Tujuan Disiplin Belajar.....	16
2.4 Faktor Disiplin Belajar.....	18
2.5 Aspek-Aspek Disiplin Belajar.....	21

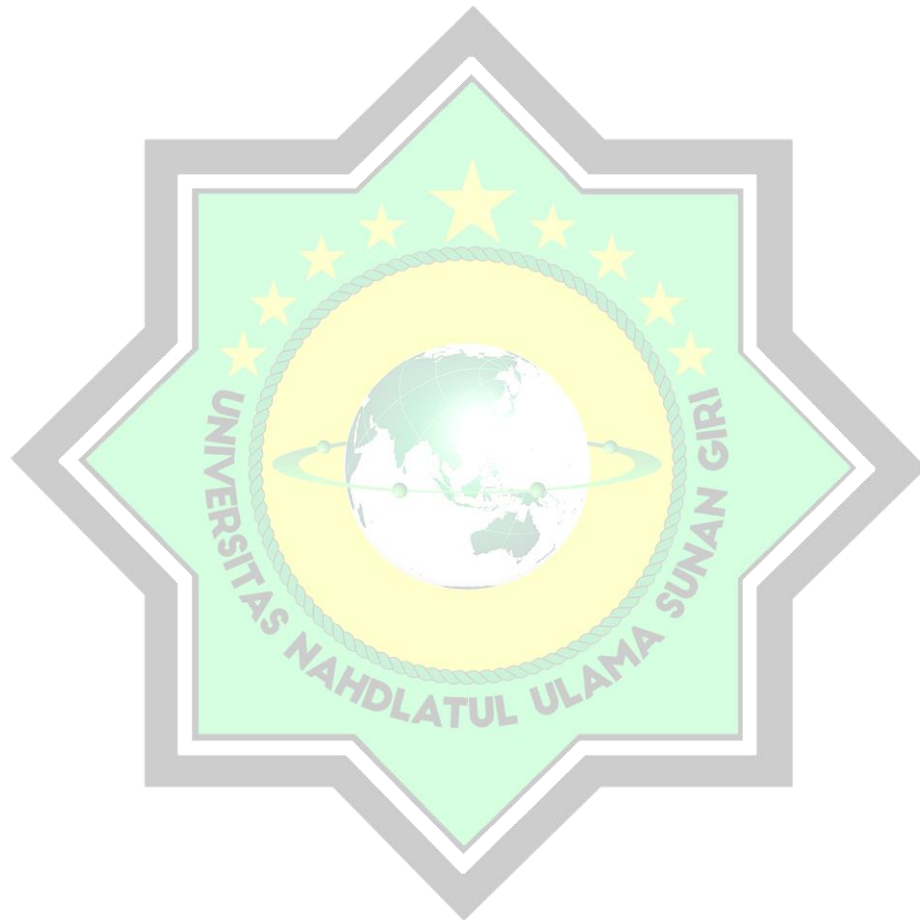
2.6 Indikator Disiplin Belajar.....	22
2.6 Konsep Teknik <i>Self-Control</i>	26
2.7 Aspek-Aspek <i>Self-Control</i>	29
2.9 Faktor-Faktor <i>Self-Control</i>	32
2.9 Fungsi <i>Self-Control</i>	33
2.10 Prinsip-Prinsip <i>Self-Control</i>	35
2.3 Efektivitas teknik <i>self-Control</i> untuk meningkatkan disiplin belajar siswa.....	37
2.4 kerangka pikir.....	39
2.5 Hipotesis Penilaian.....	41
BAB III METODE PENELITIAN.....	42
3.1 Rencana Penelitian.....	42
3.2 Subjek Penelitian.....	42
3.3 Lokasi penelitian.....	43
3.4 Variabel Penelitian.....	43
3.5 Instrumen Pengumpulan data.....	44
3.6 Prosedur Penelitian.....	44
3.7 Analisis Data.....	46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	47
4.1 Pelaksanaan Penelitian.....	47
4.2 Hasil Penelitian.....	49
4.3 Hasil Reabilitas.....	52
4.4 <i>Paired Sampel Test</i>	54
4.5 Interpretasi Output Uji <i>T-Tes Paired</i>	55
4.6 Pengambilan Keputusan <i>Paired</i>	55
4.7 Pembahasan.....	55
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	57
5.1 Simpulan.....	57
5.2 Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA.....	59

DAFTAR TABEL

4.1 Kreteria Tingkat Disiplin.....	49
4.2 Skala Porsentase Kemampuan Disiplin Belajar Siswa Sebelum diberikan Teknik <i>Self-Control</i>	50
4.3 Sekala Prosentase Kemampuan Disiplin Belajar Siswa Setelah di beri Teknik <i>Self-Control</i>	51
4.4 Tabel Skala Perbandingan Prosentase Kemampuan.....	52
4.5 <i>Case Processing Summary</i>	53
4.6 <i>Reliability Statistics</i>	53
4.7 <i>Pairend Sampel Statistics</i>	54
4.8 <i>Pairend Samples Test</i>	54

DAFTAR BAGAN

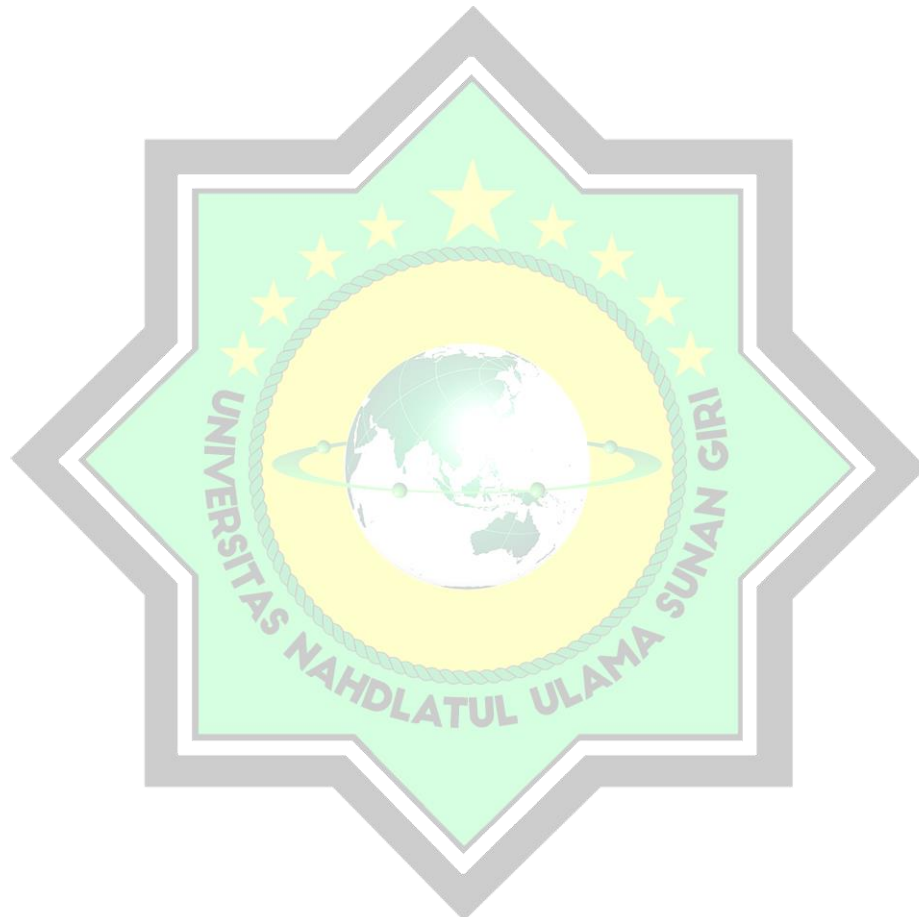
2.1 <i>Kerangka Pikir Intervensi</i>	39
2.2 <i>Intervensi strategi Penelitian</i>	40



UNUGIRI
BOJONEGORO

DAFTAR GAMBAR

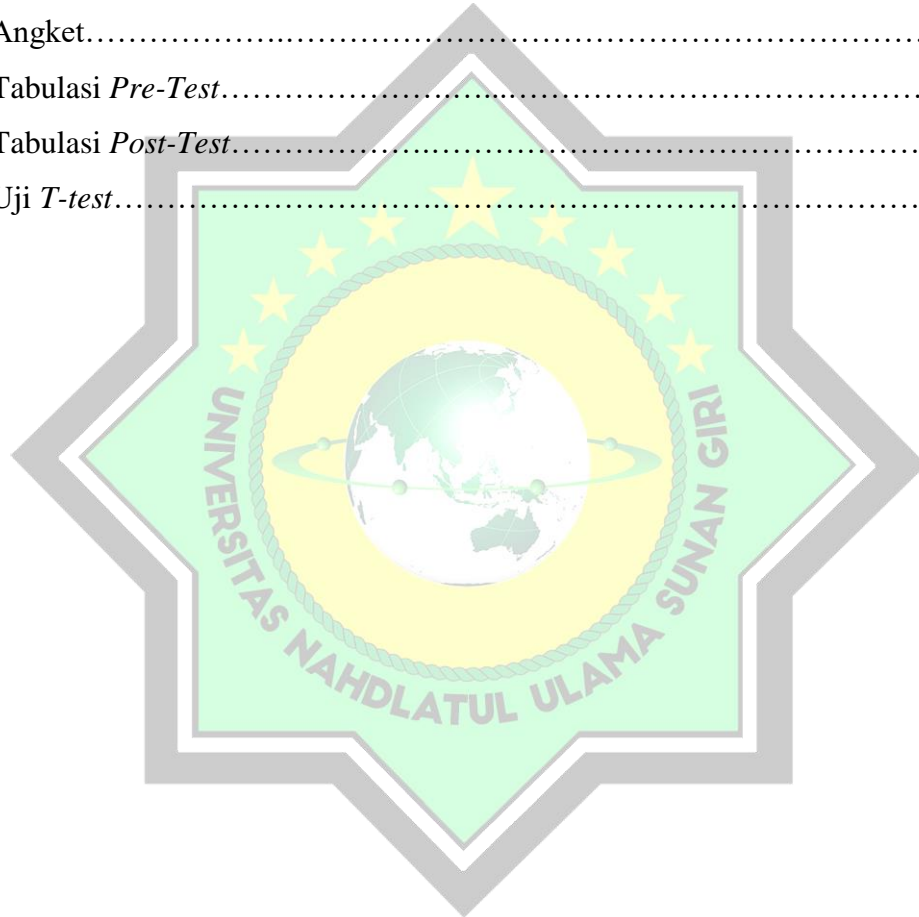
5.1 <i>Pre-test</i>	73
5.2 Pemberi Layanan.....	75
5.3 <i>Post-Test</i>	76



UNUGIRI
BOJONEGORO

DAFTAR LAMPIRAN

5.1 Surat Pembalasan Penelitian.....	64
5.2 Instrumen Validari	65
5.3 Validasi Ahli.....	66
5.4 Kisi Kisi Angket.....	68
5.5 Angket.....	69
5.6 Tabulasi <i>Pre-Test</i>	74
5.7 Tabulasi <i>Post-Test</i>	77
5.8 Uji <i>T-test</i>	78



UNUGIRI
BOJONEGORO