

EFEKTIFITAS TEKNIK SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN TANGGUNG JAWAB BELAJAR PADA PESERTA DIDIK KELAS XI SMA NEGERI 2 KALIANDA

Devi Maisaputri¹, Dharlinda Suri Damiri², Siti Zahra Bulantika³

¹²³STKIP PGRI Bandar Lampung

devimeisaputri55@gmail.com¹, dharlindas@gmail.com², szahrabulantika@gmail.com³

Abstrak: Penelitian ini didasarkan data yang diperoleh dari studi pendahuluan pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 2 Kalianda yang menunjukkan rendahnya indikator tanggung jawab belajar. Masalah penelitian ini adalah apakah tanggung jawab belajar pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 2 Kalianda tahun ajaran 2022/2023 dapat ditingkatkan melalui layanan konseling kelompok berbasis *self management*? Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh data empiris tentang peningkatan tanggung jawab belajar pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 2 Kalianda tahun ajaran 2022/2023 melalui layanan konseling kelompok berbasis *self management*. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik dari XI IPS 1 yang berjumlah 36 dan peserta didik XI IPS 2 yang berjumlah 36. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *random sampling* (teknik pengambilan sampel dengan acak). Sampel dalam penelitian ini adalah peserta didik yang memiliki tanggung jawab belajar yang rendah sebanyak 14 peserta didik, 7 peserta didik dari kelas XI IPS 1 dan 7 peserta didik dari kelas XI IPS 2. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket, wawancara, observasi dan dokumentasi. Sedangkan metode analisis data menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil *pre test*, peserta didik termasuk dalam kriteria rendah dengan rata-rata 51,57. Sedangkan hasil *post test*, kriteria tanggung jawab belajar pada peserta didik menjadi tinggi dengan rata-rata sebesar 119,83. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tanggung jawab belajar pada peserta didik kelas XI SMA Negeri 2 Kalianda tahun ajaran 2022/2023 dapat ditingkatkan melalui layanan kelompok berbasis *self management*.

Kata kunci: Teknik *Self Management*, Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar

Abstract: This research is based on data obtained from a preliminary study on class XI student at SMA Negeri 2 Kalianda which shows low indicators of learning responsibility. The problem of this research is whether learning responsibility is for class XI students at SMA Negeri 2 Kalianda in the academic year 2022/2023 can be improved through self management based group counseling service? The purpose of this study was to obtain empirical data about increasing learning responsibility in class XI students at SMA Negeri 2 Kalianda in the academic year of 2022/2023 through self management based group counseling services. The type of research used was experimental research. The population in this study were 36 students from XI IPS 1 and 36 students from XI IPS 2. The sampling technique in this study was a random sampling technique, 7 students from class XI IPS 1 and 7 students from class XI IPS 2. Data collection methods in this study used questionnaires, interviews, observation and documentation. While the method of data analysis using the Wilcoxon test. The results of the pre test, students are included in the low criteria with an average of 51.57 while the post test results, the criteria for learning responsibility for students are high with an average of 11983. So it can be concluded that learning responsibility for students in class XI SMA Negeri 2 Kalianda for the 2022/2023 academic year can be improved through self management based group services.

Keyword: Self Management Techniques, Increase Responsibility

PENDAHULUAN

Saat individu tidak memiliki keinginan untuk melakukan perubahan dalam diri akan berakibat kegagalan dalam belajar, terdapat beberapa faktor yang mengakibatkan dalam belajar seperti: tidak memiliki perencanaan yang baik dalam belajar, sikap malas belajar, menunda-nunda pekerjaan, dan akhirnya melakukan tindakan yang salah yaitu mencontek. Oleh karena itu diperlukan rasa tanggung jawab dalam diri seseorang agar tidak mengalami dalam belajar.

Menurut pendapat Sudani, dalam Ulfa (2014: 30) menyebutkan bahwa pada dasarnya, perilaku tanggung jawab belajar siswa yang rendah dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain yaitu: (1) kurangnya kesadaran siswa tersebut akan pentingnya melaksanakan hak dan kewajiban yang merupakan tanggung jawabnya, (2) kurang memiliki rasa percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki, (3) peran guru dalam menangani perilaku tanggung jawab secara khusus belum terlaksana secara optimal di kelas.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa tanggung jawab belajar merupakan kesadaran siswa akan kewajiban dalam suatu kegiatan belajar.

Sikap tanggung jawab belajar dapat dicirikan seperti: (1) melakukan tugas belajar dengan rutin tanpa harus diberitahu, (2) dapat menjelaskan alasan atas belajar yang dilakukannya, (3) tidak menyalahkan orang lain dalam belajar, (4) mampu menentukan pilihan kegiatan belajar dari beberapa alternatif, (5) melakukan tugas sendiri dengan senang hati, (6) bisa membuat keputusan yang berbeda dari keputusan orang lain dalam kelompoknya, (7) mempunyai minat yang

kuat untuk menekuni belajar, (8) menghormati dan menghargai aturan disekolah, (9) dapat berkonsentrasi dalam belajar, (10) memiliki rasa bertanggung jawab erat kaitannya dengan prestasi di sekolah.

Sikap-sikap tersebut adalah cerminan dari gambaran orang yang mempunyai tanggung jawab dalam belajar. Akan tetapi pada proses menuntut ilmu di dunia pendidikan saat ini tidak semua peserta didik bertanggung jawab atas kewajiban sebagai peserta didik, masih terdapat peserta didik yang kurang bertanggung jawab di sekolah. Sama halnya dengan fenomena yang peneliti temukan di SMA Negeri 2 Kalianda, terlihat masih banyak peserta didik yang kurang dalam tanggung jawab belajar, masih banyak peserta didik memiliki tanggung jawab belajar yang rendah dalam proses kegiatan belajar, seperti terlambat masuk kelas, tidak menyelesaikan tugas tepat pada waktunya, bermain-main ketika proses pembelajaran sedang berlangsung, serta membolos pada saat jam pelajaran kosong. Permasalahan tersebut diperlukan solusi yang tepat, dalam hal ini guru bimbingan dan konseling sangatlah berperan.

Self management merupakan salah satu teknik dalam konseling behavior, yang mempelajari tingkah laku (individu manusia) yang bertujuan untuk merubah perilaku maladaptif menjadi adaptif. *Self management* sama artinya dengan kemampuan mengatur diri dan mengarahkan diri. Kemampuan mengarahkan diri dapat mencegah individu dari keadaan penyimpangan kepribadian. Dalam penggunaan strategi ini diharapkan individu dapat mengatur, memantau dan mengevaluasi dirinya sendiri untuk

mencapai perubahan kebiasaan tingkah laku yang lebih baik. (Sukadji dalam Komalasari, 2011: 181).

Pernyataan ini didukung oleh penelitian yang mengatakan *self management* bisa meningkatkan motivasi siswa dimasa pandemi dengan mengolah dan mengatur perilaku siswa kearah yang lebih baik oleh bantuan guru BK dan orang tua dirumah (Suryanti, dkk 2021).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Febi yang mengatakan tanggung jawab akademik siswa meningkat dengan diberikan teknik *self management* (Wiantisa dan Widiyastuti, 2021). Untuk menciptakan kepribadian yang bertanggung jawab, maka peneliti memilih teknik *self management* dalam meningkatkan tanggung jawab belajar peserta didik. Peneliti akan menangani tanggung jawab belajar peserta didik dengan cara mengatur perilaku peserta didik agar mampu mengelola perilaku, pikiran, dan perasaan dalam diri untuk mencapai tujuan tertentu, yaitu mempunyai tanggung jawab belajar.

Oleh karena itu, sangat dibutuhkan tanggung jawab yang tinggi terhadap semua siswa agar mereka mempunyai keinginan untuk maju dan meraih prestasi yang optimal. Upaya yang bisa dilakukan untuk menemukan penyebab peserta didik tidak bertanggung jawab dalam belajar, peneliti akan menentukan pilihan penggunaan Teknik *Self Management* untuk membantu peserta didik menyelesaikan masalah-masalahnya.

Teknik *Self Management* (pengelolaan diri) adalah suatu teknik yang mengarah kepada pikiran dan perilaku individu untuk membantu konseli dalam mengatur dan mengubah perilaku ke arah yang lebih efektif melalui proses belajar

tingkah laku baru. *Self Management* membantu konseli untuk mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri ke arah yang lebih efektif.

Peneliti akan menangani tanggung jawab belajar peserta didik dengan cara mengatur perilaku peserta didik agar mampu mengelola perilaku, pikiran dan perasaan dalam diri untuk mencapai tujuan tertentu yaitu mempunyai tanggung jawab belajar.

Melihat dari fenomena tersebut peneliti bermaksud mengajukan penelitian dengan melakukan penelitian eksperimen dengan judul “Efektifitas Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 2 Kalianda Tahun Ajaran 2022/2023”.

Pengertian Tanggung Jawab Belajar

Harris, Clemes & Reynold Bean (dalam Astuti, 2005: 26) menyatakan bahwa setiap siswa mempunyai tanggung jawab pribadi, artinya hasil yang diperoleh berasal dari perbuatan serta faktor-faktor dari dalam diri siswa sendiri. Misalnya keberhasilan siswa dalam ujian nasional bukan karena faktor keberuntungan atau karena kasih sayang guru, melainkan karena kesungguhannya dalam belajar. Adanya kesungguha dalam belajar itu karena ia memiliki rasa tanggung jawab belajar yang besar.

Sedangkan menurut Djamarah dan Zain (2010: 87) bagi siswa yang memiliki tanggung jawab belajar akan memberi manfaat untuk:

- a. Lebih merangsang siswa dalam melakukan aktivitas belajar individual ataupun kelompok.
- b. Dapat mengembangkan kemandirian siswa diluar pengawasan guru.

EFEKTIFITAS TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN TANGGUNG JAWAB BELAJAR PADA PESERTA DIDIK KELAS XI SMA NEGERI 2 KALIANDA

- c. Dapat membina tanggung jawab dan disiplin siswa.
- d. Dapat mengembangkan kreativitas siswa.

Berdasarkan uraian yang disebutkan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa tanggung jawab belajar yaitu suatu proses dimana seseorang objek belajarnya dan lingkungan melalui pendidikan disekolah menghasilkan perubahan tingkah laku seperti pengetahuan, cara berpikir, keterampilan, sikap, nilai dan kesediaan menanggung segala akibat dari kegiatan belajar dengan penuh kesadaran, kerelaan, rasa memiliki, dan disiplin yang bertujuan untuk menguasai materi ilmu pengetahuan.

Pengertian Teknik *Self Management*

Menurut Stewart dan Lewis dalam Nursalim (2013: 150) menyatakan dalam bidang konseling *Self Management* merupakan suatu prosedur yang baru. *Self Management* kadang-kadang disebut *behavior self control*, menunjuk pada kemampuan individu untuk mengarahkan perilakunya, yaitu kemampuan untuk melakukan hal-hal yang terarah bahkan meskipun upaya-upaya itu sulit.

Self Management merupakan suatu proses terapi dimana konseli mengarahkan perubahan perilaku mereka sendiri dengan satu atau lebih strategi terapi secara kombinatif, Cormier dan Cormier dalam Nursalim (2013: 150)

Menurut Jones, Nelson, dan Kazdin (2013: 150) mengemukakan bahwa *Self Management* yaitu konseli mengarahkan upaya-upaya perubahan dengan cara memodifikasi aspek-aspek lingkungan atau dengan memanipulasikan atau mengadministrasikan konsekuensi.

Sedangkan menurut Sukadji dalam Komalasari, dkk (2011: 180) *Self*

Management ialah prosedur di mana seseorang mengarahkan atau mengatur perilaku perilakunya sendiri. Pada teknik ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar yaitu: menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan diterapkan, melaksanakan prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut.

Sukadji dalam Gantina (2011: 181) dalam penerapan teknik *Self Management* tanggung jawab keberhasilan konseling berada ditangan konseli. Konselor berperan sebagai pencetus gagasan, fasilitator yang membantu merancang program serta motivator sebagai konseli

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa *Self Management* adalah proses dimana konseli mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri yang bertujuan untuk membantu konseli menyelesaikan masalah, teknik ini menekankan pada perubahan tingkah laku konseli yang dianggap merugikan orang lain.

METODE

Jenis penelitian yang peneliti gunakan adalah penelitian eksperimen.

Latipun (2011: 5) penelitian eksperimen merupakan penelitian yang dilakukan dengan melakukan manipulasi yang bertujuan untuk mengetahui akibat manipulasi terhadap perilaku individu yang diamati. Manipulasi yang dilakukan dapat berupa situasi atau tindakan tertentu yang diberikan kepada individu atau kelompok, dan setelah itu dilihat pengaruhnya. Eksperimen ini dilakukan untuk mengetahui efek yang ditimbulkan dari suatu perlakuan yang diberikan secara sengaja oleh peneliti. Pemberian perlakuan

inilah yang menjadi kekhasan suatu eksperimen dibandingkan dengan penelitian yang lain. Sesuai dengan tujuannya untuk mengetahui efek suatu perlakuan, maka penelitian eksperimen ini merupakan penelitian yang bersifat prediktif, yaitu meramalkan akibat dari suatu manipulasi terhadap variabel terikatnya. Dengan pemberian suatu perlakuan, kita dapat meramalkan akibat apa yang akan terjadi pada variabel terikatnya.

Berdasarkan pengertian tersebut penelitian eksperimen benar-benar untuk melihat hubungan sebab akibat. Perlakuan yang kita lakukan terhadap variabel bebas kita lihat hasilnya pada variabel terikat. Sehingga peneliti melakukan perlakuan terhadap variabel bebas dan mengamati perubahan pada variabel terikat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 2 Kalianda tahun ajaran 2022/2023 pada bulan juli 2022. Sebelum hasil penelitian diperoleh, peneliti mengadakan penyebaran instrument/angket tanggung jawab belajar kepada peserta didik sebelum diberikan perlakuan dan kemudian akan diberikan perlakuan oleh peneliti.

Berdasarkan pada tujuan penelitian, maka hasil penelitian yang dapat dilaporkan yaitu tentang gambaran tanggung jawab belajar peserta didik sebelum diberi layanan konseling kelompok berbasis *self management*, gambaran tanggung jawab belajar peserta didik setelah diberi layanan konseling kelompok berbasis *self management*, dan apakah konseling kelompok berbasis *self management* dapat meningkatkan rendahnya tanggung jawab belajar peserta

didik dan seberapa besar peningkatannya pada peserta didik.

Tabel 4.2
Tanggung Jawab Belajar Peserta Didik
Kelompok Eksperimen Sebelum
Pelaksanaan Konseling Kelompok Berbasis
Self Management

NAMA	Jumlah Total		
	Skor	%	Kategori
BSA	48	32%	R
DM	57	38%	R
DRD	53	35%	R
DA	46	31%	R
MA	50	33%	R
PBY	52	34%	R
YS	55	37%	R
Rata-rata	51,57	34,28%	R

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa rata-rata tanggung jawab belajar peserta didik pada kelas eksperimen termasuk dalam kriteria rendah, yaitu dengan persentase sebesar 34,28%. Nilai tersebut berkisar antara rentangan persentase sebesar 46,67% dengan kriteria rendah. Sampel yang digunakan memiliki tingkat tanggung jawab belajar yang memperoleh skor terendah dengan tujuan untuk dapat meningkatkan tanggung jawab belajar tersebut menjadi lebih tinggi.

Tabel 4.3
Tanggung Jawab Belajar Peserta Didik
Kelas Control Sebelum Pelaksanaan
Konseling Kelompok

NAMA	Jumlah Total		
	Skor	%	Kategori
A	50	33%	R
A	37	24%	R
FR	56	37%	R
G	53	35%	R
PR	45	30%	R
R	45	30%	R
R	70	46%	R
Rata-rata	50,85	33,57%	R

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa rata-rata tanggung jawab belajar peserta didik pada kelas control termasuk dalam kriteria rendah,

EFEKTIFITAS TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN TANGGUNG JAWAB BELAJAR PADA PESERTA DIDIK KELAS XI SMA NEGERI 2 KALIANDA

yaitu dengan persentase sebesar 33,57%. Nilai tersebut berkisar antara rentangan persentase sebesar 46,67% dengan kriteria rendah. Sampel yang digunakan memiliki tingkat tanggung jawab belajar yang memperoleh skor terendah dengan tujuan untuk dapat meningkatkan tanggung jawab belajar tersebut menjadi lebih tinggi.

Untuk mengetahui peningkatan tanggung jawab belajar peserta didik kelas XI SMA Negeri 2 Kalianda setelah diberikan layanan konseling kelompok berbasis *self management*, dapat dilihat melalui analisis dari hasil *pre test* dan *post test*. Hasil tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 4.7

Perbedaan Tanggung Jawab Belajar Peserta Didik Sebelum dan Sesudah Diberikan Layanan Konseling Kelompok Berbasis Self Management

Nama	Pre Test		Post Test	
	Skor	Kriteria	Skor	Kriteria
BSA	48	Rendah	102	Tinggi
DM	57	Rendah	100	Tinggi
DRD	53	Rendah	105	Tinggi
DA	46	Rendah	101	Tinggi
MA	50	Rendah	104	Tinggi
PBY	52	Rendah	104	Tinggi
YS	55	Rendah	103	Tinggi
Rata-rata	51,57	Rendah	119,83	Tinggi

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa dari 7 peserta didik tersebut mengalami peningkatan tanggung jawab belajar. 7 peserta didik yang sebelumnya berada pada kategori rendah setelah diberi treatment berupa konseling individual berbasis *self management* 7 peserta didik tersebut mengalami peningkatan ke kategori tinggi. Dari perhitungan rata-rata tanggung jawab belajar peserta didik sebelum mendapatkan perlakuan adalah 51,57 dan termasuk kategori rendah. Namun, setelah

mendapatkan perlakuan konseling kelompok berbasis *self management* rata-rata tanggung jawab belajar peserta didik mengalami peningkatan sebesar 119,83 dan termasuk dalam kategori tinggi.

Untuk mengetahui peningkatan tanggung jawab belajar peserta didik kelas XI SMA Negeri 2 Kalianda setelah diberikan layanan konseling kelompok berbasis *self management*, dapat dilihat melalui analisis dari hasil *pre test* dan *post test*. Hasil tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 4.7

Perbedaan Tanggung Jawab Belajar Peserta Didik Sebelum dan Sesudah Diberikan Layanan Konseling Kelompok Berbasis Self Management

Nama	Pre Test		Post Test	
	Skor	Kriteria	Skor	Kriteria
BSA	48	Rendah	102	Tinggi
DM	57	Rendah	100	Tinggi
DRD	53	Rendah	105	Tinggi
DA	46	Rendah	101	Tinggi
MA	50	Rendah	104	Tinggi
PBY	52	Rendah	104	Tinggi
YS	55	Rendah	103	Tinggi
Rata-rata	51,57	Rendah	119,83	Tinggi

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa dari 7 peserta didik tersebut mengalami peningkatan tanggung jawab belajar. 7 peserta didik yang sebelumnya berada pada kategori rendah setelah diberi treatment berupa konseling individual berbasis *self management* 7 peserta didik tersebut mengalami peningkatan ke kategori tinggi. Dari perhitungan rata-rata tanggung jawab belajar peserta didik sebelum mendapatkan perlakuan adalah 51,57 dan termasuk kategori rendah. Namun, setelah mendapatkan perlakuan konseling kelompok berbasis *self management* rata-

rata tanggung jawab belajar peserta didik mengalami peningkatan sebesar 119,83 dan termasuk dalam kategori tinggi.

Analisis data untuk mengetahui apakah konseling kelompok berbasis *self management* dapat meningkatkan tanggung jawab belajar peserta didik dapat diketahui melalui hasil *pre test* dan *post test* dengan menggunakan analisis statistik nonparametrik yaitu *Uji Wilcoxon*.

Kesimpulan dari hasil uji *Wilcoxon* berdasarkan dari output SPSS, terlihat bahwa *Asymp.Sig (2 tailed)* bernilai 0,018. Karena nilai 0,018 yang berarti nilai probabilitas lebih kecil dari pada nilai signifikansi α 0.05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak karena terbukti bahwa pemberian *self management* dapat meningkatkan tanggung jawab belajar peserta didik dan H_a diterima, yaitu terjadi peningkatan tanggung jawab belajar peserta didik yang tinggi setelah diberikan perlakuan.

Maka dapat disimpulkan kembali bahwa terdapat pengaruh Efektifitas Teknik *Self Management* terhadap tanggung jawab belajar peserta didik kelas XI SMA Negeri 2 Kalianda.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai meningkatkan tanggung jawab belajar dengan layanan konseling kelompok berbasis *self management* pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 2 Kalianda, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tanggung jawab belajar peserta didik setelah diberikan layanan konseling kelompok berbasis *self management* pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 2 Kalianda menunjukkan bahwa indikator yang masuk dalam

peningkatan persentase tertinggi yaitu indikator dapat berkonsentrasi dalam belajar, sedangkan indikator yang persentase peningkatannya paling rendah yaitu memiliki tanggung jawab erta kaitannya dengan prestasi di sekolah. Meskipun begitu, sepuluh indikator seluruhnya mengalami peningkatan, hal tersebut disebabkan peserta didik sudah memahami dan mengerti tentang pwntingnya tanggung jawab belajar sehingga kesadaran dan perilaku peserta didik untuk bertanggung hawab belajar lebih tinggi setelah diberi *treatment*.

2. Terdapat peningkatan tanggung jawab belajar pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 2 Kalianda sebelum dan setelah mendapatkan layanan konseling kelompok berbasis *self management* dari kriteria rendah menjadi kriteria tinggi setelah diberikan layanan konseling kelompok berbasis *self management*.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan tanggung jawab belajar pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 2 Kalianda antara sebelum dan setelah diberikan *treatment* layanan konseling kelompok berbasis *self management*.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, NZ. (2017). Teknik-teknik Konseling (teori dan contoh aplikasi penerapan). Semarang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
- Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rinneka Cipta.
- Hasnida. (2016). *Konseling Kelompok*. Jakarta: Prenada Media Group.

EFEKTIFITAS TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN TANGGUNG JAWAB BELAJAR PADA PESERTA DIDIK KELAS XI SMA NEGERI 2 KALIANDA

- Hartono & Soedarmadji. (2012). *Psikologi Konseling*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Komalasari, dkk. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta Barat: PT. Indeks.
- Kurniawan, D, dan Heriansyah M. (2017). Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Mahasiswa. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia* 2 (2), 2477-2240.
- Latipun. (2011). *Psikologi Eksperimen*. Malang: UMM Press.
- Monica, AM. (2017). Efektivitas Layanan Konseling Behavioral dengan Teknik *Self-Management* untuk Mengembangkan Tanggung Jawab Belajar pada Peserta Didik Kelas XI SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017. *E Journal: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 3 (6), 2089-9955.
- Muratama, SM. (2018). Layanan Konseling Behavioral Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Disiplin dan Tanggung Jawab Belajar Siswa di Sekolah. *Jurnal Hasil-hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri* 5 (1), 2579-3036.
- Ningrum, LP. Diniaty, A. (2020). Tanggung Jawab Belajar Siswa dan Pengembangannya Melalui Layanan Bimbingan Konseling. *Jurnal Administrasi Pendidikan & Konseling Pendidikan* 1 (1).
- Nursalim. (2013). *Strategi dan Intervensi Konseling*. Jakarta Barat: Indeks.
- Sari, SR. Bermuli, JE. (2021). Pembentukan Karakter Tanggung Jawab Siswa pada Pembelajaran Daring Melalui Implementasi Pendidikan Karakter. *Jurnal Kependidikan* 7 (1), 110-121.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryanti, DE. Parmawanti, A. Muhid, A. (2021). Pentingnya Pendekatan Teknik *Self Management* Dalam Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Dimasa Pandemi Covid 19. *Jurnal Ilmiah BK* 4 (2), 2599-1221.
- Syafitri, R. (2017). Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Melalui Strategi Giving Questions and Getting Answers pada Siswa. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan* 1 (2), 57-63.
- Wiantisa, NF, dan Widyastuti, AD. (2021). Konseling Individual Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Akademik Siswa. Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Islami. 482-495.
- Widoyoko. (2014). *Penilaian Hasil Pembelajaran di Sekolah*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.