

RINGKASAN

Penelitian ini adalah penelitian *action research* yang dilakukan di SMP Negeri 1 Pejawaran yang berada di Kabupaten Banjarnegara dengan judul “Penerapan Teknik *Self Management* dalam Mengurangi Perilaku Indisipliner pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Pejawaran.”

Perilaku indisipliner adalah perilaku tidak mentaati peraturan yang berlaku di sekolah. Di SMP Negeri 1 Pejawaran terjadi fenomena banyaknya siswa berlaku indisipliner dari pelanggaran kecil hingga pelanggaran yang besar. Perilaku indisipliner ini juga mengganggu proses belajar mengajar yang dilakukan di SMP Negeri 1 Pejawaran. Selain itu, bila dibiarkan terus menerus maka akan memberikan dampak yang lebih buruk yang merugikan diri siswa sendiri. sehingga diperlukan penanganan yang tepat untuk mengatasi perilaku indisipliner yang dilakukan oleh peserta didik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan konseling individual dengan teknik “*self management*” dalam mengurangi perilaku indisipliner yang dilakukan siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Pejawaran.

Subjek penelitian yang dipilih secara *purposive sampling* dengan berdasarkan pada jumlah perolehan angka kredit poin terbanyak yang dilakukan oleh peserta didik yaitu ANZ, AFS, HRM, dan IEN. Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Setelah memperoleh data dianalisis secara kualitatif dengan melakukan reduksi data, analisis isi, penyajian data dan verifikasi. Validitas data dilakukan dengan teknik triangulasi.

Hasil penelitian selama kurang lebih 3 bulan dengan masing-masing subjek diberi layanan konseling dengan teknik *self management* selama 6 pertemuan yang berselang satu minggu. Subjek mengisi lembar isian *self management* yakni penilaian perilaku dan kontrak perilaku di awal pertemuan, lalu mengisi lembar *self reward*, dan *self control*, serta lembar *monitoring*, dan mengisi lembar *monitoring* harian setiap hari dan dijadikan bahan diskusi pada pertemuan konseling individu. Secara berangsur-angsur subjek mengalami penurunan jumlah pelanggaran yang dilakukan pada setiap minggu hingga di akhir pertemuan konseling.

Berdasarkan hasil penelitian yang ditemukan dalam penelitian ini maka beberapa saran dapat dikemukakan bahwa guru BK tidak hanya memberikan hukuman dalam memperbaiki perilaku peserta didik, guru BK dapat menggunakan teknik *self management* untuk mengatasi masalah yang berkaitan dengan perilaku peserta didik dan hubungan antara guru BK dan peserta didik harus lebih dekat agar dapat mengatasi masalah yang dihadapi peserta didik. Selain itu, sekolah juga harus memperhatikan proporsi jumlah guru BK dan peserta didik sehingga dapat memberikan layanan dan melakukan pengawasan dengan maksimal.

SUMMARY

This research is a qualitative research conducted at SMP Negeri 1 Pejawaran located in Banjarnegara Regency under the title "The Application of Self Management techniques in reducing disciplinary behavior in Grade VIII Students of SMP Negeri 1 Pejawaran."

Undisciplined behavior is behavior that does not obey the regulation at school. In SMP Negeri 1 Pejawaran phenomenon occurs many of students were doing undiscipline from lower offenses to large regulation. This undisciplined behavior also disrupts the teaching and learning process conducted in SMP Negeri 1 Pejawaran. In addition, if we left continuously it will give a worse impact that self-harming students themselves. So, we need appropriate handling to overcome undisciplined behavior undertaken by learners. The purpose of this research is to determine the application of individual counseling with the technique of "self management" in reducing undisciplined behavior conducted by students of class VIII SMP Negeri 1 Pejawaran.

Research subjects selected by purposive sampling based on the number of points of credit obtained by the most students that is ANZ, AFS, HRM, and IEN. Methods of data collection in this study using observation, interviews, and documentation. Data were analyzed qualitatively by doing data reduction, content analysis, data presentation and verification. Data validity is done by triangulation technique.

Results of research about 3 months with each subject were given individual counseling services with self-management techniques for 6 intermittent meetings one week. Subjects fill in the self-management sheets of behavioral assessment and behavioral contracts at the beginning of the meeting, then fill out the self-reward and self-control sheets and monitoring sheets, and fill out daily monitoring sheets every day and be discussed at individual counseling meetings. Gradually the subject has decreased the number of violations committed every week till the end of individual counseling meeting.

Based on the results of this research, some suggestions can be stated that the guidance and counseling teacher not only give a punishment in improving the behavior of students, the guidance and counseling teachers can use self-management techniques to fix the problem related to the behavior of students and the relationship between guidance and counseling teachers with the students should be closer in order to solve the students problems. In addition, schools management should also consider the proportion of the number of guidance and counseling teachers and quantity of students so can improve the services and conduct supervision maximally.