

Penerapan Teknik Self Management Untuk Mengatasi Perilaku Menyimpang Pada Mahasiswa UIN Sumatera Utara

Ihda Maulida¹, Mega Julia Hutagalung², Nur Asri³, Nurin Asyati⁴, Muhammad Putra Dinata⁵, Dika Sahputra⁶

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara^{1,2,3,4,5,6}

e-mail: ihdahmaulida@gmail.com¹, megayulia2018@gmail.com², nurasri76054296@gmail.com³,
asyatinurin@gmail.com⁴, putradiantasaragi@uinsu.ac.id⁵, [dikahputra@uinsu.ac.id](mailto:dikasahputra@uinsu.ac.id)⁶

Info Artikel

Sejarah Artikel

Diterima: 13 Agustus 2022

Revisi: 17 Oktober 2022

Disetujui: 17 Nopember 2022

Dipublikasikan: 31 Desember
2022

Keyword

Mahasiswa

Perilaku Menyimpang

Self Management

Penerapan

Abstract

The purpose of this research was to find out what deviant behavior was in UINSU students and how it was implemented to deal with deviant behavior in UINSU students. The discussion in this study is related to morals, namely about the personality of students who arise due to deviant behavior, which behavior is inappropriate for some UINSU students. The results of this study are deviant behavior that occurs at UINSU, namely demonstrations of skipping class during lectures, smoking and so on. The factors that cause deviant behavior are due to the large number of students from villages who have just come to the city so that there is a lack of supervision from parents and those closest to them. , besides that, because of the wrong association, many students are affected by their environment and commit deviant behavior. As well as the lack of faith or awareness in students can also affect the occurrence of deviant behavior.

Pendahuluan

Mahasiswa sebagai peran utama perguruan tinggi, memegang peranan yang sangat penting dalam mencapai tujuan pendidikan. Tujuan pendidikan diatur dalam pasal 3 Undang-Undang Dasar No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, yang menyatakan fungsinya pendidikan. Pendidikan adalah tentang mengembangkan keterampilan dan membentuk kepribadian siswa. Tujuannya yaitu untuk mengembangkan kemungkinan yang ada dan menjadikan manusia yang beriman, bertakwa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap kreatif, mandiri, demokratis serta bertanggung jawab (Mawarti et al., 2021).

Perilaku dapat dinyatakan sebagai perbuatan atau kelakuan yang dilakukan individu. Skinner dalam Noto Atmodjo (2003), menambahkan perilaku juga dapat diartikan respon dari stimulus atau rangsangan yang terjadi pada individu. Perilaku dapat dinyatakan sebagai sifat atau tindakan yang dimiliki oleh individu dan dapat dipengaruhi oleh lingkungan, sikap, emosi, etika, nilai, kekuasaan, persuasi bahkan bisa diturunkan melalui gen. Elisabet Hurlock (2006), menyatakan bahwa remaja awal dan remaja pertengahan adalah remaja yang usianya diantara 12 tahun sampai 17 tahun. Umumnya pada usia tersebut mulai masuk pada masa remaja awal dan menengah yang penuh guncangan dengan proporsi tubuh yang mulai berubah, secara biologi hormon seksual sekunder mereka sudah mulai muncul sehingga terdapat berbagai benturan kebutuhan. Mohammad (1998) dalam Khuzaiyah (2015), menambahkan secara psikologi pada siswa usia remaja terjadi peningkatan emosi yang sifatnya tidak stabil, yang bisa meletup-letup atau bisa menjadi apatis sehingga bisa mengalami depresi. Mereka mulai mencari jati diri dan rasa

ingin tahu yang tinggi. Widianingsih (2009), menambahkan pangkal utama permasalahan remaja adalah pencarian identitas diri. Pengendalian diri adalah hal yang sangat dianjurkan. Jika seorang remaja tidak bisa mengendalikan diri maka mereka bisa mendapat masalah penyimpangan perilaku.

Penyimpangan yaitu konsep masalah sosial yang didasarkan pada pelanggaran norma dengan kata lain, sesuatu dianggap sebagai masalah sosial karena mempengaruhi hubungan dengan nilai-nilai dan merupakan gangguan terhadap tujuan kehidupan masyarakat. Masalah sosial atau *social problems* adalah situasi yang dianggap sebagai ancaman sosial yang tidak diinginkan, tidak dapat diterima atau dianggap sebagai ancaman bagi masyarakat. Penyimpangan sosial atau perilaku menyimpang, yang secara sadar atau tidak sadar kita alami atau kita lakukan. Penyimpangan sosial dapat terjadi dimana saja dan dilakukan oleh setiap orang. Tidak dapat dipungkiri bahwa sejauh mana penyimpangan yang terjadi, baik besar maupun kecil, dalam skala luas atau sempit tentu saja menimbulkan kerancuan keseimbangan sosial/perkuliahan. Dengan kata lain penyimpangan (*deviation*) yaitu segala macam pola perilaku yang tidak sesuai (*conformity*) dengan kehendak masyarakat/ mahasiswa (Anisah Hasan & Irwan, 2016).

Melihat pentingnya peran mahasiswa sebagai generasi muda bagi masa depan negara oleh karena itu hal ini mendorong kami sebagai peneliti untuk melakukan penelitian terhadap mahasiswa yang melakukan penyimpangan perilaku di jurusan ini, Dikarenakan mahasiswa masih memiliki masa depan yang cemerlang untuk mencapai sebuah kesuksesan.

Metode Penelitian

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif, penelitian kualitatif sering disebut sebagai metode penelitian naturalistik karena penelitiannya dilakukan pada kondisi yang alamiah, penelitian ini dilaksanakan di UIN Sumatera Utara tepatnya di kampus II Jalan William Iskandar Pasar V, Medan Estate, Kecamatan Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara. Penelitian ini difokuskan pada penerapan teknik self management untuk mengatasi perilaku menyimpang pada masalah mahasiswa UIN Sumatera Utara. Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah wawancara dan dokumentasi peneliti akan menganalisis apa saja perilaku menyimpang dan bagaimana penerapan teknik *self management* untuk mengatasi masalah tersebut. Data primer dari penelitian ini adalah didapatkan dari hasil wawancara sedangkan data sekunder didapatkan dari dokumen, dokumen yang berkaitan dengan penutupan teknik *self management* ini berupa buku, jurnal, artikel dan lain sebagainya. Teknik analisis data yang terdapat dalam penelitian ini adalah mendiskusikan data atau merangkum data, mendisplay data atau menyajikan data dalam bentuk matriks agar data dapat mudah dipahami lalu menarik kesimpulan

Hasil dan Pembahasan

Zaman milenial seperti sekarang ini, banyak sekali terjadi penyimpangan perilaku baik yang dilakukan oleh para remaja umumnya maupun mahasiswa. Dan kali ini kami sebagai peneliti melakukan penelitian terhadap mahasiswa yang ada di lingkungan jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam UIN Sumatera Utara. Banyak dari mereka (mahasiswa) yang melakukan penyimpangan perilaku atas dasar termotivasi oleh pengaruh teman-teman. Kondisi ini tidak boleh disepelekan karena bisa berkembang menjadi tindakan kriminal. Karena perilaku menyimpang ini adalah perilaku yang tidak sesuai dengan norma-norma baik dalam masyarakat maupun di lingkungan perkuliahan, Umumnya perilaku menyimpang ini banyak dilakukan oleh laki-laki namun juga tidak menutup kemungkinan dilakukan oleh perempuan. Dari sekian banyaknya perilaku menyimpang, yang peneliti temukan di lingkungan UIN Sumatera Utara yaitu merokok, yang

mungkin sudah tidak asing lagi kita jumpai di lingkungan perkuliahan, bolos mata kuliah saat perkuliahan berlangsung, dan lain sebagainya.

Di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara terdapat beberapa perilaku menyimpang yang telah penulis teliti sebelumnya, penulis telah melakukan penelitian kepada beberapa mahasiswa di UIN Sumatera Utara yang mana masih ada beberapa dari mahasiswa yang melakukan penyimpangan perilaku. Adapun beberapa perilaku penyimpangan yang dilakukan oleh mahasiswa UIN Sumatera Utara diantaranya ialah :

Macam Macam Perilaku Menyimpang

1. Merokok

Berbagai perilaku yang dilakukan manusia sebagai respon terhadap rangsangan yang diterimanya, salah satu bentuk perilaku manusia yang dapat diamati adalah merokok. Merokok tersebar luas di Cina kuno dan Roma, itupun mereka menggunakan ramuan yang mengeluarkan asap dan memberikan kenikmatan saat dihirup melalui hidung dan mulut. (Danasantoso, 1991).

Saat merokok, asap rokok yang dibakar dihirup ke dalam tubuh dan dihembuskan (Armstrong, 1990). Danasantoso (1991) mengatakan bahwa asap rokok tidak hanya berbahaya bagi diri sendiri tetapi juga bagi orang lain di sekitarnya. Menurut pandangan lain, perilaku merokok adalah sesuatu yang dihisap dan dihisap seseorang, yang dapat menimbulkan asap (Levy, 1984).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku merokok adalah perbuatan atau kegiatan menghisap rokok kemudian dihisap dan dihembuskan, yang dapat mengakibatkan asap yang dapat dihirup oleh orang sekitar.

Faktor faktor penyebab merokok

Para ahli memaparkan beberapa alasan mengapa seseorang merokok. Menurut Levy (1984), setiap orang memiliki kebiasaan merokok yang berbeda dan biasanya menyesuaikan dengan tujuan merokoknya. Pendapat ini didukung oleh Smet (1994) bahwa seseorang merokok karena faktor sosial budaya seperti kebiasaan budaya, kelas sosial, prestise dan pendidikan.

Mu'tadin (2002) mengemukakan alasan remaja merokok diantaranya:

1. Pengaruh Orang Tua

Menurut Baer & Corado remaja perokok adalah anak-anak yang berasal dari keluarga yang tidak bahagia dimana orang tua kurang memperhatikan anaknya dibandingkan dengan remaja dari keluarga bahagia. Remaja dari keluarga konservatif lebih sulit terlibat dalam merokok atau narkoba dibandingkan dengan keluarga permisif, dan efek yang paling kuat adalah ketika orang tua sendiri menjadi panutan, yaitu perokok berat, anak-anak mereka cenderung mengikuti. Perilaku merokok lebih banyak terjadi pada orang yang tinggal dengan satu orang tua (*single parent*). Remaja lebih cenderung merokok saat ibu mereka merokok dari pada saat ayah mereka merokok. Ini lebih terlihat pada wanita muda.

2. Pengaruh seorang teman

Berbagai fakta menunjukkan bahwa semakin banyak remaja yang merokok, semakin besar pula kemungkinan temannya menjadi perokok dan sebaliknya. Dua kemungkinan muncul dari hal ini, pertama remaja dipengaruhi oleh teman-temannya atau sebaliknya. 87% perokok muda memiliki setidaknya satu teman merokok atau tidak merokok.

3. Faktor Kepribadian

Maulida, dkk (Penerapan Teknik Self Management.....)

Orang mencoba merokok karena penasaran atau untuk menghilangkan rasa sakit dan kebosanan. Sifat kepribadian yang menjadi ciri pengguna narkoba (termasuk pengguna rokok) adalah penyesuaian sosial. Pandangan ini didukung oleh Atkinson (1999), yang menemukan bahwa orang yang mendapat skor tinggi pada berbagai tes penerimaan sosial merokok lebih banyak dari pada mereka yang mendapat skor rendah.

4. Pengaruh Iklan

ketika melihat iklan di media massa dan elektronik yang menyampaikan image bahwa perokok adalah simbol maskulinitas atau glamour. Indri Kemala Nasution : Perilaku merokok remaja sering kali mengakibatkan remaja mengikuti perilaku yang digambarkan dalam iklan.

2. Membolos dalam perkuliahan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, tingkah laku identik dengan tingkah laku. Tingkah laku adalah respon atau respon individu terhadap rangsangan atau lingkungan. Membolos dapat diartikan sebagai perilaku siswa yang tidak masuk sekolah karena alasan yang tidak masuk akal, atau membolos juga dapat diartikan sebagai siswa yang tidak hadir tanpa alasan yang jelas. Perilaku agresif merupakan masalah yang harus diatasi dan memerlukan pimpinan fakultas dan pembina, karena perilaku tersebut mempersulit tercapainya tujuan pendidikan nasional yaitu mencerdaskan masyarakat. Pembolosan tidak hanya menjadi penghambat tujuan pendidikan, tetapi juga merupakan perilaku yang bertentangan dengan standar siswa, karena siswa yang resah cenderung melakukan hal-hal atau tindakan negatif yang merugikan lingkungannya mahasiswa yang membolos tidak dapat dimintai pertanggungjawaban atas studinya, merusak potensi, keterampilan, bakat, aspirasi, dan masa depan mereka. Seperti Kartou (2011:45) bahwa “perilaku menyimpang mempunyai akibat bagi diri sendiri dan bagi orang lain.

Menurut Gunarsa (2002:31) Absen adalah meninggalkan sekolah tanpa sepengetahuan sekolah. Menurut Kartou (2011:55), membolos merupakan salah satu bentuk kenakalan siswa yang dapat berakibat serius jika tidak segera diperbaiki.

Faktor-Faktor Penyebab Membolos

Penyebab mahasiswa melakukan perilaku menyimpang dapat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri siswa, sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri siswa. Siswa yang berperilaku tidak terdidik memiliki konsekuensi negatif bagi dirinya sendiri, antara lain: mengalami kegagalan di kelas, dan siswa yang membolos merasa tersisih atau dikucilkan dari teman-temannya. Beberapa kemungkinan alasan perilaku siswa yang berbeda-beda di setiap sekolah. Dilihat dari lingkungannya, siswa terpelajar biasanya dipengaruhi oleh teman-temannya. Secara psikologis, pengaruh teman bisa lebih menentukan dibandingkan pengaruh orang tua. Jika teman-teman yang dipilihnya bisa memberikan pengaruh positif, itu tidak masalah. Namun jika teman yang dipilihnya memiliki pengaruh negatif, maka tentu saja karakternya juga akan terpengaruh negatif.

Kemudian ditemukan alasan lain bagi siswa untuk membolos, karena ada pelajaran yang tidak mereka sukai. Orang tua yang terlalu sibuk dengan pekerjaan juga dapat mengarahkan anak untuk melakukan kegiatan pendidikan karena anak kurang mendapat pengawasan dan anak kurang mendapat perhatian, terutama masalah pendidikan.

3. Demonstrasi

Demonstrasi atau unjuk rasa merupakan salah satu bentuk ekspresi publik dan bagian dari pembentukan demokrasi yang dianut oleh bangsa Indonesia saat ini. Di sana orang dapat dengan bebas mengungkapkan pendapat, keinginan, dan ketidakpuasannya terhadap pemerintahan saat ini. Pemuda perkotaan, khususnya mahasiswa, yang kerap menjadi aktor dominan dalam berbagai kegiatan protes, selalu berusaha mewujudkan ekspresinya melalui tindakan-tindakan yang dapat mewakili jiwa dan pendapatnya dengan caranya sendiri, termasuk mengungkapkan pendapatnya di depan umum.

Demonstrasi salah satu wujud dari sistem demokrasi yang diterima masyarakat Indonesia adalah kebebasan berekspresi. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, demonstrasi berarti melakukan gerakan protes di jalan. Demonstro berasal dari dua suku kata, yaitu kata demo (demonstrasi) dan kata konsentrasi (konsentrasi atau pemikiran tentang sesuatu atau pemusatan tenaga, kekuatan, daya, dan lain-lain pada satu tempat) digabung menjadi satu kata: Demonstrasi dalam artian demonstrasi juga dapat diartikan sebagai kegiatan berupa peragaan yang dilakukan dengan memusatkan perhatian pada suatu pokok bahasan.

(Savero, 2008) Protes adalah tindakan yang menyampaikan penolakan, kritik, netralitas, mengajarkan apa yang dianggap menyimpang, dan menyalurkan keprihatinan kepada pihak tertentu, dalam hal ini pemerintah. Padahal, protes secara bahasa tidak sesempit mengadakan *long march*, berteriak-teriak, membakar ban, kegiatan teatrikal, mendobrak pagar atau kegiatan lain yang selama ini dikaitkan dengan kata protes. Dan dilakukan di ruang publik, yaitu ruang publik yang secara umum atau terbuka dapat dilihat oleh publik.

Faktor-faktor yang menyebabkan Demonstrasi

1. **Kekecewaan mahasiswa atas tuntutan**

Jika aparat yang berwenang tidak menanggapi tuntutan mahasiswa yang merupakan isi dari demonstrasi tersebut, maka mahasiswa akan kecewa dan dapat terjadi kekerasan mahasiswa.

2. **Kurangnya pengawasan oleh aparat keamanan**

Sering terjadi, meskipun polisi telah menerima informasi tentang demonstrasi, tidak ada rencana yang tepat dan rinci untuk melakukan tindakan pengamanan. Polisi meremehkan kekuatan para mahasiswa, sehingga hanya ada sedikit tindakan proaktif.

3. **Tindakan represif oleh aparat keamanan**

Aparat keamanan yang menggunakan kekerasan saat mahasiswa menyampaikan tuntutannya cenderung mengobarkan emosi mahasiswa sehingga menyebabkan mahasiswa lepas kendali. Aksi provokatif mahasiswa juga sering ditanggapi polisi dengan kekerasan, yang kemudian ditanggapi dengan kekerasan oleh mahasiswa yang melakukan protes

4. **Ada provokator**

Pihak lain kerap menggelar aksi unjuk rasa untuk kepentingan pribadi atau kelompok dengan tujuan menciptakan kekacauan di masyarakat.

5. **Orang-orang tertentu ingin menjadi pahlawan**

Para pengunjuk rasa menyebut aksi mereka sebagai perjuangan untuk menuntut keadilan demi kesejahteraan rakyat. Mengenai pertempuran ini, banyak orang bertinda provokatif untuk disebut pahlawan, tidak menyadari bahwa tindakan mereka dapat membangkitkan emosi.

6. **Partisipasi masyarakat yang tidak memahami aturan penyelenggaraan demonstrasi**

Banyak orang di antara para demonstran yang tidak mengetahui tata cara berekspresi publik dan hanya mengetahui substansi tuntutan mereka, tetapi tidak mengetahui apa yang dilarang dalam aksi protes tersebut.

7. **Partisipasi anak di bawah umur**

Banyak pihak sengaja mengeksploitasi anak di bawah umur hanya untuk menambah jumlah demonstran. Anak di bawah umur masih sangat labil dan mudah berubah secara emosional. Ketika anak-anak ini berpartisipasi dalam demonstrasi, kemungkinan kerusuhan meningkat.

8. **Ada orang yang membawa senjata tajam**

Orang yang membawa senjata tajam lebih cenderung memiliki keberanian untuk bertindak karena merasa memiliki senjata untuk melindungi diri, sehingga sangat berbahaya untuk bergabung dengan masa.

9. **Kurangnya harapan dari penanggung jawab demo**

Demonstran tidak memiliki tindakan preventif untuk mencegah kerusuhan, sehingga saat demonstrasi seringkali tidak mampu mengendalikan emosi dan gerak-gerik mahasiswa.

10. **Keamanan yang lemah**

Keamanan yang lemah bisa berarti kurangnya penempatan polisi, menghilangkan ketakutan pengunjung rasa. Pengamanan yang lemah terhadap pengunjung rasa juga dapat disebabkan oleh aparat keamanan yang secara umum terlalu pasif atau tidak aman sehingga memungkinkan pengunjung rasa untuk melakukan tindakan yang dapat menciptakan anarkisme dengan lebih leluasa atau dapat juga karena alat atau fasilitas yang kurang memadai. Membatasi kebebasan bergerak para pengunjung rasa

Penerapan teknik self management

Self Management adalah salah satu teknik yang digunakan dalam konseling perilaku untuk mengubah perilaku. Konseling perilaku menganggap bahwa perilaku manusia adalah hasil belajar, sehingga dapat diubah dengan memanipulasi dan menciptakan kondisi belajar. Menurut sudut pandang perilaku, setiap orang memiliki kecenderungan positif dan negatif yang sama. Oleh karena itu, pengalaman belajar baru diperlukan untuk mengubah perilaku yang dianggap bermasalah. Teknik perubahan perilaku diperlukan dalam proses konseling. Cormier & Cormier (dalam Siti Nurzaakiyah, 2015) menyatakan bahwa teknik konseling perilaku terdiri dari beberapa teknik yaitu desensitisasi sistematis, pelatihan ketegasan, ketidaksukaan, pola perilaku dan manajemen diri. Menurut Cormie & Cormier, manajemen diri adalah suatu proses dimana klien mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan menggunakan strategi terapeutik atau beberapa kombinasi strategi (dalam Siti Nurzaakiyah, 2015). Manajemen diri menurut Sydney W. Bijou (dalam Siti Nurzaakiyah, 2015) adalah pengendalian terhadap respon tertentu melalui suatu stimulus yang merupakan hasil dari respon lain dari individu yang sama, yaitu stimulus yang dihasilkan sendiri.

Tujuan *self management* adalah untuk mengembangkan perilaku yang lebih adaptif bagi para pengikutnya. Proses perubahan perilaku melalui satu atau lebih strategi melalui kontrol perilaku internal dan eksternal individu. Sementara itu, teknik *self-management*.

Menurut Ariwibowo (2003) secara praktis bertujuan untuk Menawarkan siswa peran yang lebih aktif dalam proses menasihati. Keterampilan siswa dapat bertahan lama setelah sesi konseling. Perubahan konstan dan abadi dengan pendekatan yang tepat. Ciptakan keterampilan belajar baru seperti yang diharapkan. Siswa dapat mencontohkan perilaku, pikiran, dan perasaan yang mereka inginkan. Dapat disimpulkan bahwa teknik manajemen diri bertujuan untuk mengubah perilaku adaptif individu dengan menumbuhkan motivasi yang berasal dari dalam individu dan dengan meningkatkan partisipasi aktif individu dalam mengambil tanggung jawab dan mengarahkan perilaku, pikiran dan perasaan dengan cara ini. model bahwa mereka. konsisten dengan harapan.

Penerapan teknik *self-management* dilakukan dalam empat fase dengan 6 kali pertemuan pada waktu yang berbeda. Evaluasi tahap pertama dilakukan pada pertemuan pertama dan kedua untuk mengetahui latar belakang dan inti permasalahan. Fase kedua terjadi pada percakapan ketiga untuk menentukan tujuan, fase ketiga adalah perlakuan pada percakapan keempat dan kelima, dimana ditentukan jika tujuan benar-benar ingin berubah dan mempertahankan apa yang telah dicapai. tujuan yang ditentukan oleh tujuan. Tahap penilaian dan terminasi diselesaikan pada pertemuan keenam untuk menilai hasil pengobatan.

Subjek secara aktif mengikuti tahapan penerapan teknik *self management* dengan mengisi lembar *self kontrak*, *self monitoring*, dan *self monitoring* harian. kesungguhan dan keseriusan subjek dalam menerapkan teknik *self management* sangat mempengaruhi hasil dan kemampuan subjek dalam mengatasi hambatan dalam penerapan teknik *self management*.

Simpulan

Berikut ini merupakan kesimpulan hasil dari penelitian yang telah kami lakukan bahwasanya terdapat beberapa perilaku menyimpang yang dilakukan oleh para mahasiswa yang terjadi di dunia perkuliahan terkhususnya di jurusan bimbingan penyuluhan islam yaitu merokok dan bolos saat perkuliahan sedang berlangsung dan lain sebagainya. perilaku ini terjadi karena adanya beberapa faktor yaitu karena adanya pengaruh dari teman dan lingkungan yang membuat seseorang tertarik untuk melakukan perbuatan menyimpang, serta kurangnya pengawasan dari keluarga yang membuat seseorang tersebut sesuka hatinya untuk melakukan perbuatan menyimpang, ditambah lagi adanya faktor malas yang membuat mahasiswa tersebut enggan dan memilih untuk tidak mengikuti perkuliahan.

Sudah jelas dan tertera bahwasanya fakultas ini, ialah fakultas dakwah dan komunikasi yang menjunjung tinggi dengan nilai dan norma keislaman, oleh karena itu tentunya kami sebagai peneliti wajib memberikan penasehatan atau saran kepada Mahasiswa yang melakukan perilaku menyimpang yakni, merokok dan bolos dengan penelitian ini kami meminta pendapat kepada Mahasiswa yang merokok dan bolos tersebut dan setelah itu kami menasehati dengan memberi saran yang baik agar mahasiswa tersebut tidak melakukan perilaku menyimpang itu lagi. Selain itu dengan adanya penerapan teknik *self management* dapat memberikan peran yang lebih aktif pada mahasiswa dalam perkuliahan, serta menciptakan suatu keterampilan belajar yang sesuai dengan yang diharapkan. Diharapkan juga dengan adanya penelitian ini dan penerapan teknik *self management* dapat membantu Mahasiswa dalam mengatasi perilaku menyimpang.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan di atas untuk kedepannya peneliti menerapkan dan menyarankan kepada

1. Dosen di UIN Sumatera Utara untuk dapat menerapkan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*. Untuk mengubah perilaku menyimpang yang dilakukan oleh mahasiswa
2. Rektor UIN Sumatera Utara hendaknya dapat memfasilitasi serta menunjang kegiatan layanan konseling kelompok baik dari segi sarana dan prasarana penunjang lainnya agar hasil yang diperoleh lebih maksimal dan memuaskan
3. Bagi mahasiswa hendaknya mampu menjaga sikap di lingkungan UIN Sumatera Utara jangan melakukan perilaku menyimpang, perbuatan yang tidak ada faedahnya sama sekali seperti merokok, Demo, dan bolos saat pelajaran berlangsung Dalam hal ini dapat mematuhi nilai dan norma yang berlaku di dalam lingkungan UIN Sumatera Utara Selain itu juga mampu menjaga nama baik diri sendiri, dan lingkungan sekolah jangan disitu ada dosen kita melakukan perbuatan yang tidak ada faedahnya seharusnya kita menghormati dosen kita, dan orang yang lebih tua dari kita

Daftar Pustaka

- Anisah Hasan, & Irwan. (2016). Jurnal E quilibrium Jurnal E quilibrium. *Fenomena Plagiarisme Mahasiswa, IV*(1), 1–10.
- Aprianingsih, S., & Kheryadi, K. (2022). Self-Management Techniques in Managing Time Strategies for MSMEs Affected by PPKM Covid 19. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 4*(2), 867–873. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v4i2.1436>
- Asmara, T. (2021). Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Self Management. *Jurnal Prakarsa Paedagogia, 4*(1). <https://doi.org/10.24176/jpp.v4i1.6471>
- Astuti, A. D., & Lestari, S. D. (2020). Teknik Self Management untuk mengurangi perilaku terlambat datang di Sekolah. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 10*(1), 54. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v10i1.6304>
- Demonstrasi, A., Di, M., & Makassar, K. (n.d.). *Kajian spasial ruang publik (public)*.
- Dvali, G., & Farrar, G. R. (2008). Strong CP problem with 1032 standard model copies. *Physical Review Letters, 101*(1), 1–10. <https://doi.org/10.1103/PhysRevLett.101.011801>
- Faridah, F. (2015). Analisis Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok Remaja di SMK X Surakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal), 3*(3), 887–897.
- Fisher, E. B., Brownson, C. A., O'Toole, M. L., Shetty, G., Anwuri, V. V., & Glasgow, R. E. (2005). Ecological approaches to self-management: The case of diabetes. *American Journal of Public Health, 95*(9), 1523–1535. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2005.066084>
- Guru, P., Anak, P., Dini, U., Pendidikan, F. I., & Semarang, U. N. (2015). *Easy Temperament Anak Usia Dini Di Kelurahan Pakintelan , Kecamatan Gunungpati ,*.
- Hafid, A. (2014). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua. *Undergr Thesis, 7*(Nomor 3), 154–159.
- Hardiyanto, S., & Romadhona, E. S. (2018). Remaja dan Perilaku Menyimpang (Studi Kasus Remaja di Kota Padangsidimpuan). *Jurnal Interaksi : Jurnal Ilmu Komunikasi, 2*(1), 23–32.
- Heriansyah, M., & Kurniawan, D. (2017). Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Mahasiswa. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia, 2*(2), 1–5.
- Imran, A. N. (2020). Penerapan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Kecanduan Media Sosial Pada Siswa Di Sma Negeri 1 Sinjai. *Jurnal Universitas Negeri Makassar, 1*–16.
- Indayani, A., Sedanayasa, G., Nengah, N., & Antari, M. (2014). *Meminimalisasi Perilaku Membolos Pada Siswa Kelas X . 1 Sma Negeri 1 Sawan. 1.*
- Islam, U., & Muhammad, K. (2018). Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda , Bermakna , Mulia Volume 4 Nomor 1 Tahun 2018 Tersedia Online : https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/AN-NUR_UNTUK_MENGURANGI_PERILAKU_SISWA
Maulida, dkk (Penerapan Teknik Self Management.....)

MEMBOLOS DI SMPN 29 Dipublikasikan Oleh : UPT Publikasi dan Pengelolaan Jur. , 4, 1–7.

- Komasari, D., & Helmi, A. F. (2011). Faktor Faktor Penyebab Merokok Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 27(1), 37–47.
- Marisa, C., Yekti, W. B., & Karneli, Y. (2020). Konseling Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Sekolah Di Tingkat Menengah Kejuruan. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 330–338. <https://doi.org/10.26539/terapeutik-42421>
- Mawarti, R. A., Hakim, S. Al, Habibi, M. M., Pramesti, L. W., Shofa, A. M. A., & Alfaqi, M. Z. (2021). Perilaku Menyimpang Mahasiswa dalam Kinerja Akademik di Perguruan Tinggi. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan*, 6(1), 210. <https://doi.org/10.17977/um019v6i1p210-219>
- Nasution, I. kemala. (2007). *Perilaku Merokok Orang Tua*.
- Robbiyah, R., Ekasari, D., & Witarsa, R. (2018). Pengaruh Pola Asuh Ibu terhadap Kecerdasan Sosial Anak Usia Dini di TK Kenanga Kabupaten Bandung Barat. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1), 74. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v2i1.10>
- Rochaniningsih, N. S. (2014). Dampak Pergeseran Peran Dan Fungsi Keluarga Pada Perilaku Menyimpang Remaja. *Jurnal Pembangunan Pendidikan: Fondasi Dan Aplikasi*, 2(1), 59–71. <https://doi.org/10.21831/jppfa.v2i1.2618>
- Rostikowati, S. A., Adawiyah, W. R., & Laksana, R. D. (2021). Penerapan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Penyimpangan Perilaku Pada Siswa Anggota Komunitas Punk Di Smp Pgr1 Cilogok. *Bisnis Dan Akuntansi (JEBA)*, 23(4), 75–95.
- Sa'diyah, H., Chotim, M., & Triningtyas, D. A. (2017). Penerapan Teknik Self Management Untuk Mereduksi Agresifitas Remaja. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(2), 67. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v6i2.1018>
- Suwanto, I. (2016). Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.26737/jbki.v1i1.96>
- Umbas, I. M., Tuda, J., & Numansyah, M. (2019). Hubungan Antara Merokok Dengan Hipertensi Di Puskesmas Kawangkoan. *Jurnal Keperawatan*, 7(1). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.24334>
- Widarma, Lubis, M. A., & Zulkarnain, N. J. R. (2022). Aspek Yuridis Dalam Pencegahan Demonstrasi Yang Dilakukan Secara Anarkis Di Wilayah Hukum Polrestabes Medan. *Jurnal Retentum*, 3(1), 243–252.