

Mengatasi Rendahnya Disiplin Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19 Melalui Konseling *Behavioristik* Teknik *Self Management*

Nur Aeni Septianingrum¹, Arista Kiswanto², Susilo Rahardjo³

Universitas Muria Kudus

Email: aenin2824@gmail.com¹, arista.kiswanto@umk.ac.id², susilo.rahardjo@umk.ac.id³

Info Artikel

Keyword:

Learning Discipline

Online Learning

Behavioristic Counseling

Self Management

Abstract

The aims of this study are: 1. To describe the causes of lack of self-discipline in online learning during the COVID-19 pandemic by PGRI 2 Kayen High School students, 2. To overcome the low self-discipline of students in online learning during the COVID-19 pandemic with technical behavioristic counseling, self-management.

The type of research used is a case study of guidance and counseling. The subjects studied in class XI IPA 5 were two students who had low learning discipline behavior in online learning. Data collection methods used are methods: observation, interviews, and documentation. Data analysis used bacon system induction analysis.

The results of the research there are two factors: 1) Internal factors, students do not have interest, feel lazy, lack motivation, 2) external factors, from outside students lack parental attention and encouragement. After conducting behavioristic counseling with self-management techniques, the counselee can show a change in more disciplined learning in online learning.

Pendahuluan

Pada awal tahun 2020 dunia sedang waspada dengan sebuah virus yang disebut dengan virus corona yang menyebabkan penyakit COVID-19. Virus corona adalah keluarga besar yang menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan sampai berat. Ada jenis corona virus yang diketahui menyebabkan penyakit dan menimbulkan gejala berat. *Coronavirus Diseases 2019* (COVID-19) adalah penyakit jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Tanda dan gejala umum infeksi COVID-19 di antara demam, batuk, letih, tidak nafsu makan, dan sesak napas. Namun ternyata COVID-19 berbeda dengan flu biasa dan bahkan dapat berkembang dengan amat cepat sampai dapat mengakibatkan infeksi lebih parah dan gagal organ. Status epidemi global penularan COVID-19 sangat cepat hingga hampir tak ada negara di dunia yang terhindar dari virus corona.

Oleh karena itu, organisasi kesehatan dunia yaitu World Health Organization (WHO) menghimbau untuk menjaga jarak lebih dari satu meter dari orang lain untuk meminimalisir penularan COVID-19. Menurut Naserghandi, Allameh, Saffarpour (2000, dalam Giap dan Riki, 2020) pada tanggal 7 Januari 2020, Badan Kesehatan Dunia (WHO) memberikan nama virus tersebut 2019 novel *coronavirus* (2019-COV) dan pada tanggal 11 Maret 2020 menyatakan COVID-19 sebagai pandemi untuk seluruh negara di dunia. COVID-19 telah menjadi pandemi sehingga pemerintah



berbagai negara telah menerapkan *lockdown* atau karantina. Pengertian karantina menurut UU Republik Indonesia Nomor 6 tahun 2018 tentang Keekarantinaan Kesehatan adalah pembatasan kegiatan atau pemisah seseorang yang terpapar penyakit menular sebagaimana ditetapkan dalam peraturan perundang-undangan meskipun belum menunjukkan gejala apapun untuk mencegah kemungkinan penyebab ke orang lain di sekitarnya (UU No 6 tahun 2018).

Pemerintah Indonesia telah menghimbau untuk tetap di dalam rumah dan mengisolasi diri. Pemerintah Indonesia menerapkan aturan PSBB yang merupakan singkatan dari Pembatasan Sosial Berskala Besar yang dibuat dalam rangka penanganan COVID-19. Hal ini dilakukan dengan harapan virus tidak menyebar lebih luas dan upaya penyembuhan dapat berjalan maksimal. Dalam usaha pembatasan sosial ini pemerintah Indonesia telah membatasi kegiatan di luar rumah seperti kegiatan pendidikan yang telah dilakukan secara belajar daring (dalam jaringan). Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi memberikan dampak yang signifikan bagi kehidupan masyarakat, terutama bagi pendidikan. Maka dapat menghasilkan sumber daya manusia berkualitas dengan melakukan perbaikan kondisi pendidikan (Husaini, 2014). Banyaknya sumber belajar yang bersumber dari internet memungkinkan masyarakat dapat mengaksesnya melalui *smartphone* atau *gadget* sehingga dapat untuk melakukan pembelajaran secara daring.

Menurut Isman (2016) pembelajaran daring adalah pemanfaatan jaringan internet dalam proses pembelajaran. Pembelajaran daring adalah belajar online dilakukan dengan memanfaatkan teknologi khususnya internet. Belajar online dilakukan dengan sistem belajar jarak jauh, di mana Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) tidak dilakukan secara tatap muka. Pembelajaran daring dilakukan dengan menggunakan media, baik media cetak (modul) maupun non cetak (audio atau video), komputer atau internet, siaran radio dan televisi. Pada pembelajaran daring, siswa dapat menjadi kurang efektif dalam menyampaikan aspirasi dan pemikirannya, sehingga dapat mengakibatkan belajar yang menjenuhkan. Seorang siswa yang mengalami kejenuhan dalam belajar daring akan mengakibatkan tidak tepat waktu mengikuti proses kegiatan belajar mengajar secara daring, tidak tepat waktu mengerjakan tugas di rumah, dan mengumpulkan tugas di sekolah sering terlambat. Tugas utama siswa di sekolah adalah belajar, dengan belajar siswa akan berkembang secara optimal sesuai dengan kemampuannya. Belajar merupakan suatu kegiatan yang disengaja oleh setiap individu agar mencapai perubahan kemampuan dirinya. Belajar yang tadinya tidak mampu melakukan sesuatu menjadi mampu melakukan sesuatu, yang tadinya tidak terampil akan berubah menjadi terampil. Slameto (2010: 2) menyatakan bahwa belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya. Siswa merupakan penentu terjadinya proses belajar dalam proses belajar, siswa harus aktif serta mampu menumbuh kembangkan kesadaran

diri untuk belajar dan meningkatkan disiplin dalam belajar. Keberhasilan siswa dalam belajar dipengaruhi oleh cara belajarnya sendiri. Siswa yang memiliki cara belajar efektif mungkin untuk dapat mencapai hasil atau prestasi yang lebih tinggi daripada dengan siswa yang tidak mempunyai cara belajar yang efektif. Dengan belajar secara efektif dan efisien diperlukan kesadaran diri dan disiplin tinggi oleh setiap siswa. Belajar secara efektif dan efisien dapat dilaksanakan oleh siswa yang disiplin. Siswa yang memiliki karakter disiplin dalam belajarnya akan selalu berusaha mengatur dan menggunakan strategi dan cara belajar yang tepat untuk setiap individu siswa. Siswa diharapkan mampu untuk meningkatkan kesadaran diri atas tanggung jawab pribadi dan keyakinan, bahwa belajar adalah untuk kepentingan diri sendiri, dilaksanakan sendiri dan tidak menggantungkan nasib kepada orang lain.

Disiplin adalah ingatan dan watak untuk menciptakan pengawasan (kontrol diri) atau kebiasaan mematuhi peraturan dan ketentuan. Disiplin merupakan perasaan taat dan patuh terhadap nilai-nilai yang dipercaya termasuk melakukan pekerjaan tertentu yang menjadi tanggung jawabnya. Menurut Tu'u (2004: 31) disiplin merupakan sesuatu yang menyatu di dalam diri seseorang. Bahkan, disiplin itu sesuatu yang telah menjadikan bagian dalam hidup seseorang, yang muncul dalam pola tingkah lakunya kehidupan sehari-hari. Siswa dapat belajar lebih giat maka siswa harus belajar disiplin dari dalam belajar baik di rumah maupun di sekolah. Dengan sikap disiplin akan membuat siswa memiliki kecakapan mengatasi cara belajar yang baik dan juga merupakan proses untuk menuju pembentukan watak yang baik.

Disiplin belajar adalah kondisi yang sangat penting dan menentukan keberhasilan seorang siswa dalam proses belajarnya. Menurut Sanjaya (2005: 9) disiplin belajar adalah hal yang sangat penting diperlukan bagi setiap siswa dengan adanya disiplin belajar, tujuan pendidikan akan lebih mudah tercapai. Disiplin belajar merupakan serangkaian perilaku seorang yang menunjukkan ketaatan dan kepatuhan terhadap peraturan, tata tertib, norma-norma kehidupan yang berlaku karena didorong oleh adanya kesadaran diri untuk melaksanakan tujuan belajar yang diinginkan.

Berdasarkan observasi terhadap siswa dan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di SMA PGRI 2 Kayen pada tanggal 28 Nopember 2020 terdapat siswa yang rendah disiplin belajar dalam pembelajaran daring. Dari cara belajarnya yang tidak menentu, tidak efektif dan efisien. Permasalahan rendahnya disiplin belajar ditunjukkan oleh siswa yang rendah disiplin dalam pembelajaran daring adalah siswa jarang belajar setiap hari di rumah, jarang mengikuti kegiatan pembelajaran daring dengan tepat waktu maupun sampai selesai, lupa tanggung jawab menyelesaikan pekerjaan rumah tidak tepat waktu, terlambat mengumpulkan tugas di sekolah, waktu belajar terkalahkan dengan bermain *handphone* ataupun terkalahkan dengan hobi, ajakan teman yang membuat belajar ditunda. Siswa yang disiplin belajarnya masih rendah bahkan tidak mempunyai disiplin dalam belajarnya

membuat siswa selalu mengulur atau menunda-nunda masalah dalam belajarnya, sehingga kehilangan waktu untuk belajar. Jika kebiasaan-kebiasaan seperti itu dilakukan terus menerus maka berakibat buruk bagi siswa dan akan merugikan diri sendiri.

Persoalan kedisiplinan ini harus segera diselesaikan karena akan berakibat buruk bagi perilaku siswa. Sesuai dengan pendapat Yusuf (1989: 4) bahwa kedisiplinan siswa merupakan permasalahan yang harus segera dipecahkan, karena kedisiplinan siswa saat ini merupakan masalah yang frekuensinya cukup besar setelah masalah pribadi. Kurangnya disiplin dapat berakibat pada turunnya prestasi siswa. Selain turunnya prestasi, dari beberapa kasus yang terjadi juga ada yang berdampak pada kurangnya percaya diri pada siswa karena sudah dicap buruk oleh guru dan siswa lain.

Salah satu bentuk bantuan di sekolah untuk memfasilitasi perkembangan individu adalah melalui layanan bimbingan dan konseling. Natawidjaja (1987, dalam Yusuf dan Nurihsan, 2006: 6) berpendapat bahwa bimbingan dan konseling merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan secara berkesinambungan agar individu yang dibimbing dapat memahami dirinya sendiri sehingga dia sanggup mengarahkan dirinya dan dapat bertindak secara wajar sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungan sekolah, keluarga, masyarakat, dan kehidupan pada umumnya.

Dalam *setting* sekolah, konseling individu dari guru bimbingan dan konseling merupakan proses interaksi bantuan yang sangat penting dalam menanggulangi masalah perilaku kurang disiplin dalam belajar daring. Zamroni (2016: 94) mengungkapkan konseling individu adalah layanan yang memungkinkan peserta didik mendapatkan layanan langsung tatap muka (secara perorangan) untuk mengentaskan permasalahan yang dihadapinya dan perkembangan dirinya.

Konseling individu memiliki beberapa macam pendekatan yang sesuai dan dapat digunakan untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi oleh konseli. Salah satu pendekatan konseling yang dapat digunakan dalam mengatasi masalah tersebut adalah konseling behavior. Konseling behavior adalah penerapan dari penelitian dan teori dasar dari psikologi eksperimental untuk mempengaruhi perilaku dengan tujuan untuk mengatasi problema sosial dan individual dan meningkatkan berfungsinya sifat manusia (Corey, 1995). Secara garis besar tugas konselor dalam konseling behavior adalah mengenali serta mengeksplorasi segala kondisi mengenai individu dan membantu klien menjadi model pengambilan keputusan bagi dirinya sendiri untuk waktu yang akan datang (Munandir, 1996).

Teknik konseling yang digunakan dalam mengatasi perilaku rendahnya disiplin belajar dalam pembelajaran daring siswa jarang belajar setiap hari di rumah, tidak bisa tepat waktu mengerjakan pekerjaan rumah, tidak bisa tepat waktu mengikuti pelajaran, tidak bisa cara mengatur belajar dengan baik diatasi melalui konseling behavior ini yaitu dengan teknik *self management*. *Self management* dalam terminologi pendidikan, psikologi, dan bisnis adalah metode, keterampilan

dan strategi yang dapat dilakukan oleh individu dalam mengarahkan untuk memperbaiki kesadaran diri, melakukan tindakan tertib, teratur dalam proses disiplin belajar dalam pembelajaran daring yang dilakukan di rumah secara efektif pencapaian tujuan aktivitas mereka yang lakukan, termasuk di dalamnya *goal setting* untuk memberikan motivasi dalam mengubah perilaku konseli serta menentukan tujuan-tujuan yang diinginkan lebih disiplin belajar dalam pembelajaran daring, *planning* untuk merencanakan perubahan perilaku konseli lebih adaptif, *scheduling* merupakan jadwal untuk mengetahui perubahan perilaku konseli lebih disiplin belajar, *task tracking* untuk mengetahui perubahan perilaku konseli sesuai dengan tujuan yang diinginkan, *self-evaluation* merupakan mengevaluasi diri atas perubahan perilaku konseli, *self-intervention* merupakan strategi yang terbaik untuk mencapai keberhasilan perubahan tingkah laku konseli yang diinginkan, *self-development* untuk membentuk kepribadian perilaku konseli lebih disiplin belajar di rumah maupun di sekolah. Selain itu *self management* juga dikenal sebagai proses eksekusi (pengambilan keputusan). Terkait dengan kasus perilaku rendahnya disiplin belajar siswa dalam pembelajaran daring, dalam teknik *self management* guru bimbingan dan konseling berperan membantu siswa agar mereka dapat mengendalikannya diri untuk sungguh-sungguh belajar di rumah dengan penuh kesadaran tanpa paksaan serta mengembangkan potensi dan memecahkan setiap masalahnya dengan mengimplementasikan seperangkat prinsip atau teknik tersebut.

Menyikapi masalah disiplin belajar siswa dalam pembelajaran daring yang rendah, maka diperlukan suatu teknik dalam upaya mengatasi kurang disiplin belajar sehingga siswa secara sadar berkeinginan untuk mengubah perilakunya sendiri. Salah satu teknik atau strategi yang dapat berfungsi untuk mengubah perilaku adalah dengan menggunakan teknik *self management*. Komalasari, Wahyuni, dan Karsih (2011: 180) menyatakan *self management* (pengelolaan diri) merupakan prosedur dimana individu mengatur perilaku sendiri. Pada teknik inilah individu terlibat langsung pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar yaitu menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku, memilih prosedur yang akan diterapkan, melaksanakan dan mengevaluasi efektivitasnya. Dalam penerapan teknik *self management* tanggung jawab keberhasilan layanan konseling individu berada ditangan konseli itu sendiri. Konselor hanya berperan sebagai pencetus gagasan dan fasilitator yang membantu dan merancang program serta memotivasi bagi konseli tersebut.

Beberapa penelitian bimbingan dan konseling yang di dalamnya menggunakan *self management* sebagai salah satu teknik yang efektif, adalah Sari (2014) hasil penelitiannya menyimpulkan bahwa penerapan teknik *self management* dapat membantu mengatasi rendahnya disiplin belajar siswa. Begitu juga hasil penelitian Maimun (2017) yang memberikan kesimpulan bahwa penerapan teknik *self management* dapat membantu mengatasi rendahnya disiplin diri pada konseli. Penelitian Handoko (2013) juga menyimpulkan adanya perubahan perilaku siswa

yang mengalami penurunan perilaku membolos setelah dilakukan konseling individual menggunakan pendekatan *behavior* dengan teknik *self management*.

Berdasarkan uraian di atas tentang pentingnya disiplin belajar siswa, maka perlu adanya suatu pengkajian yang mendalam melalui adanya penelitian dilakukan terhadap siswa kelas XI IPA 5 SMA PGRI 2 Kayen dengan judul: "Mengatasi Rendahnya Disiplin Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi COVID-19 Melalui Konseling *Behavioristik* Teknik *Self Management*".

Metode Penelitian

Ditinjau dari jenis data pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kualitatif. Dimaksud dengan metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian naturalistik karena penelitiannya dilakukan pada kondisi yang alamiah (*natural setting*) disebut juga sebagai metode etnographi, karena pada awal metode ini lebih banyak digunakan untuk penelitian bidang antropologi budaya disebut sebagai metode kualitatif, karena data yang terkumpul dan analisisnya lebih bersifat kualitatif (Sugiyono, 2015).

Menurut Sugiyono (2020: 9) penelitian kualitatif adalah metode penelitian berlandaskan pada filsafat postpositivisme atau interpretif digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah. Dari beberapa pendapat ahli di atas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian untuk memahami keadaan kondisi obyek yang alamiah suatu fenomena apa yang terjadi dialami subjek penelitian secara holistik. Jenis penelitian ini merupakan studi kasus. Nisbet & Watt (1994) memberikan definisi bahwa studi kasus adalah suatu penyelidikan sistematis atas suatu kejadian khusus.

Rahardjo dan Gudnanto (2017: 253) bahwa studi kasus adalah suatu metode untuk memahami individu yang dilakukan secara integratif dan komprehensif agar diperoleh pemahaman yang mendalam tentang individu tersebut beserta masalah yang dihadapinya dengan tujuan masalahnya dapat terselesaikan dan memperoleh perkembangan diri yang lebih baik. Dari beberapa pendapat ahli diatas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa studi kasus adalah suatu metode penelitian yang digunakan untuk mendapatkan data dan pemahaman yang mendalam setiap individu yang berguna untuk menyelesaikan masalah dan perkembangan selanjutnya menjadi lebih baik.

Langkah-langkah dalam studi kasus yaitu pengumpulan data kasus atau masalah, identifikasi kasus, analisis, prognosis, pemberian *treatment* atau bantuan, *follow-up* atau tindak lanjut. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan termasuk penelitian studi kasus maka hasil penelitian ini bersifat analisis deskriptif yaitu berupa kata-kata tertulis maupun lisan dari perilaku yang diamati terutama terkait dengan bagaimana mengatasi rendahnya disiplin belajar siswa dalam pembelajaran daring pada masa pandemi COVID-19 melalui konseling *behavioristik* teknik *self management*.

Peneliti mengharapkan di dalam proses penelitian ini bisa mendapatkan data kualitatif dari siswa yang rendah disiplin belajar dalam pembelajaran daring di SMA PGRI 2 Kayen. Data kualitatif dari proses wawancara dalam memperoleh deskripsi tentang gambaran konseli. Peneliti akan mengadakan *treatment* terhadap dua subjek penelitian di kelas XI IPA 5 yaitu: inisal (SA) yang sering mengikuti proses kegiatan pembelajaran daring tidak tepat waktu, menunda pekerjaan rumah yang diberikan oleh bapak/ibu guru, tidak tepat waktu mengumpulkan tugas di sekolah, dan inisal (TR) yang sering mengikuti pembelajaran daring tidak sampai selesai dan sering terlambat mengumpulkan tugas di sekolah.

Dalam melakukan praktik memperoleh data untuk siswa, peneliti menggunakan pengumpulan data: metode observasi untuk mengetahui tingkah laku masing-masing konseli terkait kurangnya disiplin diri dalam belajar daring yang nampak secara langsung dari konseli, metode *interview* untuk mengetahui penyebab masalah dari masing-masing konseli melalui wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling, wali kelas, konseli, dan teman konseli, serta beberapa bukti dokumentasi siswa yang digunakan sebagai data dalam penelitian.

Sesuai dengan judul penelitian di atas maka penelitian ini penulis menggunakan teknik analisis data induksi *Sistem Bacon*, dengan alasan sebagai berikut:

1. Kesesuaian dengan penelitian yang bersifat kualitatif.
2. Data diperoleh berupa keterangan-keterangan yang merupakan gambaran dari subjek penelitian.
3. Dengan teknik ini dapat ditarik kesimpulan yang sesuai dengan cara mengamati fakta-fakta yang terjadi di lapangan jadi hasilnya lebih obyektif. Untuk mendukung analisis data dalam pengambilan kesimpulan dikaitkan oleh proses pengumpulan data ialah dari observasi, wawancara, dan dokumentasi.
4. Perilaku kondisi akhir siswa selalu belajar setiap hari di rumah, siswa bisa tepat waktu mengerjakan pekerjaan rumah, dan siswa bisa tepat waktu mengikuti pelajaran.

Hasil dan Pembahasan

Hasil Penelitian

1. Pelaksanaan Konseling Individu Terhadap Konseli I (SA)

SA merupakan anak keempat dari empat bersaudara, ayah SA bekerja sebagai buruh tani, sedangkan ibu SA bekerja sebagai penjual mie ayam. Keadaan ekonomi keluarga SA termasuk dalam ekonomi cukup, fasilitas untuk menunjang belajar mencukupi bagi SA, kedua orang tua selalu mensupport SA dalam hal pembelajaran serta keinginan terpenuhi.

Sejak saat *Coronavirus* (COVID-19) ini cepat menyebar ke seluruh dunia. Virus corona menjadi sebagai pandemi, penyebaran COVID-19 sangat berdampak di bidang pendidikan, oleh karena itu SA kurang disiplin belajar dalam pembelajaran

daring. Penyebab konseli SA tidak mempunyai minat kurang motivasi akhirnya menjadi rasa malas untuk belajar. Konseli SA siswa yang kurang disiplin belajar dalam pembelajaran daring dengan tindakan yang ditunjukkan oleh SA berupa rajin terlambat mengumpulkan tugas, jarang belajar setiap hari di rumah, tidak bisa tepat waktu mengikuti pelajaran, tidak bisa mengatur waktu belajar. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat membantu konseli SA untuk mengentaskan permasalahan yang dialami. Dalam membantu SA maka peneliti memberikan konseling *behavioristik* dengan teknik *self management*. Pelaksanaan konseling untuk mencapai keberhasilan dalam menyelesaikan masalah konseli SA dilakukan sebanyak tiga kali pertemuan yaitu pada tanggal 14 April 2021, 21 April 2021, 28 April 2021.

Pelaksanaan konseling terhadap konseli SA pertama kali dilaksanakan oleh peneliti pada tanggal 14 April 2021. Dalam pertemuan pertama ini, peneliti mengambil informasi terlebih dahulu dengan melakukan *assessment*. Pada tahap ini dapat disimpulkan bahwa perilaku yang mempengaruhi rendahnya disiplin belajar dalam pembelajaran daring yang dialami konseli SA adalah tidak mempunyai minat, rasa malas, bosan dan jenuh belajar di rumah, suka menunda pekerjaan tugas yang sulit diberikan bapak dan ibu guru mata pelajaran akhirnya SA memutuskan untuk mengutamakan membantu ibu jualan mie ayam serta mengantar barang dengan pembeli sistem COD sehingga tidak mengerjakan tugas sekolah, akhirnya tidak mengumpulkan tugas tepat waktu.

Pada tahap ini konseli juga mampu menilai dampak baik dan buruk perilaku rendahnya disiplin belajar bagi dirinya. Selanjutnya, peneliti mengarahkan konseli untuk merumuskan tujuan yang SA inginkan, di mana konseli ingin merubah perilaku rendahnya disiplin belajar tersebut. Setelah konseli menetapkan tujuan, peneliti melakukan *technique implementation* dengan memberikan *treatment* yaitu teknik *self management*. Peneliti menjelaskan kepada konseli tentang apa yang perlu dilakukan oleh konseli untuk mencapai tujuannya melalui teknik *self management*, selain itu peneliti melakukan evaluasi dengan menanyakan yang didapatkan konseli setelah proses konseling lalu mengakhiri pertemuan pada hari itu.

Pelaksanaan konseling kedua dilaksanakan pada tanggal 21 April 2021. Pada pertemuan ini peneliti melakukan *assessment* terhadap konseli untuk menggali informasi apa yang telah dilakukan konseli dalam rangka memperbaiki sikap rendahnya disiplin belajar. Pada tahap ini konseli masih canggung dan malu ketika melaksanakan *control* perilaku yang telah dia buat, dikarenakan hal tersebut bersangkutan pada kegiatan sehari-hari konseli membantu ibunya dan mengantar barang pembelinya dengan sistem COD, namun tahap ini *self control* yang dimiliki konseli cukup tinggi, karena sikap konseli SA mampu berpikir untuk kebaikan dalam dirinya sendiri. Setelah itu peneliti kembali menekankan pada tujuan awal yang harus dicapai konseli. Kemudian mengarahkan kembali sesuai dengan teknik *self management*. Setelah itu peneliti melakukan tahap *evaluasi termination* yang berarti

menanyakan hal-hal apa saja yang telah diperoleh konseli dan mengadakan konseling lanjutan.

Pada pertemuan ketiga dilakukan pada tanggal 28 April 2021. Peneliti melaksanakan *assessment* untuk mengetahui sejauh mana konseli memperbaiki perilaku rendahnya disiplin belajar dalam terlambat mengumpulkan tugas. Dapat disimpulkan bahwa konseli menunjukkan perilaku perubahan telah membaik dari sebelumnya. Dibuktikan dengan pernyataan konseli yang menyatakan bahwa perilaku maladaptif konseli yang dialami sudah lama sudah terselesaikan.

Masalah rendahnya disiplin belajar dalam mengumpulkan tugas sekolah penyebabnya rasa malas dan jenuh belajar, tidak mempunyai minat belajar, kurang motivasi serta sikap orang tua yang kurang memberikan dorongan dan memperhatikan anak, pelaksanaan konseling *behavioristik* teknik *self management* konseli sudah berjalan secara efektif hal ini dibuktikan konseli mampu selalu belajar setiap hari di rumah, bisa tepat waktu mengerjakan pekerjaan rumah, bisa tepat waktu mengikuti pelajaran, dan bisa cara mengatur waktu belajar. Setelah itu peneliti menekankan kepada konseli untuk meningkatkan apa yang telah dicapai.

2. Pelaksanaan Konseling Individu Terhadap Konseli II (TR)

TR merupakan anak ketiga dari tiga bersaudara, ayah TR bekerja sebagai buruh sedangkan ibu TR bekerja sebagai petani. Keadaan ekonomi keluarga TR termasuk dalam ekonomi cukup, fasilitas untuk menunjang belajar mencukupi bagi TR, orang tua TR selalu mensupport TR dalam hal pembelajaran serta keinginan TR terpenuhi.

Sejak saat *Coronavirus* (COVID-19) ini cepat menyebar ke seluruh dunia. Virus corona menjadi sebagai pandemi, penyebaran COVID-19 sangat berdampak di bidang pendidikan, oleh karena itu konseli TR kurang disiplin belajar dalam pembelajaran daring. Permasalahannya ditunjukkan jarang belajar setiap hari di rumah, tidak bisa tepat waktu mengerjakan pekerjaan rumah, tidak bisa tepat waktu mengikuti pelajaran, dan tidak bisa cara mengatur waktu belajar. Namun TR lebih mengutamakan menonton *YouTube* di *handphone*.

Konseli TR merupakan siswa yang kurang disiplin belajar dalam pembelajaran daring dengan tindakan yang ditunjukkan oleh TR berupa jarang belajar setiap hari di rumah, tidak bisa tepat waktu mengerjakan tugas, tidak bisa tepat waktu mengikuti pelajaran, tidak bisa mengatur waktu untuk belajar. Dengan adanya penelitian ini peneliti mengentaskan permasalahan yang dialami konseli TR, maka peneliti memberikan konseling *behavioristik* dengan teknik *self management*.

Pelaksanaan konseling untuk mencapai keberhasilan dalam menyelesaikan masalah konseli dilakukan sebanyak tiga kali pertemuan yaitu pada tanggal 17 April 2021, 24 April 2021, 4 Mei 2021. Pelaksanaan konseling terhadap konseli TR pertama kali dilaksanakan oleh peneliti pada tanggal 17 April 2021. Dalam pertemuan pertama ini, peneliti mengambil informasi terlebih dahulu dengan melakukan *assessment*. Pada tahap ini dapat disimpulkan bahwa perilaku yang

mempengaruhi rendahnya disiplin belajar dalam pembelajaran daring yang dialami konseli TR adalah rasa malas dan jenuh belajar, tidak mempunyai minat, kurang motivasi dan orang tua kurang memperhatikan anak yang berakibat pada perilaku tidak disiplin mengumpulkan tugas sekolah. Perilaku tidak disiplin mengumpulkan tugas pada konseli TR dikarenakan TR sering mengutamakan menonton *YouTube* di *handphone* sehingga tidak mengerjakan tugas akhirnya tidak mengumpulkan tugas tepat waktu dan sering menunda-nunda mengerjakan tugas. Pada tahap ini konseli juga mampu menilai dampak baik dan buruk perilaku rendahnya disiplin belajar bagi dirinya. Selanjutnya, peneliti mengarahkan konseli untuk merumuskan tujuan yang diinginkan, di mana konseli ingin merubah perilaku rendahnya disiplin belajar tersebut. Setelah konseli menetapkan tujuan, peneliti melakukan *technique implementation* dengan memberikan *treatment* yaitu teknik *self management*. Peneliti menjelaskan kepada konseli tentang apa yang perlu dilakukan oleh konseli untuk mencapai tujuannya melalui teknik *self management*, selain itu peneliti melakukan evaluasi dengan menanyakan yang didapatkan konseli setelah proses konseling lalu mengakhiri pertemuan pada hari itu.

Pelaksanaan konseling kedua dilaksanakan pada tanggal 24 April 2021. Pada pertemuan ini peneliti melakukan *assessment* terhadap konseli untuk menggali informasi apa yang telah dilakukan konseli dalam rangka memperbaiki sikap rendahnya disiplin belajar. Pada tahap ini konseli masih canggung dan malu ketika melaksanakan *control* perilaku yang telah dia buat, dikarenakan hal tersebut bersangkutan pada kegiatan sehari-hari konseli sering menonton *YouTube* di *handphone* ketika ada pembelajaran daring berlangsung maupun ada tugas banyak TR selalu sambil menonton youtube di *handphone* tetapi tahap ini *self control* yang dimiliki konseli cukup tinggi, karena sikap konseli yang mampu berpikir untuk kebaikan dalam dirinya sendiri. Setelah itu peneliti kembali menekankan pada tujuan awal yang harus dicapai konseli. Kemudian mengarahkan kembali sesuai dengan teknik *self management*. Setelah itu peneliti melakukan tahap *evaluasi termination* yang berarti menanyakan hal-hal apa saja yang telah diperoleh konseli dan mengadakan konseling lanjutan.

Pada pertemuan ketiga konseling dilakukan pada tanggal 4 Mei 2021. Peneliti melaksanakan *assessment* untuk mengetahui sejauh mana konseli memperbaiki perilaku rendahnya disiplin belajar terlambat mengumpulkan tugas. Dapat disimpulkan bahwa konseli menunjukkan perilaku perubahan telah membaik dari sebelumnya. Dibuktikan dengan pernyataan konseli yang menyatakan bahwa perilaku maladaptif konseli yang dialami sudah lama sudah terselesaikan. Masalah rendahnya disiplin belajar dalam mengumpulkan tugas, penyebabnya rasa malas dan jenuh belajar, tidak mempunyai minat, kurang motivasi dan orang tua kurang memperhatikan anak, pelaksanaan konseling *behavioristik* teknik *self management* konseli sudah berjalan secara efektif hal ini dibuktikan konseli mampu selalu belajar setiap hari di rumah, bisa tepat waktu mengerjakan pekerjaan rumah, bisa tepat

waktu mengikuti pelajaran, dan bisa cara mengatur waktu belajar. Setelah itu peneliti menekankan kepada konseli untuk meningkatkan apa yang telah dicapai.

Pembahasan

1. Pembahasan Hasil Konseling Konseli I (SA)

Berdasarkan hasil dari konseling yang dilakukan antara peneliti dan konseli dapat diketahui bahwa konseli memiliki masalah tentang rendahnya disiplin belajar dalam pembelajaran daring.

Adapun faktor internal dan eksternal yang menyebabkan kurang disiplin belajar dalam pembelajaran daring konseli SA, berikut penjelasannya:

- a. Faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dalam diri sendiri. Dalam kasus konseli SA yang menjadikan faktor internal adalah sikap terbiasa rasa malas, tidak mempunyai minat dan kurang motivasi belajar yang tinggi akibatnya lebih mengutamakan membantu ibu jualan mie ayam dan mengantar barang pembeli dengan sistem COD menjadikan SA selalu terlambat mengumpulkan dan mengerjakan tugas, kontrol diri yang rendah serta kurang mampu dan management diri.
- b. Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar individu sendiri. Dalam kasus konseli SA faktor eksternal yang mempengaruhi kebiasaan konseli adalah sikap orang tua yang kurang memberikan dorongan dan memperhatikan anak. Karena yang membebaskan SA untuk membantu jualan mie ayam serta diselingi jualan *online shop* dengan mengantarkan barang pembeli sistem COD, akibatnya kurang perhatian orang tua yang mengakibatkan SA tidak bertanggung jawab sebagai siswa disiplin belajar.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2014), Penerapan Teknik *Self Management* Untuk Mengatasi Rendahnya Disiplin Belajar Siswa Kelas XI MM SMK Taman Siswa Kudus Tahun Pelajaran 2013/2014, menjelaskan bahwa subjek penelitian ini adalah tiga siswa kelas XI MM yang tercatat sebagai siswa yang memiliki perilaku disiplin belajar rendah. Hasil penelitian dan pembahasan kasus 1. Konseli (AL) faktor internal penyebab permasalahannya yaitu kurangnya manajemen waktu dan tidak mempunyai motivasi dalam belajar, sedangkan faktor eksternalnya yaitu kurang adanya perhatian dari orang tua. Setelah dilakukan konseling selama 6 kali dengan penerapan teknik *self management*, konseli dapat menunjukkan perubahan yang lebih disiplin. Ini berarti penerapan teknik *self management* dapat membantu mengatasi rendahnya disiplin belajar pada konseli, 2. Konseli II (BT) faktor internal penyebab permasalahannya yaitu kurangnya manajemen waktu dan tidak mempunyai motivasi dalam belajar, sedangkan faktor eksternalnya yaitu pengaruh lingkungan teman sepermainan yang kurang disiplin. Setelah dilakukan konseling selama 5 kali dengan penerapan teknik *self management*, konseli dapat menunjukkan perubahan yang lebih disiplin. Ini berarti penerapan teknik *self management* dapat membantu mengatasi rendahnya disiplin belajar pada konseli. 3. Konseli III (BP) faktor internal penyebab

permasalahannya yaitu kondisi fisik yang sakit-sakitan dan kurangnya motivasi dalam belajar, sedangkan faktor eksternalnya yaitu kurang adanya perhatian dari orang tua. Setelah dilakukan konseling selama 6 kali dengan penerapan teknik *self management*, konseli dapat menunjukkan perubahan yang lebih disiplin. Ini berarti penerapan teknik *self management* dapat membantu mengatasi rendahnya disiplin belajar pada konseli. Peneliti dapat menyimpulkan penerapan teknik *self management* dapat membantu mengatasi rendahnya disiplin belajar siswa kelas XI MM SMK Tamansiswa Kudus Tahun Pelajaran 2013/2014.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maimun (2017), Mengatasi Rendahnya Disiplin Diri Melalui Konseling *Behavioristik* Dengan Teknik *Self Management* Pada Siswa SMK NU Ma'arif Kudus 2016/2017, menjelaskan bahwa subjek penelitian ini adalah dua siswa kelas XI TKR 2 yang tercatat sebagai siswa yang memiliki perilaku disiplin diri yang rendah. Hasil penelitian dan pembahasan kasus 1. Konseli I (AN) faktor internal yang mempengaruhi perilaku kurang disiplin yaitu kurangnya kesadaran tentang pentingnya disiplin, sedangkan faktor eksternal yaitu kurangnya perhatian orang tua. Setelah dilakukan konseling selama 3 kali dengan penerapan teknik *self management*, konseli dapat menunjukkan perubahan yang lebih disiplin. Ini berarti penerapan teknik *self management* dapat membantu mengatasi rendahnya disiplin diri pada konseli, 2. Konseli II (SW) faktor internal yang mempengaruhi perilaku kurang disiplin yaitu kurangnya kesadaran pentingnya disiplin diri dan kurangnya manajemen waktu, sedangkan faktor eksternalnya yaitu pengaruh lingkungan teman bermain dan kurangnya perhatian orang tua. Setelah dilakukan konseling selama 3 kali dengan penerapan teknik *self management*, konseli dapat menunjukkan perubahan yang lebih disiplin. Ini berarti penerapan teknik *self management* dapat membantu mengatasi rendahnya disiplin diri pada konseli.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Handoko (2013), Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Menggunakan Pendekatan *Behavior* Dengan Teknik *Self Management* Pada Siswa Kelas X TKJ Bina Nusantara Ungaran Tahun Ajaran 2012/2013. Menjelaskan bahwa hasil penelitian, hasil *pre test* menunjukkan terdapat 6 siswa yang memiliki perilaku membolos dengan kategori tinggi. Setelah dilakukan konseling menggunakan pendekatan *behavior* dengan teknik *self management*, 6 siswa tersebut menunjukkan hasil *post test* yang menurun yaitu perilaku membolos berada pada kategori rendah. Berdasarkan hasil *pre test* dan *post test* yang ada menunjukkan adanya perubahan perilaku siswa kelas X TKJ SMK Bina Nusantara Ungaran yang mengalami penurunan perilaku membolos setelah dilakukan konseling individual menggunakan pendekatan *behavior* dengan teknik *self management*.

Berdasarkan hasil penelitian konseli I yang bernama SA siswa kelas XI IPA 5 SMA PGRI 2 Kayen menunjukkan bahwa perilaku rendah disiplin belajar dalam pembelajaran daring ini terdapat faktor internal adalah sikap terbiasa rasa malas,

tidak mempunyai minat dan kurang motivasi belajar yang tinggi, sedangkan faktor eksternal adalah sikap orang tua yang kurang memberikan dorongan dan memperhatikan anak. Setelah dilakukan konseling selama tiga kali menggunakan konseling *behavioristik* dengan teknik *self management* dapat mengalami perubahan signifikan yang lebih disiplin belajar dalam pembelajaran daring.

2. Pembahasan Hasil Konseling Konseli II (TR)

Berdasarkan hasil dari konseling yang dilakukan antara peneliti dan konseli dapat diketahui bahwa konseli memiliki masalah tentang rendahnya disiplin belajar dalam pembelajaran daring. Adapun faktor internal dan eksternal yang menyebabkan konseli kurang disiplin belajar dalam pembelajaran daring konseli TR, berikut penjelasannya:

- a. Faktor internal yaitu faktor berasal dari dalam dirinya sendiri. Dalam kasus konseli TR yang menjadikan faktor internal adalah sikap rasa malas dan jenuh belajar, tidak mempunyai minat, dan kurang motivasi untuk belajar. Sikap TR terbiasa menonton *YouTube* di *handphone* sambil mengerjakan tugas akibatnya tidak fokus mengerjakan tugas sekolah akhirnya menjadikan TR selalu terlambat mengumpulkan tugas di sekolah.
- b. Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar diri sendiri. Dalam kasus konseli TR faktor eksternal yang mempengaruhi kebiasaan konseli TR adalah sikap kedua orang tua yang membebaskan tanpa ada perhatian dari orang tua.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Sari (2014), Penerapan Teknik *Self Management* Untuk Mengatasi Rendahnya Disiplin Belajar Siswa Kelas XI MM SMK Taman Siswa Kudus Tahun Pelajaran 2013/2014, menjelaskan bahwa subjek penelitian ini adalah tiga siswa kelas XI MM yang tercatat sebagai siswa yang memiliki perilaku disiplin belajar rendah. Hasil penelitian, penelitian studi kasus ini dilakukan secara terperinci dan mendalam terhadap suatu gejala tertentu, meliputi: identifikasi kasus, analisis, diagnosis, prognosis, treatment, evaluasi dan tindak lanjut. Subjek penelitian ini adalah tiga siswa kelas XI MM yang tercatat sebagai siswa yang memiliki perilaku disiplin belajar rendah. Hasil penelitian dan pembahasan kasus 1. Konseli (AL) faktor internal penyebab permasalahannya yaitu kurangnya manajemen waktu dan tidak mempunyai motivasi dalam belajar, sedangkan faktor eksternalnya yaitu kurang adanya perhatian dari orang tua. Setelah dilakukan konseling selama 6 kali dengan penerapan teknik *self management*, konseli dapat menunjukkan perubahan yang lebih disiplin. Ini berarti penerapan teknik *self management* dapat membantu mengatasi rendahnya disiplin belajar pada konseli, 2. Konseli II (BT) faktor internal penyebab permasalahannya yaitu kurangnya manajemen waktu dan tidak mempunyai motivasi dalam belajar, sedangkan faktor eksternalnya yaitu pengaruh lingkungan teman sepermainan yang kurang disiplin. Setelah dilakukan konseling selama 5 kali dengan penerapan teknik *self management*, konseli dapat menunjukkan perubahan yang lebih disiplin. Ini

berarti penerapan teknik *self management* dapat membantu mengatasi rendahnya disiplin belajar pada konseli.3. Konseli III (BP) faktor internal penyebab permasalahannya yaitu kondisi fisik yang sakit-sakitan dan kurangnya motivasi dalam belajar, sedangkan faktor eksternalnya yaitu kurang adanya perhatian dari orang tua. Setelah dilakukan konseling selama 6 kali dengan penerapan teknik *self management*, konseli dapat menunjukkan perubahan yang lebih disiplin. Ini berarti penerapan teknik *self management* dapat membantu mengatasi rendahnya disiplin belajar pada konseli. Peneliti dapat menyimpulkan penerapan teknik *self management* dapat membantu mengatasi rendahnya disiplin belajar siswa kelas XI MM SMK Tamansiswa Kudus Tahun Pelajaran 2013/2014. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Maimun (2017), Mengatasi Rendahnya Disiplin Diri Melalui Konseling *Behavioristik* Dengan Teknik *Self Management* Pada Siswa SMK NU Ma'arif Kudus 2016/2017, menjelaskan bahwa subjek penelitian ini adalah dua siswa kelas XI TKR 2 yang tercatat sebagai siswa yang memiliki perilaku disiplin diri yang rendah.

Hasil penelitian dan pembahasan kasus 1. Konseli I (AN) faktor internal yang mempengaruhi perilaku kurang disiplin yaitu kurangnya kesadaran tentang pentingnya disiplin, sedangkan faktor eksternal yaitu kurangnya perhatian orang tua. Setelah dilakukan konseling selama 3 kali dengan penerapan teknik *self management*, konseli dapat menunjukkan perubahan yang lebih disiplin. Ini berarti penerapan teknik *self management* dapat membantu mengatasi rendahnya disiplin diri pada konseli, 2. Konseli II (SW) faktor internal yang mempengaruhi perilaku kurang disiplin yaitu kurangnya kesadaran pentingnya disiplin diri dan kurangnya manajemen waktu, sedangkan faktor eksternalnya yaitu pengaruh lingkungan teman bermain dan kurangnya perhatian orang tua. Setelah dilakukan konseling selama 3 kali dengan penerapan teknik *self management*, konseli dapat menunjukkan perubahan yang lebih disiplin. Ini berarti penerapan teknik *self management* dapat membantu mengatasi rendahnya disiplin diri pada konseli.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Handoko (2013), Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Menggunakan Pendekatan *Behavior* Dengan Teknik *Self Management* Pada Siswa Kelas X TKJ Bina Nusantara Ungaran Tahun Ajaran 2012/2013, menjelaskan bahwa hasil penelitian, hasil *pre test* menunjukkan terdapat 6 siswa yang memiliki perilaku membolos dengan kategori tinggi. Setelah dilakukan konseling menggunakan pendekatan *behavior* dengan teknik *self management*, 6 siswa tersebut menunjukkan hasil *post test* yang menurun yaitu perilaku membolos berada pada kategori rendah. Berdasarkan hasil *pre test* dan *post test* yang ada menunjukkan adanya perubahan perilaku siswa kelas X TKJ SMK Bina Nusantara Ungaran yang mengalami penurunan perilaku membolos setelah dilakukan konseling individual menggunakan pendekatan *behavior* dengan teknik *self management*.

Berdasarkan hasil penelitian konseli II yang bernama TR siswa kelas XI IPA 5 SMA PGRI 2 Kayen bahwa perilaku rendahnya disiplin belajar dalam pembelajaran daring ini terdapat faktor internal adalah sikap rasa malas dan jenuh belajar, tidak mempunyai minat, serta kurang motivasi untuk belajar, sedangkan faktor eksternal adalah sikap orang tua yang membebaskan tanpa ada perhatian. Setelah dilakukan konseling selama tiga kali menggunakan pendekatan *behavioristik* dengan teknik *self management* dapat menunjukkan perubahan signifikan lebih disiplin belajar dalam pembelajaran daring.

Simpulan

Berdasarkan hasil data penelitian dengan menerapkan konseling *behavioristik* dengan teknik *self management* untuk mengatasi rendahnya disiplin belajar dalam pembelajaran daring siswa kelas XI IPA 5 SMA PGRI 2 Kayen Tahun Ajaran 2020/2021, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Faktor Penyebab Kurang Disiplin Belajar Dalam Pembelajaran Daring

a. Kasus Konseli I (SA)

- 1) Faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dalam diri sendiri. Dalam kasus konseli SA yang menjadikan faktor internal adalah sikap terbiasa rasa malas, tidak mempunyai minat dan kurang motivasi belajar yang tinggi.
- 2) Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar individu sendiri. Dalam kasus konseli SA faktor eksternal yang mempengaruhi kebiasaan konseli adalah sikap orang tua yang kurang memberikan dorongan dan memperhatikan anak.

b. Kasus Konseli II (TR)

- 1) Faktor internal yaitu faktor berasal dari dalam dirinya sendiri. Dalam kasus konseli TR yang menjadikan faktor internal adalah sikap rasa malas dan jenuh belajar, tidak mempunyai minat, dan kurang motivasi untuk belajar.
- 2) Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar diri sendiri. Dalam kasus konseli TR faktor eksternal yang mempengaruhi kebiasaan konseli TR adalah sikap kedua orang tua yang membebaskan tanpa ada perhatian dari orang tua.

2. Hasil Penerapan Konseling *Behavioristik* Teknik *Self Management* Mengatasi Kurangnya Disiplin Belajar Dalam Pembelajaran Daring

a. Kasus Konseli I (SA)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan sebanyak tiga kali pertemuan terhadap konseli bernama SA dengan masalah kurang disiplin belajar dalam pembelajaran daring. Pada pertemuan pertama bagian dari penggalan masalah, menemukan faktor penyebab, pemahaman tentang masalah, dan melakukan pencegahan masalah dengan memberikan bantuan berupa teknik konseling yaitu *self management*. Pada pertemuan kedua dilakukan evaluasi untuk melihat

perkembangan dari hasil konseling pertama, evaluasi dilakukan dengan membahas catatan perilaku konseli, namun pada pertemuan kedua konseli belum sepenuhnya mampu melakukan pengelolaan perilaku yang diinginkan dengan baik sehingga konseli memerlukan evaluasi dengan konseli. Pada pertemuan ketiga terjadi perubahan signifikan konseli SA sudah mampu melakukan perubahan tingkah laku yang diinginkan dan mampu menerapkan teknik *self management* dengan baik. Konseling dengan menggunakan pendekatan *behavioristik* teknik *self management* berhasil dilakukan dengan adanya perubahan perilaku berupa selalu belajar setiap hari di rumah, bisa tepat waktu mengerjakan pekerjaan rumah, bisa tepat waktu mengikuti pelajaran, dan bisa cara mengatur waktu belajar.

b. Kasus Konseli II (TR)

Berdasarkan hasil penelitian setelah melakukan konseling sebanyak tiga kali pertemuan terhadap konseli bernama TR dengan masalah kurang disiplin belajar dalam pembelajaran daring. Dalam pertemuan pertama merupakan langkah awal dalam mengetahui penyebab konseli, memberikan pemahaman akan akibat yang timbul sebab perilaku konseli, dan pencegahan dengan memberikan teknik *self management*. Pada pertemuan kedua dilakukan evaluasi dari keinginan perubahan perilaku konseli, dan pada evaluasi tersebut konseli TR mampu menerapkan teknik *self management* dengan baik kehidupan sehari-hari. Pada pertemuan ketiga konseli mengalami perubahan yang kearah baik hal ini dibuktikan dengan pemberian kepercayaan konseli dapat juga mampu meningkatkan disiplin belajar sehingga konseli TR selalu belajar setiap hari di rumah, selalu tepat waktu mengerjakan tugas, selalu tepat waktu mengikuti pelajaran, dan selalu membuat jadwal untuk belajar di rumah.

Daftar Pustaka

- Corey, Gerald. (1995). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Terjemah oleh Mulyarto. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Giap, Yo Ceng dan Riki. (Eds). (2020). *Pembelajaran E-Learning di Masa Pandemi COVID-19*. Yogyakarta: Deepublish.
- Husaini, M. (2014). Pemanfaatan Teknologi Informasi Dalam Bidang Pendidikan (E-education). *Forum Penelitian*, 2 (1), 1-5.
- Isman, Mhd. (2016). *Pembelajaran Moda Dalam Jaringan (Moda Daring)*. Makalah disajikan dalam Seminar Nasional Pendidikan Berkemajuan dan Menggembirakan. Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta, 3 Agustus 2016.
- Komalasari, Gantina., Wahyuni, Eka., dan Karsih. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks.

-
- Munandir. (1996). *Program Bimbingan Karier di Sekolah*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Pendidikan Tinggi, Proyek Pendidikan Tenaga Akademik.
- Nisbet, J dan Watt, J. (1994). *Studi Kasus (Sebuah panduan praktis)*. Disadur oleh L. Wilardjo. Jakarta: Satya Wacana University Press bekerja sama dengan Gramedia Widiasarana Indonesia.'
- Rahardjo, Susilo dan Gudnanto. (2017). *Pemahaman Individu Teknik Non Tes*. Jakarta: Kencana Prenamedia Group.
- Slameto. (2010). *Belajar & Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif (Untuk penelitian yang bersifat: eksploratif, enterpretif, interaktif dan konstruktif)*. Bandung: Alfabeta.
- Undang-Undang. (2018). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 6 Tahun 2018 tentang Kekeharantina Kesehatan*, [online], (<https://jdih.bssn.go.id/arsip-hukum/uu-nomor-6-tahun-2018-tentang-kekeharantinaan-kesehatan>, diakses tanggal 20 february 2021)
- Tu'u, Tulus. (2004). *Peran Disiplin Pada Perilaku Dan Prestasi Siswa*. Jakarta: PT Grasindo.
- Yusuf L.N, Syamsu. (1989). *Disiplin Diri dalam Belajar Dhubungkan dengan Penanaman Disiplin yang Dilakukan Orang tua dan Guru*. Skripsi Tidak Diterbitkan. Bandung: FPS IKIP Bandung.
- Yusuf L.N, Syamsu dan Nurihsan Juntika. (2006). *Landasan Bimbingan & Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosda Karya.
- Yusuf, Syamsu. (2016). *Konseling Individual Konsep Dasar & Pendekatan*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Zamroni, Edris. (2016). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Kudus: Badan Penerbit Universitas Muria Kudus.