

Pengaruh Teknik *Self Regulated Learning* Terhadap Peningkatan Kedisiplinan Belajar Siswa

Adinda Maulida Sari*, Raudah Zaimah Dalimuthe, Putri Dian Dia Conia

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Serang, Indonesia

*Email Korespondensi: Adndmlda04@gmail.com

Abstrak

Disiplin belajar merupakan sebuah perilaku taat dan patuh terhadap sebuah peraturan. Disiplin memiliki peranan penting dalam sebuah kesuksesan seseorang. Kedisiplinan harus tertanam dalam pribadi setiap siswa. Tujuan penelitian ini dilakukan adalah untuk mengetahui apakah ada perubahan dari pengaruh teknik *self regulated learning* terhadap peningkatan kedisiplinan belajar siswa pada siswa kelas VII MTS Mathlaul Huda tahun ajaran 2022/2023. Penelitian menggunakan metode eksperimen dengan *one group pre test and post test design*. Hasil *pre-test* menunjukkan dari total 103 siswa yang mengikuti *pre-test*, 17 siswa berada pada kategori rendah, 63 siswa berada pada kategori sedang, dan 23 siswa pada kategori tinggi. Uji hipotesis penelitian dilaksanakan menggunakan uji *wilcoxon signed ranks test*. Terdapat peningkatan antara kedisiplinan belajar siswa sebelum dan setelah dilaksanakan treatment melalui bimbingan kelompok dengan teknik *self regulated learning*. Dengan $N=9$, nilai $Z = -2.670$ dan hasil *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0.008. Analisis uji *wilcoxon signed ranks test* pada proses pengambilan keputusan hipotesis, nilai yang diperoleh adalah 0,005 lebih rendah dari pada 0.05, oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa hipotesis dinyatakan diterima. Dengan demikian H_a diterima dan H_o ditolak. Secara data statistik dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *self regulated learning* dapat mempengaruhi dalam peningkatan kedisiplinan belajar siswa kelas VII MTS Mathlaul Huda tahun ajaran 2022/2023.

Kata kunci: Bimbingan Kelompok, Kedisiplinan Belajar, Self-Regulated Learning,

Abstract

Learning discipline is an attitude of obedience and adherence to a rule. Discipline plays a big part in one's success. Thus, the discipline must be ingrained in the personality of each student. The purpose of this study was to determine the effect of self-regulated learning techniques on increasing student learning discipline in MTS Mathlaul Huda Class VII students in the 2022/2023 academic year. This study used a pre-experimental method with a group pre-test and post-test design. The pre-test results showed that out of a total of 103 students who took the pre-test, 17 students were in the low category, 63 students were in the medium category, and 23 students were in the high category. The test of the research hypothesis was performed using the Wilcoxon signed-rank test. There is an increase in student learning discipline before and after treatment through group guidance with self-regulated learning techniques. With $N=9$, Z value = -2.670 and *Asymp results*. *Mr. (2 tails)* of 0.008. Wilcoxon's signed-rank test analysis in the process of deciding a hypothesis got a value of 0.005 which is less than 0.05 so that it can be concluded that the hypothesis is declared to be accepted. So, H_a is accepted and H_o is rejected. Based on the statistical data, it can be concluded that group guidance using self-regulated learning techniques can influence the increase in learning discipline of MTS Mathlaul Huda Class VII students in the 2022/2023 academic year.

Keywords: *Group Guidance, Learning Discipline, Self-Regulated Learning*

Pendahuluan

Pendidikan memiliki posisi penting dalam kehidupan manusia (Ridwan, Muhibah, dkk., 2020). Kesadaran akan pentingnya pendidikan merupakan faktor yang paling penting dalam menunjang keberlangsungan kehidupan manusia (Herawati, Wibowo & Prabowo, 2021). Pendidikan adalah rangkaian proses dalam meraih ilmu pengetahuan, pemahaman dan belajar dalam penyesuaian tingkah laku dengan kebutuhan siswa. Perkembangan pada masa remaja sering mempengaruhi sikap dan perilaku (Wardani, Nurmala & Handoyo, 2022). Menurut

Yusuf (2018) pendidikan menjadi wadah bagi siswa untuk melakukan perubahan sikap dan perilaku baik secara individu ataupun kelompok yang sedang berada pada fase untuk mendewasakan diri melalui cara pengajaran dan latihan, proses perbuatan, cara mendidik. Pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk membantu mengembangkan kecerdasan individu (Khairun & Nurmala, 2020). Sekolah merupakan Lembaga Pendidikan yang menampung peserta didik dan dibina agar mereka memiliki kemampuan, kecerdasan, dan keterampilan (Nadiya, Afiati & Nurmala, 2021). Tujuan yang paling utama dalam pendidikan adalah membentuk insan yang berakhlak mulia, beriman dan bertakwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa (Muhibah, 2020). Tujuan pendidikan tersebut dapat diraih dengan banyak hal, salah satu caranya ialah meningkatkan sikap disiplin pada diri siswa (Nasution, 2017).

Salah satu urgensi pendidikan adalah untuk membangun dan menanamkan karakter sikap yang positif dari individu (Balengka, Khairun & Rahmawati, 2021). Yuliantika (2017) menjelaskan kedisiplinan merupakan kondisi yang terbentuk dari rangkaian sikap, taat, patuh, komitmen, teratur, dan tanggung jawab, oleh karena itu siswa perlu berperilaku dan bersikap sesuai dengan yang diharapkan guna mencapai tujuan yang diharapkan. Disiplin adalah perjuangan untuk menjaga sikap dan perilaku siswa serta mencegahnya dari melakukan perilaku yang tidak baik atau menyimpang agar tidak terindikasi melanggar tata tertib sekolah (Isnaendyah, Afiati & Wibowo, 2022). Individu yang menginginkan kebahagiaan dan kehidupan yang sukses akan menata karirnya dengan baik (Kamilah, Wibowo & Handoyo, 2020). Sering kali individu bekerja saat mendekati batas akhir yang tentu saja hasilnya tidak akan optimal (Afiati, Khairun, dkk., 2020). Siswa dapat dibentuk karakter kedisiplinannya dengan dibiasakan dalam mengendalikan diri dan mengekang perilaku yang menyimpang di sekolah. Perilaku disiplin yang ditampilkan anak di sekolah diantaranya masuk sekolah tepat waktu, berseragam sesuai ketentuan sekolah, menaati tata tertib sekolah, mendengarkan pelajaran dengan tekun, jika keluar kelas minta ijin, membuang sampah pada tempatnya, melaksanakan tugas piket, tidak berbuat gaduh di kelas dan duduk dengan rapi (Faturohman & Afiati, 2022).

Suatu permasalahan tentunya perlu dicari penyelesaiannya agar tidak berlarut-larut dan mengganggu dalam kegiatan lainnya (Khairun, Al Hakim & Rusadi, 2020). Belajar merupakan kegiatan berproses dan menjadi unsur fundamental pada tiap jenjang pendidikan (Rahmawati, Wibowo & Nurmala, 2017). Dalam upaya melatih kedisiplinan belajar yang baik untuk siswa, sekolah perlu memiliki pedoman peraturan dalam membiasakan siswa untuk bersikap disiplin. Hurlock (Faizah, 2019:111) menjelaskan sebuah peraturan memiliki nilai dalam pendidikan.

Siswa dapat belajar dari peraturan yang ada, seperti menyerahkan tugasnya secara mandiri. Peraturan membantu mencegah perilaku yang tidak diharapkan. Pada dasarnya peraturan yang ada di sekolah terkandung sebuah sikap tingkah laku yang disarankan dan tidak, hukuman diberikan apabila siswa tidak mampu bertanggung jawab terhadap peraturan yang telah dibuat. Prosedur dalam menyampaikan aturan sekolah itulah yang dikenal sebagai tata tertib.

Dari hasil studi pendahuluan yang telah dilaksanakan peneliti melalui diskusi sederhana kepada guru BK ibu Titin S.Pd di sekolah MTS Mathlaul Huda mengenai permasalahan belajar siswa yang berkaitan dengan rendahnya disiplin belajar. Dapat diketahui ternyata permasalahan tersebut yaitu: siswa sering datang terlambat ke sekolah, siswa tidak mengerjakan tugas, siswa sering membolos pada saat jam pelajaran, siswa tidak menaati tata tertib sekolah, dan siswa kurang mengamati proses pemberian materi oleh guru. Disiplin belajar rendah masih menjadi permasalahan yang sering ditemui di sekolah. Perilaku tidak disiplin dapat ditanggulangi jika struktur mampu menjalankan tugas dengan baik (Biyanti, Afrizal & Nurmala, 2022). Sekolah sebagai lembaga penyelenggara pendidikan harus memperhatikan permasalahan tersebut dengan bekerjasama dengan program bimbingan dan konseling yang memiliki tugas utama mengoptimalkan potensi siswa agar mencapai kemandirian (Nugraha, Sholih & Prabowo, 2021).

Diperkuat dengan penelitian oleh Marijani (2015) terdiri dari 34 siswa, yang dimana hasil 3 subjek (9%) menunjukkan kedisiplinan pada tata tertib tergolong tinggi, 11 subjek (32%) mempunyai tingkat disiplin tata tertib sedang dan 20 subjek (59%) menunjukkan tingkat disiplin tata tertib rendah. Berdasar dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan bahwa siswa kelas IX Tulung Agung Jawa Timur memiliki disiplin tata tertib rendah. Diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sugiarto (2019) mendapatkan hasil rata-ratanya pada bidang belajar sub belajar tidak teratur menunjukkan skor 48,3% (29 siswa) siswa yang belajar hanya malam hari sebanyak 38,3% (23 siswa), siswa merasa malas belajar 27,8% (12 siswa), siswa tidak mampu mengimplementasikan bagaimana belajar yang baik sebesar 15,0% (9 siswa), siswa menyalin tugas rumah milik teman sebanyak 10,0% (6 siswa), saat belajar siswa merasa mengantuk 48,3% (29 siswa). Dengan itu dapat disimpulkan bahwa hampir setengah dari jumlah siswa masih belum menerapkan disiplin di sekolah. Hal tersebut dapat terlihat saat siswa sering tidak hadir tanpa izin, menggunakan seragam yang kurang rapih dan menggunakan atribut sekolah yang tidak lengkap. Siswa masih kurang kesadaran akan tanggung jawabnya dengan kedisiplinan di sekolah.

Kemudian Tu'u (2004) menjelaskan faktor penentu dalam kedisiplinan siswa adalah kesadaran diri, hal tersebut ditujukan sebagai bentuk pemahaman diri bahwa sikap disiplin dijadikan prioritas demi kebaikan dan keberhasilan dirinya. Kesadaran diri menjadi sebuah motif yang sangat kuat bagi terbentuknya sikap disiplin. Maka dapat diasumsikan kedisiplinan memiliki kaitan yang erat dengan *self-regulated learning*. Siswa membutuhkan pengaturan diri dalam melakukan segala aktivitas belajar.

Self-regulated learning adalah sebuah konsep dimana individu mampu belajar aktif sebagai pengatur untuk dirinya sendiri, individu yang akan menentukan perencanaan pembelajaran, memantau jalannya pembelajaran, mengontrol dan mengevaluasi secara mandiri. Kemandirian belajar merupakan salah satu hal penting yang menunjang keberhasilan siswa dalam belajar (Haerani, Khairun & Conia, 2020). Schunk (2012:545) mengungkapkan pengelolaan diri merupakan proses yang penting. Menurut Zimmerman (Kadi, 2016:64) SRL terlihat ketika siswa mampu menggunakan dan mengendalikan pikiran, perasaan serta tindakannya yang diharapkan mampu mencapai tujuan khusus dalam pendidikan. Selain itu Santrock (2011:292) menyampaikan bahwa SRL menyangkut generasi dan mengelola pemikiran, perasaan dan perilaku untuk meraih tujuan. Pengaturan diri dalam proses pembelajaran akan melatih para siswa mempunyai kontrol dan pendorong untuk mengatur metode belajarnya.

Berdasar dari latar belakang yang telah paparkan, peneliti mengambil focus pada penelitian ini dengan judul “Pengaruh Teknik *Self Regulated Learning* terhadap peningkatan kedisiplinan belajar siswa kelas VII MTS Mathlaul Huda”. Dengan demikian, peneliti melakukan penelitian mengenai kedisiplinan belajar dengan metode kuantitatif. Penelitian ini ditujukan untuk mengetahui bagaimana pengaruh teknik *self-regulated learning* terhadap peningkatan kedisiplinan belajar siswa VII MTS Mathlaul Huda.

Metode

Metode penelitian merupakan prosedur dan teknik penelitian (Wahyuningsih, 2021). Penelitian ini memakai pendekatan penelitian kuantitatif dengan metode penelitian eksperimen. Pendapat Sugiyono (2016:14) mengenai kuantitatif ialah metode penelitian yang berlandaskan pada ilmu filsafat, dipergunakan untuk mengamati populasi atau sampel tertentu. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan cara penentuan sampel menggunakan pertimbangan atau kriteria tertentu (Sugiyono dalam Dewi, Dalimunthe & Conia., 2022; Mulinda, Afati & Conia., 2020). Sampel merupakan sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi (Krissiyana, Muhibah

& Handoyo, 2020). Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 9 siswa, dilihat dari perolehan hasil skor *pre-test* yang berada pada kategori rendah.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan data primer. Adapun teknik yang digunakan adalah kuesioner. Pengaplikasian kuesioner dapat membantu peneliti untuk menentukan hasil dari penelitian yang akan dijalankan. Angket dikenal juga dengan sebutan kuesioner merupakan suatu kumpulan atau daftar pertanyaan atau pernyataan tertulis (Winkel dalam Wahyuningsih, Rahmawati & Handoyo, 2021). Walgito (dalam Maelan 2019:118) menjelaskan kuesioner merupakan suatu daftar yang berisi banyak item pernyataan yang harus diisi sesuai dengan keadaan responden. Kemudian teknik analisis data yang digunakan peneliti adalah Analisis Validitas, Analisis Realibilitas dan Kategorisasi dengan metode penelitian Eksperimen. Analisa data ialah agenda pengelompokan data berdasar variabel dan jenis responden, melakukan tabulasi data berdasar variabel keseluruhan responden, penyajian data di tiap variabel yang diteliti dan juga menghitung untuk menjawab rumusan permasalahan (Sugiyono dalam Hakimah, Rochani & Conia, 2022).

Hasil

Dalam mengetahui tingkat kedisiplinan belajar siswa kelas VII MTS Mathlaul Huda tahun ajaran 2022/2023 peneliti mengkategorikan sesuai dengan tingkatan kategorisasi yang sudah dirancang sebagai berikut:

Tabel 1. Kategorisasi Tingkat Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas VII Semester Ganjil MTS Mathlaul Huda Tahun Ajaran 2022/2023 Setelah Diberikan Angket *Pre-Test*

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 88$	17	16,5%
Sedang	$88 \leq X < 132$	63	61,2%
Tinggi	$X \geq 132$	23	22,3%
Jumlah		103	100%

Berdasarkan data diatas siswa yang disiplin belajarnya berada pada kategori rendah akan diberikan *treatment* bimbingan kelompok dengan teknik *self-regulated learning*. Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok dimana pemimpin kelompok menyediakan informasi- informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial untuk membantu anggota kelompok mencapai tujuan bersama (Wibowo dalam Oktavia, Sholih & Prabowo, 2020). Dari total 157 siswa, siswa yang mengisi angket *pre-test* sebanyak 103 siswa. Hasilnya didapatkan siswa berada pada kategori rendah sebanyak 17 siswa dengan persentase 16,5%. Kemudian didapatkan siswa yang berada pada kategori sedang sebanyak 63

siswa dengan persentase 61,2%. Lalu pada kategori tinggi terdapat 23 siswa dengan persentase 22,3%.

Treatment dilaksanakan pada siswa berkategori rendah dan bersedia mengikuti proses *treatment*. Dari 17 siswa dengan kategori rendah, peneliti akan membuat kelompok bimbingan dengan jumlah anggota sebanyak 9 siswa yang bersedia. Berikut adalah hasil *pre-test* pada 9 subjek penelitian:

Tabel 2. Hasil *Pre-test* Sampel Penelitian

No	Nama	Skor	Kategori
1	Ap	88	Rendah
2	Vi	85	Rendah
3	Ok	83	Rendah
4	Ji	88	Rendah
5	Am	87	Rendah
6	Ra	85	Rendah
7	Ifn	84	Rendah
8	Mma	82	Rendah
9	Rh	86	Rendah

Treatment dilakukan sebanyak 5 kali pertemuan, dengan waktu dan tempat yang telah dilakukan. Adapun hasil post test yang diperoleh setelah 5 kali pertemuan sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Nilai *Post-Test* Sampel Penelitian

No	Nama	Skor <i>Post-Test</i>	Kategori
1	AP	131	Sedang
2	VI	119	Sedang
3	OK	126	Sedang
4	JI	146	Tinggi
5	AM	137	Tinggi
6	RA	143	Tinggi
7	IFN	129	Sedang
8	MMA	135	Tinggi
9	RH	124	Sedang

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui sesudah pemberian *treatment* bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik SRL 9 subjek memiliki kenaikan skor yang sebelumnya pada kategori rendah, kini 5 subjek berada pada kategori sedang dan 4 subjek berada pada kategori

tinggi. Subjek yang berada pada kategori tinggi diantaranya dengan inisial JI, AM, RA, dan MMA. Sedangkan subjek yang memiliki skor sedang diantaranya berinisial AP, VI, OK, IFN, dan RH.

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan aplikasi SPSS 25.0 melalui uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* yang termasuk kedalam golongan statistik *non-parametrik*, dengan hasil seperti dibawah ini:

Tabel 4. Hasil Uji *Wilcoxon Signed Rank Test*

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
<i>Post Test - Pre Test</i>	<i>Negative Ranks</i>	0 ^a	.00	.00
	<i>Positive Ranks</i>	9 ^b	5.00	45.00
	<i>Ties</i>	0 ^c		
	Total	9		

a. *Post Test < Pre Test*

b. *Post Test > Pre Test*

c. *Post Test = Pre Test*

Dapat dilihat tabel 4 bahwa nilai *negative ranks*, N, *mean rank* maupun *sum of rank* yaitu 0, dapat dinyatakan nilai nol (0) memperlihatkan tidak adanya penurunan dari nilai *pre test* ke nilai *post test*. Kemudian nilai pada *positive ranks* adalah 9, nilai tersebut diartikan 9 siswa mengalami kenaikan dari nilai *pre test* ke nilai *post test*, rata-rata peningkatan tersebut sebesar 5.00, sedangkan jumlah pada nilai rangking positif sebesar 45.00. Selanjutnya *ties* merupakan nilai kesamaan antara nilai *pre test* dan nilai *post test*, nilai *ties* menunjukkan angka 0 yang artinya tidak ada kesamaan nilai *pre test* dan nilai *post test*.

Berikut adalah hasil uji *wilcoxon signed ranks test statistics*:

Tabel 5. Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test Statistics

Test Statistics ^a	
	Post Test - Pre Test
Z	-2.670 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.008
a. Wilcoxon Signed Ranks Test	
b. Based on negative ranks.	

Dilihat proses pengambilan keputusan hipotesis:

- Jika nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* < 0.05 maka hipotesis diterima (H_a)
- Jika nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* > 0.05 maka hipotesis ditolak (H_0)

Dalam perhitungan dengan memakai SPSS 25.0 menggunakan analisis uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*, nilai yang diperoleh pada *Asymp. Sig. (2-tailed)* yaitu 0.008. Mengarah pada proses pengambilan keputusan hipotesis, nilai 0.008 itu lebih rendah dari pada 0.05, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis diterima. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa *treatment* bimbingan kelompok dengan teknik *Self Regulated Learning* mampu meningkatkan kedisiplinan belajar siswa kelas VII MTS Mathlaul Huda tahun ajaran 2022/2023.

Pembahasan

Hasil pada analisis deskriptif memperlihatkan sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan tektik *self regulated learning* terdapat 17 siswa berada dalam kategori rendah, 63 siswa berada dalam kategori sedang, dan 23 siswa berada dalam kategori tinggi. Kemudian peneliti mengambil 9 sampel yang berada pada kategori rendah untuk mengikuti 5 kali pertemuan untuk memberikan *treatment*.

Setelah mengetahui hasil *pre-test* peneliti melakukan layanan *treatment* kepada sampel yang terpilih sebanyak 9 siswa, dengan 5 kali *treatment*/pertemuan. Selama mengikuti *treatment* siswa mampu mengikuti kegiatan layanan dengan baik. Namun diawal pertemuan siswa masih kurang terlibat aktif selama kegiatan berlangsung, hal tersebut dikarenakan siswa masih malu-malu dan merasa canggung satu sama lain. Kegiatan bimbingan kelompok ini merupakan pengalaman pertama mereka dalam mengikuti layanan bimbingan dan konseling disekolah. Akan tetapi, hal tersebut berangsur membaik dan perlahan menghilang saat proses *treatment* berlangsung dihari ke dua hingga akhir. Seluruh siswa sudah mampu menyampaikan

pendapat dan gagasannya masing-masing. Hasil dapat diketahui adanya peningkatan kedisiplinan belajar dilihat dari hasil nilai *pre-test* dan nilai *post-test* yang telah dilakukan.

Penelitian yang dilakukan berdasarkan pada gejala kedisiplinan belajar yang dibagi menjadi 5 indikator yaitu indikator disiplin dalam masuk sekolah, indikator disiplin dalam mengikuti pembelajaran di sekolah, indikator disiplin mengerjakan tugas, indikator disiplin dalam belajar di rumah, dan indikator disiplin menaati tata tertib sekolah. Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* terdapat peningkatan yang cukup signifikan dilihat dari hasil masing-masing indikator yang diterapkan. Indikator diantaranya adalah disiplin dalam masuk sekolah, sebelum diberikan *treatment* diperoleh nilai 19,5% dan setelah diberikan *treatment* terdapat peningkatan menjadi 30%. Pada indikator kedua disiplin dalam mengikuti pembelajaran di sekolah, sebelum *treatment* diperoleh nilai 17% dan setelah *treatment* terdapat peningkatan menjadi 31%. Selanjutnya pada indikator disiplin mengerjakan tugas, sebelum *treatment* diperoleh nilai 18% dan setelah *treatment* terdapat peningkatan menjadi 27%. Kemudian pada indikator disiplin dalam belajar di rumah, sebelum *treatment* diperoleh nilai 16% dan setelah *treatment* terdapat peningkatan menjadi 26%. Pada indikator terakhir indikator disiplin dalam belajar di rumah, sebelum *treatment* mendapatkan nilai 17% dan diberikan *treatment* memperoleh nilai menjadi 26%.

Secara individual, peningkatan juga terjadi cukup signifikan. Seperti subjek dengan inisial AP, sebelum *treatment* diperoleh nilai 50% dan setelah *treatment* terdapat peningkatan menjadi 74%. Subjek dengan inisial VI, sebelum *treatment* diperoleh nilai 48% dan diberikan *treatment* terdapat peningkatan menjadi 67%. Subjek dengan inisial OK, sebelum *treatment* diperoleh nilai 47% dan setelah *treatment* terdapat peningkatan menjadi 71%. Subjek dengan inisial JI, sebelum *treatment* diperoleh nilai 50% dan setelah *treatment* terdapat peningkatan menjadi 82%. Subjek dengan inisial AM, sebelum *treatment* diperoleh nilai 49% dan setelah *treatment* terdapat peningkatan menjadi 77%. Subjek dengan inisial RA, sebelum *treatment* diperoleh nilai 48% dan setelah *treatment* terdapat peningkatan menjadi 81%. Subjek dengan inisial IFN, sebelum *treatment* diperoleh nilai 47% dan setelah *treatment* terdapat peningkatan menjadi 73%. Subjek dengan inisial MMA, sebelum *treatment* diperoleh nilai 46% dan setelah *treatment* terdapat peningkatan menjadi 76%. Subjek dengan inisial RH, sebelum *treatment* diperoleh nilai 48% dan setelah *treatment* terdapat peningkatan menjadi 70%..

Diperkuat dengan hasil penelitian Wijayanti (2016) dengan judul “Teknik *self-regulated learning* untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas VIII SMP Negeri Surakarta Tahun ajaran 2015/2016”. Penelitian ini memaparkan berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* yang telah

dibuat, hasil *Asymp. Sig. (2-tailed)* ialah 0,000 hipotesis menyatakan nilai tersebut diterima karena terdapat probabilitas dibawah 0,05 sehingga $0,000 < 0,05$. Dengan itu, terdapat perbandingan antara nilai hasil *pre test* dengan nilai hasil *post test* kelompok eksperimen setelah diberikan *treatment* berupa teknik *self regulated learning*. Adapun penelitian lain yang mendukung oleh Rindiani Matussolikhah, dengan judul “ Pengaruh Disiplin Belajar Dan Gaya Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi COVID-19”. Pada penelitian tersebut mengungkapkan bahwa perolehan analisis regresi linier berganda mendapat rumus $Y = 8,956 + 0,724 X_1 + 0,300 X_2$. Terdapat pengaruh yang simultan positif antara disiplin belajar dan gaya belajar terhadap hasil belajar. Hasil yang diperoleh adalah 32,3%.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh teknik *self regulated learning* terhadap peningkatan kedisiplinan belajar siswa kelas VII MTS Mathlaul Huda Tahun ajaran 2022/2023, dapat disimpulkan bahwa: Gambaran kedisiplinan belajar siswa kelas VII MTS Mathlaul Huda Tahun ajaran 2022/2023 menunjukkan yang berada pada kategori rendah sebanyak 17 siswa, pada kategori sedang sebanyak 63 siswa, dan untuk kategori tinggi sebanyak 23 siswa. Penerapan bimbingan kelompok teknik *self regulated learning* terhadap peningkatan kedisiplinan belajar siswa kelas VII MTS Mathlaul Huda Tahun ajaran 2022/2023 dilakukan kepada sampel sebanyak 9 subjek, dilaksanakan 5 kali selama kurang lebih 1 bulan (14 Februari - 02 Maret). Bimbingan kelompok dengan teknik *self regulated learning* dapat *mempengaruhi* peningkatan kedisiplinan belajar siswa dibuktikan dengan hasil *pre test* dan *post test*. Bagi penelitian selanjutnya diharapkan bisa menerapkan dan menyempurnakan layanan bimbingan kelompok untuk peningkatan kedisiplinan belajar siswa dengan membahasnya secara menyeluruh.

Daftar Pustaka

- Afiati, E., Khairun, D. Y., Prabowo, A. S., & Handoyo, A. W. (2020, November). Peran dan Tantangan yang diemban Mahasiswa Bimbingan dan Konseling di Era Pandemi COVID-19. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan FKIP* (Vol. 3, No. 1, pp. 299-305).
- Balengka, K. B., Khairun, D. Y., & Rahmawati, R. (2021). Perilaku Prososial Siswa dan Implikasi Program dalam Bimbingan Pribadi Sosial. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 12(1), 84-99.
- Biyanti, A., Afrizal, S., & Nurmala, M. D. (2022). Perilaku Indisipliner Protokol Kesehatan Pandemi Covid-19 (Studi Kasus Pada Masyarakat Kelurahan Gelam Jaya, Kabupaten Tangerang). *SOSIETAS*, 12(1), 1132-1140.

- Dewi, M. T., Dalimunthe, R. Z., & Conia, P. D. D. (2022). Pengembangan Konseling Kelompok dengan Teknik Token Ekonomi untuk Meningkatkan Perilaku Student Engagement: Studi Penelitian Pengembangan Strategi Konseling Kelompok Pada Siswa SMP Negeri 8 Kota Cilegon Tahun Ajaran 2021/2022. *Journal of Education and Counseling (JEKO)*, 2(2), 197-208.
- Faizah, N. (2019). Pembentukan Karakter Siswa Melalui Disiplin Tata Tertib Sekolah Di SMA Negeri 2 Klaten. *Prosiding Seminar Nasional : Kebijakan dan Pengembangan*, 109.
- Faturohman, N., & Afiati, E. (2022). Manajemen Pengasuhan dan Perilaku Disiplin Anak. *Manajemen Pengasuhan dan Perilaku Disiplin Anak*, 7(1), 50-58.
- Haerani, I., Khairun, D. Y., & Conia, P. D. D. (2020). Profil Kemandirian Belajar Siswa Dan Implikasinya Bagi Program Bimbingan Belajar. *Konseling Edukasi: Journal Of Guidance and Counseling*, 4(2), 179-199.
- Hakimah, N., Rochani, R., & Conia, P. D. D. (2022). Gambaran Emotional Focused Coping dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. *Sistema: Jurnal Pendidikan*, 3(1), 14-20.
- Herawati, S., Wibowo, B. Y., & Prabowo, A. S. (2021). Pengembangan Hipotetik Buku Panduan Pelaksanaan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Cinema therapy tentang Dampak Negatif Pornografi. *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 4(2), 193-208.
- Isnaendyah, S., Afiati, E., & Wibowo, B. Y. (2022). Pengembangan Media Layanan Informasi Menggunakan Booklet Untuk Meningkatkan Disiplin Siswa Di Sekolah. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(6), 8619-8632.
- Kadi, A. P. U. (2016). Hubungan Kepercayaan Diri dan Self Regulated Learning terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Psikologi 2013. *eJournal Psikologi*, 4(4).
- Kamilah, F. N., Wibowo, B. Y., & Handoyo, A. W. (2020). Efektivitas Bimbingan Kelompok Berbasis Tes Minat Karir John L. Holland Untuk Meningkatkan Kematangan Karir Siswa. *Empati-Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(2), 17-33.
- Khairun, D. Y., & Nurmala, M. D. (2020). Program Bimbingan dan Konseling Mahasiswa FKIP Untirta Berbantuan Software Analisis Tugas Perkembangan. *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*, 5(1).
- Khairun, D. Y., al-Hakim, I., & Rusadi, P. A. (2020). Alternatif Penanganan Bimbingan dan Konseling Bagi Pelaku Homoseksual di Kota Serang. *QUANTA*, 4(1), 9-19.
- Krissiyana, N., Muhibah, S., & Handoyo, A. W. (2020). Program Hipotetik Bimbingan dan Konseling untuk Tingkat Smartphone Addiction pada Siswa. *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 3(2), 157-166.
- Maelan, T. Y., Syahrman, Rita, S. (2019). Hubungan antara interaksi sosial teman sebaya dengan penerimaan sosial siswa kelas XI IPA SMA Negeri 09 Kota Bengkulu. *Jurnal ilmiah BK*, Vol 2(3).
- Marijani, Anik. (2015). Peningkatan Kedisiplinan Tata Tertib Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Bermain Peran. *Jurnal penelitian tindakan bimbingan dan konseling*, Vol 1(2)
- Matussolikhah, R. (2021). Pengaruh disiplin belajar dan gaya belajar terhadap hasil belajar siswa dalam pembelajaran daring di masa pandemi covid-19. *Prima Magistra: Jurnal Ilmiah Kependidikan* 2, 2(226).
- Muhibah, S. (2020). Model Pengembangan Pendidikan Karakter Melalui Pendidikan Agama Di Perguruan Tinggi: Studi Kasus Di Universitas Serang Raya. *EDUKASI: Jurnal Penelitian Pendidikan Agama dan Keagamaan*, 18(1), 54-69.

- Mulinda, R., & Conia, P. D. D. (2020). Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Empati Siswa. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, 5(2).
- Nadiya, O., Afiati, E., & Dwi Nurmala, M. (2021). Hubungan Self Efficacy Dengan Motivasi Berprestasi Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Cilegon Dan Implikasi Bagi Program Bimbingan Dan Konseling. *Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 2(1), 51-57.
- Nasution. (2010). *Sosologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Nugraha, J. D., Sholih, S., & Prabowo, A. S. (2021). Pengembangan Booklet Learning How To Learn sebagai Layanan Informasi Mengenai Strategi Belajar Kognitif bagi Siswa SMA. *Journal of Education and Counseling (JECO)*, 2(1), 140-147.
- Oktavia, E., Sholih., Prabowo, A. S. (2020). Pengembangan Buku Panduan Pelaksanaan Bimbingan Kelompok dengan Metode Diskusi untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *Nathiqiyah*, 3(2), 126-136
- Rahmawati, R., Wibowo, B. Y., & Nurmala, M. D. (2017). Pengaruh Stimulasi Humor Audio Visual terhadap Burnout Study. *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*, 2(2).
- Ridwan, I., Muhibah, S., Maisaroh, I., & Ngulwiyah, I. (2020). Islamic Education And Civil Society. *Jurnal Pendidikan Karakter JAWARA (Jujur, Adil, Wibawa, Amanah, Religius, Akuntabel)*, 6(2).
- Santrock, John W. (2011). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Schunk, D.H. (2012). *Learning Theories an Education Perspective (Teori Teori Pembelajaran: Perspektif Pendidikan) Edisi Keenam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sugiarto, A. P. (2019). Faktor Kedisiplinan belajar pada siswa kelas X SMK Larendra Brebes. Semarang: *Jurnal Mimbar Ilmu*, Vol. 24(2).
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kuantitatif R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Tu'u, Tulus. (2004). *Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Siswa*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Wahyuningsih, L. (2021). Penggunaan Teknik Bermain Peran (Role Playing) Untuk Mengurangi Kecenderungan Perilaku Agresif Peserta Didik. *JIEGC Journal of Islamic Education Guidance and Counselling*, 2(1), 31-40.
- Wahyuningsih, P., Rahmawati, R., & Handoyo, A. W. (2021). Hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *SISTEMA: Jurnal Pendidikan*, 2(1), 39-45.
- Wardiani, R. T., Nurmala, M. D., & Handoyo, A. W. (2022). Pengembangan Modul Bimbingan Dan Konseling Untuk Pencegahan Bullying Di Sma. *Jurnal Fokus Konseling*, 8(1), 1-7.
- Wijayanti, Y. (2016). Teknik self regulated learning untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas VIII SMP Negeri Surakarta Tahun ajaran 2015/2016. *Skripsi Universitas Sebelas Maret*.
- Yuliantika, S. (2017). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kedisiplinan Belajar Siswa. *E-Journal* Vol: 9(1)
- Yusuf, M. (2018). *Pengantar ilmu pendidikan*. Palopo : Lembaga Penerbit Kampus IAIN Palopo, 8.