

**PENGUNAAN TEKNIK CINEMATHERAPY DALAM MENINGKATKAN  
KEDISIPLINAN SISWA KELAS IX SMP AL-AZHAR 3 BANDAR  
LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

Widya Anggraini<sup>1</sup>, Joko Sutrisno AB<sup>2</sup>, Siti Zahra Bulantika<sup>3</sup>

<sup>123</sup>STKIP PGRI Bandar Lampung

<sup>1</sup>[widyaanggraini131@gmail.com](mailto:widyaanggraini131@gmail.com), <sup>2</sup>[jokosutrisnoab@gmail.com](mailto:jokosutrisnoab@gmail.com), <sup>3</sup>[sitizhrabulantika@gmail.com](mailto:sitizhrabulantika@gmail.com)

**Abstrak:** Permasalahan dalam penelitian ini adalah Apakah penggunaan media cinematherapy dapat meningkatkan kedisiplinan siswa kelas IX SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung tahun pelajaran 2022/2023? dan Bagaimana penggunaan media cinematherapy dapat meningkatkan kedisiplinan siswa kelas IX SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung tahun pelajaran 2022/2023? Tujuan penelitian Untuk menganalisis peningkatan kedisiplinan melalui penggunaan media cinematherapy siswa kelas IX SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung tahun pelajaran 2022/2023 dan Untuk mendeskripsikan penggunaan media cinematherapy dalam meningkatkan kedisiplinan siswa kelas IX SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung tahun pelajaran 2022/2023. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK). Konsep pokok dalam penelitian ini terdiri dari empat komponen pokok juga menunjukkan langkah, yaitu perencanaan (*planning*), tindakan (*acting*), mengamati (*observing*), dan (*reflecting*). Adapun teknik pengumpulan datanya menggunakan observasi sebagai teknik pokok. Adapun teknik pelengkap dalam pengumpulan datanya menggunakan metode dokumentasi. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh kesimpulan bahwa pelaksanaan layanan dengan teknik cinematherapy yang efektif untuk meningkatkan disiplin siswa, yaitu dilakukan oleh peneliti sebagai guru BK dengan dibantu oleh observer yaitu guru BK, dengan diikuti sejumlah siswa kelas IX yang memiliki kecenderungan disiplin rendah, mereka diberi pemahaman agar mengikuti kegiatan bimbingan klasikal untuk meningkatkan pemahaman disiplinnya menjadi lebih baik.

**Kata Kunci:** Teknik *Cinematherapy*, Kedisiplinan

**Abstract:** *The problem in this study is whether the use of cinematherapy media can improve the discipline of class IX students at SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung in the 2022/2023 academic year? and How can the use of cinematherapy media improve the discipline of class IX students at SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung for the 2022/2023 academic year? The research objectives were to analyze the increase in discipline through the use of cinematherapy media for class IX students at SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung for the 2022/2023 academic year and to describe the use of cinematherapy media in increasing the discipline of class IX students at SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung for the 2022/2023 academic year. This study uses the guidance and counseling action research method (PTBK). The main concept in this study consists of four main components that also show steps, namely planning, acting, observing, and reflecting. The data collection technique uses observation as the main technique. As for complementary techniques in data collection using the documentation method. Based on the results of data analysis, it can be concluded that the implementation of services using cinematherapy techniques is effective for increasing student discipline, which is carried out by researchers as counseling teachers assisted by observers, namely counseling teachers, followed by a number of class IX students who have low discipline tendencies, they are given an understanding so that following classical guidance activities to improve their understanding of the discipline for the better.*

**Keywords:** *Cinematherapy Techniques, Discipline*

## PENDAHULUAN

Disiplin menjadi hal sangat penting diajarkan pada anak untuk mempersiapkan anak belajar hidup sebagai makhluk sosial. Disiplin yang dimiliki anak akan membantu anak itu sendiri dalam tingkah lakunya sehari-hari, baik di sekolah maupun di rumah. Anak akan mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan yang dihadapinya. Aturan yang terdapat di sekolah akan bisa dilaksanakan dengan baik jika anak sudah memiliki disiplin yang ada dalam dirinya.

Disiplin merupakan suatu hal yang sangat mutlak dalam kehidupan manusia, karena seorang manusia tanpa disiplin yang kuat akan merusak sendi-sendi kehidupannya, membahayakan diri dan manusia lain, bahkan alam sekitarnya dalam arti yang lebih luas disiplin berarti setiap macam pengaruh yang ditunjukkan untuk menolong anak mempelajari cara-cara menghadapi tuntutan-tuntutan yang mungkin diajukan terhadap lingkungannya. Kedisiplinan adalah sebuah kunci bagi sekolah untuk mengantarkan siswa-siswanya menjadi pribadi yang mandiri. Karena dengan disiplin siswa akan memiliki pola hidup yang tertata dan teratur.

Individu yang memiliki kedisiplinan akan mampu mengembangkan kepribadian yang positif dan mampu memperoleh prestasi yang memuaskan. Berdisiplin akan membuat seseorang memiliki kecakapan mengenai cara belajar yang baik, juga merupakan bentuk proses kearah pembentukan yang baik, yang akan menciptakan suatu pribadi yang luhur. Apalagi dalam dunia pendidikan yaitu sekolah, sebab disiplin siswa merupakan cerminan perilaku dan merupakan kunci dari kesuksesan suatu organisasi pendidikan dalam meningkatkan kualitas bagi pelajar. pembentukan disiplin siswa karena adanya tatanan hidup dalam sendi-sendi keagamaan serta tata karma dalam kehidupan bermasyarakat yang implementasinya dalam kehidupan sehari-hari, oleh sebuah lembaga atau organisasi.

Seringkali perilaku disiplin dilator belakanginya karena adanya paksaan atau aturan yang mengekang sehingga sering juga di asumsikan bahwa disiplin itu menakutkan dan cenderung kaku. Ada

beberapa alasan mengapa seorang siswa kurang disiplin, yaitu karena kurangnya kesadaran akan betapa pentingnya disiplin, bisa juga karena rasa malas untuk disiplin, belum terbiasa bersikap disiplin, serta belum bisa tegas terhadap diri sendiri. Menurut penelitian (Noviani, 2012) proses disiplin dapat dicapai melalui pembelajaran dan pelatihan. Sulit untuk membiasakan disiplin pada awalnya, akan tetapi dapat membawa manfaat yang besar bagi dirinya dan lingkungan sekitarnya. Tentu dalam hal ini banyak orang dituntut untuk ikut serta guna mencapai kedisiplinan diantaranya dari siswa, orangtua, serta guru di sekolah.

Berdasarkan hasil observasi awal, diketahui bahwa masih banyak siswa di kelas IX SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung tahun pelajaran 2022/2023 yang tidak disiplin baik waktu, belajar maupun peraturan yang ada di sekolah. Permasalahan tersebut dapat diatasi melalui tahapan preventif, represif dan kuratif. Dalam tahap kuratif siswa yang melanggar kebijakan atau peraturan akan diberikan teguran. Jika dilakukan secara terus-menerus atau melanggar maka akan diberi peringatan. Jika di beri peringatan masih saja melanggar maka, peran guru BK dalam hal ini adalah memberikan layanan bimbingan. Siswa yang tidak terbiasa disiplin ia akan mengalami kesulitan saat terjun di dalam kehidupan masyarakat, terlebih dalam dunia kerja yang sangat menuntut kedisiplinan.

Ada beberapa manfaat penting dalam menggunakan teknik cinematherapy. Salah satu keuntungan (McGrath, 1989) adalah: (1) Film memberikan alternatif cara untuk menciptakan perubahan dalam cara yang tidak mengancam. (2) Film memberi kesempatan klien untuk aman dalam menilai ide-ide dan perilaku alternatif. Dua poin yang penting adalah saat pemilihan film yang tepat dan mengikuti pedoman cinematherapy. Solomon mengatakan bahwa ide dalam pemilihan film adalah memilih film yang mencerminkan masalah siswa saat ini. Dengan menonton film atau video dapat melibatkan kesadaran remaja, dapat mengidentifikasi hubungan dengan situasi

dan karakter dalam film yang mengarah ke eksplorasi dan wawasan pribadi sambil menjaga jarak emosional dari pengalaman stres. Cinematherapy dapat menjadi intervensi yang kuat untuk penyembuhan dan pengembangan bagi siapa saja yang terbuka untuk belajar bagaimana film mempengaruhi individu. Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti Penggunaan media cinematherapy dalam meningkatkan kedisiplinan siswa kelas IX SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung tahun pelajaran 2022/2023.

### 1. Kedisiplinan

Menurut Masruroh Siti (2012:3) Disiplin adalah patuh terhadap perintah dan aturan di mana individu dapat mengembangkan kemampuan untuk mendisiplinkan diri sendiri sebagai salah satu ciri kedewasaan individu. Kedisiplinan merupakan salah satu faktor penunjang dalam meningkatkan mutu pendidikan/sekolah. Disiplin adalah ketaatan/kepatuhan pada peraturan, Dalam penerapan disiplin perlu dibuat peraturan dan tata tertib yang benar-benar realistis menuju suatu titik yaitu kualitas.

Menurut Chairul Rochman dalam kamus webster (2011:25 dan 33 ), disiplin adalah latihan untuk menumbuhkan kendali diri, karakter atau keteraturan dan efisiensi, sebuah definisi umum yang menyiratkan, sah-sah saja dan bukan hal yang mustahil untuk ditanamkan dalam kehidupan seseorang. Disiplin dapat ditegakkan tergantung pada bagaimana orang tua memandang kemampuan anak dalam disiplin. Manfaat yang diperoleh jika anak dibiasakan berdisiplin bagi kehidupannya sekarang dan akan datang apa ? anak itu butuh aturan. Kalaupun kadang orang tua yang tidak konsisten . jadi , kalau orang tua konsisten dengan disiplin , tentunya anak-anak akan terbiasa yang pertama mereka akan mudah diajak kerja sama sebab mereka tahu apa yang harus mereka kerjakan. Karna disiplin yang preventif itu sesuai dengan kerja otak . jadi otak itu jika mendengar kalimat positif, tak menjadi lentur. semua terduga dan tidak kejutan ketika mereka berbuat salah tidak tiba-tiba dihukum, tetapi orang tua nya tetap mengingatkan.

### 2) Tujuan Kedisiplinan

Menurut Maman Rachman dalam Ernawati ika (2015:6) mengemukakan bahwa tujuan disiplin sekolah adalah:

- 1) Memberi dukungan bagi terciptanya perilaku yang tidak menyimpang.
- 2) Mendorong siswa melakukan yang baik dan benar.
- 3) Membantu siswa memahami dan menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungannya dan menjauhi melakukan hal-hal yang dilarang oleh sekolah.
- 4) Siswa belajar hidup dengan kebiasaan-kebiasaan yang baik dan bermanfaat baginya serta lingkungannya.
- 5) Kedisiplinan diterapkan tanpa menunjukkan kelemahan, tanpa menunjukkan amarah dan kebencian, kalau perlu dengan kelembutan agar para pelanggar kedisiplinan menyadari bahwa disiplin itu diterapkan demi kebaikan dan kemajuan dirinya.
- 6) Kedisiplinan mesti diterapkan secara tegas, adil dan konsisten.

Menurut Agustin Sukses Dakhi (2020.8-9) Beberapa yang harus diperhatikan dan dilaksanakan guna mencegah siswa bertindak tidak disiplin, yaitu:

1. Guru memberikan teladan yang baik, teladan yang ditampilkan guru akan lebih baik daripada sekedar teguran dan menasehati. Contoh nya guru memberi contoh atau teladan untuk tidak terlambat datang pagi hari, bila bel berbunyi segera bergegas menuju kelas atau ruang belajar sesuai jadwal.
2. guru wajib memberi tugas rumah kepada siswa dengan tujuan agar pelajaran yang disekolah diulangi kembali dan mengurangi ketergantungan siswa pada gawai atau gadget yang dapat mengakibatkan kecanduan yang membahayakan
3. meningkatkan minat baca siswa, selain menambah wawasan siswa juga dapat mengubah siswa melakukan hal yang positif.
4. guru harus bersikap tegas terhadap siswa yang melakukan tindakan tidak disiplin, terutama siswa yang sering melanggar tata tertib.
5. mengembangkan bakat siswa melalui

kegiatan ekstrakurikuler dan waktu luang siswa dapat terisi dengan kegiatan yang positif, asalkan saja tidak terlalu membebankan orang tua dalam hal pembiayaan.

6. Penting pelajaran pendidikan karakter kepada siswa, termasuk pelaksanaan ibadah pagi, peduli kasih dengan kunjungan sosial ke panti asuhan dan sebagainya. Karakter yang positif akan mencegah siswa terjerumus dalam tindakan tidak disiplin
7. kerja sama pihak sekolah/guru dengan orang tua siswa untuk mengontrol, mengendalikan atau mengarahkan siswa, sehingga kedua belah pihak sama-sama memiliki kepedulian dan tanggung jawab terhadap siswa.

Menurut Bistak Sirait ( 2008:11) menyatakan bahwa tujuan utama dari sebuah sikap kedisiplinan adalah untuk mengarahkan anak supaya ia mampu untuk mengontrol dirinya sendiri. selain itu juga supaya anak dapat melakukan aktivitas dengan terarah, sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Menurut Charles Schifer (dalam Yasin, 2013:128) tujuan kedisiplinan ada dua macam yaitu:

- a. Tujuan jangka pendek adalah membuat anak-anak anda terlatih dan terkontrol, dengan mengajarkan mereka bentuk-bentuk tingkah laku yang pantas dan yang tidak pantas atau yang masih asing bagi mereka.
- b. Tujuan jangka panjang adalah perkembangan pengendalian diri sendiri dan pengaruh diri sendiri (self control dan self direction) yaitu dalam hal mana anak dapat mengarahkan diri sendiri tanpa pengaruh dan pengendalian dari luar. Kedisiplinan mempunyai dua macam tujuan yaitu: a) Membantu anak menjadi matang pribadinya dan mengembangkan pribadinya dari sifat ketergantungan menuju tidak ketergantungan, sehingga ia mampu berdiri sendiri diatas tanggung jawab sendiri. b) Membantu anak untuk mampu mengatasi, mencegah timbulnya problem-problem disiplin dan berusaha menciptakan situasi yang favorable bagi kegiatan belajar mengajar, dimana

merekamentaati segala peraturan yang telah ditetapkan.

Faktor Yang Mempengaruhi Kedisiplinan Menurut Ekosiswoyo dalam Ernawati Ika (2015:6) faktor- factor yang mempengaruhi kedisiplinan, antara lain Dari sekolah, contohnya

- 1) Tipe kepemimpinan guru atau sekolah yang otoriter yang senantiasa mendiktekan kehendaknya tanpa memperhatikan kedaulatan siswa..
- 2) Guru yang membiarkan siswa berbuat salah, lebih mementingkan pelajaran dari pada siswanya.
- 3) Lingkungan sekolah seperti: hari-hari pertama dan hari-hari akhir sekolah (akan libur atau sesudah libur), pergantian pelajaran, pergantian guru, jadwal yang kaku atau jadwal aktivitas sekolah yang kurang cermat, suasana yang gaduh, dll.

4) Jenis –jenis kedisiplinan

Menurut G.R Terry yang dikutip oleh Rahman (2011:25-26) mengatakan bahwa jenis-jenis untuk menciptakan sebuah kedisiplinan yang akan dapat timbul baik dari diri sendiri maupun dari perintah, yang terjadi dari:

- a. Self Imposed Disipline, yaitu kedisiplinan yang timbul dari sendiri atas dasar kerelaan, kesadaran dan bukan timbul atas paksaan. Kedisiplinan ini timbul karena seseorang merasa terpenuhi kebutuhannya dan merasa telah
- b. menjadi bagian dari organisasi sehingga orang akan tergugah hatinya untuk sadar dan secara sukarela memenuhi segala peraturan yang berlaku.
- c. Command Dicine, yaitu kedisiplinan yang timbul karena paksaan, perintah dan hukuman serta kekuasaan. Jadi kedisiplinan ini bukan timbul karena perasaan ikhlas dan kesadaran akan tetap timbul karena adanya paksaan/ ancaman dari orang lain.

5) Unsur-unsur Kedisiplinan

Disiplin lahir, tumbuh dan berkembang dari sikap seseorang di dalam sistem nilai budaya yang telah ada di dalam masyarakat.

Terdapat unsur pokok yang membentuk kedisiplinan yaitu sikap yang telah ada pada diri manusia dan sistem nilai budaya yang ada di dalam masyarakat. Dan perpaduan antara sikap dan sistem nilai budaya yang menjadi pengaruh dan pedoman tadi mewujudkan sikap mental berupa perbuatan dan tingkah laku. Hal inilah yang pada dasarnya disebut kedisiplinan (Priyodarminto, 1994:24).

Hurlock (2003:85-92) mengungkapkan bahwa bila kedisiplinan diharapkan mampu mendidik anak untuk berperilaku sesuai dengan standar yang ditetapkan kelompok sosial mereka, ia harus mempunyai empat unsur pokok, yaitu:

- a. Peraturan sebagai pedoman perilaku. Pokok pertama disiplin adalah peraturan. Peraturan merupakan suatu pola yang ditetapkan untuk tingkah laku. Pola tersebut dapat ditetapkan oleh orang tua, guru atau teman bermain. Tujuannya adalah untuk membekali anak dengan pedoman perilaku yang disetujui dalam situasi tertentu.
- b. Hukuman untuk pelanggaran peraturan. Hukuman berasal dari kata kerja latin *punire* yang berarti menjauhkan hukuman pada seseorang karena suatu kesalahan, perlawanan atau pelanggaran sebagai ganjaran dan pembalasan.
- c. Penghargaan untuk perilaku yang baik dan yang sejalan dengan peraturan yang berlaku. Istilah "penghargaan" berarti tiap bentuk penghargaan untuk suatu hasil yang baik. Penghargaan tidak harus berbentuk materi, tetapi dapat berupa kata-kata pujian, senyuman dan tepukan dipunggungnya.
- d. Konsisten dalam peraturan dan dalam cara yang digunakan untuk mengajarkan dan memaksanya. Konsisten berarti tingkat keseragaman atau stabilitas. Ia tidak sama dengan ketetapan, yang berarti tidak ada perubahan. Artinya kecenderungan menuju kesamaan. Konsisten harus menjadi ciri semua aspek kedisiplinan. Harus ada konsistensi dalam perubahan yang digunakan sebagai pedoman perilaku, konsistensi dalam cara peraturan ini diajarkan dan dipaksakan, dalam hubungan yang diberikan pada mereka

yang tidak menyesuaikan pada standar, dan dalam penghargaan bagi mereka yang menyesuaikan.

## 6) Cara Menanamkan Kedisiplinan

Ada ratusan buku cara terbaik untuk mendisiplinkan anak, namun disiplin yang efektif dapat disarikan menjadi beberapa prinsip dan strategi sederhana (Shapiro, 2001:33-34), diantaranya yaitu:

- a) Buatlah aturan yang bagus yang jelas dan berlakukan dengan tegas. Lebih baik lagi bila aturan-aturan itu ditulis dan ditempelkan.
- b) Berperingatan atau petunjuk apabila anak anda mulai berbuat salah. Ini cara terbaik untuk mengajari mereka cara mengendalikan diri.
- c) Bentuklah perilaku positif dengan mendukung perilaku yang baik melalui pujian atau perhatian dan mengabaikan perilaku yang sengaja dilakukan untuk menarik perhatian anda.
- d) Didiklah anak sesuai dengan harapan anda. Secara umum orang tua tidak meluangkan waktu yang cukup untuk membicarakan dengan anak perihal nilai atau aturan, juga tentang mengapa semua itu penting.
- e) Cegah masalah sebelum terjadi. Menurut psikologi perilaku, kebanyakan masalah terjadi akibat rangsangan atau pertanda tertentu, tidak terjadi begitu saja. Memahami tanda-tanda dan menghilangkan rangsangan-rangsangan akan membantu anda menghindari situasi yang memicuperangai buruk.
- f) Apabila peraturan yang telah dinyatakan dengan jelas dilanggar, baik dengan sengaja atau karena terpaksa, langsung tanggap dengan hukuman yang sesuai. Bersikaplah konsisten dengan melakukan apa yang anda katakan akan anda lakukan.
- g) Apabila hukuman tidak dapat dilakukan, pastikan bahwa hukuman itu setara dengan pelanggaran atau perilaku buruk yang dilakukan.
- h) Biasakan diri anda dengan sejumlah teknik pendisiplinan yang paling sering dianjurkan.

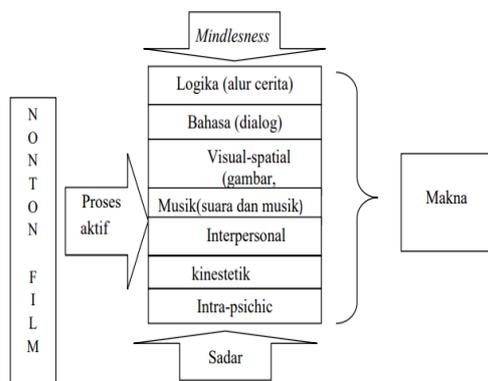
## 8. Teknik cinematherapy

### 1). Pengertian Teknik cinematherapy

Cinema therapy telah muncul sebagai intervensi berkhasiat untuk orang dewasa, remaja dan anak-anak. Dengan melihat dan mendiskusikan film, klien dan terapis dapat mengakses bermakna metaforis konten untuk proses pekerjaan termasuk didalamnya belajar (Solomon, 2001: 2). Selanjutnya menurut (Suarez, dalam Michael 2006 : 1) “cinema therapy adalah proses menggunakan film dalam terapi sebagai metafora untuk meningkatkan pertumbuhan dan wawasan klien” . Penelitian terbaru juga menunjukkan bahwa proses pembelajaran dipercepat dan tingkat retensi meningkat bila konten metaforis bermakna (yaitu cerita/film) yang digunakan selama proses pembelajaran.

### 2) Konsep Teknik cinema therapy

Teknik cinema therapy membawa pengaruh terhadap motivasi belajar siswa. Berikut akan dijabarkan hal apa saja yang termasuk dalam sebuah film (Demir, 2008: 2):



Bagan 1. Prosesognisi saat menonton film (Adaptasi dari Imaduddin, 2011)

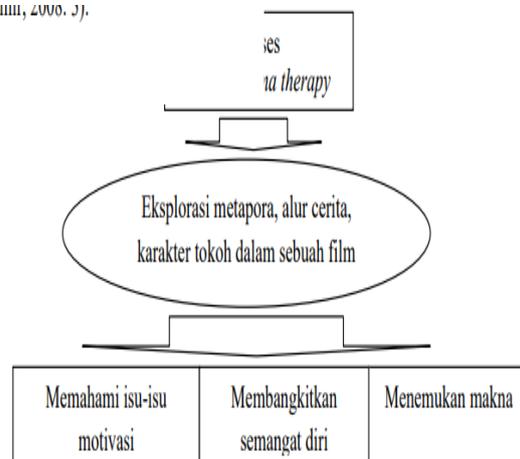
Bagan di atas dapat dijelaskan sebagai berikut:

- Logika (alur cerita): menandakan bagaimana seseorang dapat memahami bagaimana setting alur cerita dalam film atau cinema.
- Bahasa (dialog): adanya pemahaman dialog atau isi cerita dalam film.
- Visual- spacial (gambar, warna, simbol): dalam proses aktif nonton film pasti ada unsur gambar, hal itu menjadi dasar sugesti dengan adanya indera yang berperan untuk melihat yang

kemudian membawa informasi melihat ke dalam proses kerja otak dalam memaknai arti simbol atau gambar.

- Musik (suara & musik): efek musik juga berpengaruh untuk memberikan Min Mindlessness Makna Visual-spatial (gambar, warna,simbol ) Bahasa (dialog) Logika (alur cerita) N O N T O N F I L M P Proses aktif Musik(suara dan musik) Interpersonal kinestetik Intra-psichic Sadar sugesti ke dalam alam
- bawah sadar penonton. Penggunaan musik dalam film adalah hal yang mendukung dalam proses pemberian sugesti.
- Interpersonal: berkaitan dengan bagaimana diri dapat memahami keadaan personal dari tokoh yang diceritakan dalam film atau cinema.
- Kinestetik: atau kata lainnya adalah seni atau keindahan. Merupakan unsur film yang memiliki unsur kinestetik dalam memberikan pengaruh kepada penonton. Kinestetik berkaitan pula dengan gambar bergerak yang memberikan efek visual yang mendorong penonton untuk dapat memahami arti alur film yang diceritakan.
- Intra-psychic: merupakan keadaan jiwa personal, yang dapat membimbing dalam penemuan makna dari film yang dijadikan metode dalam cinema therapy. Di dalam proses aktif rasionalisasi film atau sinema, ada alur kerja sampai penonton menemukan titik penemuan makna, yang dijabarkan sebagai berikut (Demir, 2008: 3):

III, 2000. 3).



Bagan 2. Group Cinema Therapy (Adaptasi dari Imaduddin, 2011)

Memahami alur cerita dan karakter tokoh dalam sebuah film, menimbulkan proses kerja berikut:

- a. Dengan melihat film, itu menandakan bahwa terjadi kerja aktif dalam otak yang menunjukkan diri memahami isu-isu emosi yang ditandai dengan timbulnya pemahaman dengan sebuah alur cerita dalam film.
- b. Terapi dengan menggunakan film atau sinema ternyata dapat membangkitkan semangat di alam bawah sadar kita. Dengan menonton film luapan ekspresi emosi terjadi. Penonton seperti terkena sihir, seolah berada di dalam alur cerita film.
- c. Titik akhir dari cinema therapy adalah menemukan makna atau maksud dari alur cerita film. Penemuan makna ini yang kemudian dapat mendorong untuk tampil seperti apa yang semestinya, bisa berupa motivasi, hubungan depresi, percaya diri.

### 3) Tujuan Teknik Cinematherapy

Tujuan utama dari teknik Cinema Therapy (Demir, 2008: 2) adalah untuk secara langsung menyediakan pengalaman emosional terapeutik dengan klien. Film atau video sudah akrab bagi kebanyakan orang, sehingga klien dan terapis dapat saling berbagi pengalamannya membantu membangun hubungan terapeutik. Cinema Therapy dilakukan dengan merefleksi dan berdiskusi tentang karakter, gaya bahasa, atau arketipe dalam film atau video. Melalui film dapat belajar bagaimana perilaku yang tidak diinginkan menjadi berperilaku yang diinginkan. Film atau video sangat mempengaruhi individu karena dampak sinergis dari musik, dialog, pencahayaan, sudut kamera, dan efek suara. Dengan film atau video membawa penonton kedalam setiap adegan, dan memandang peristiwa dari dalam seolah dikelilingi oleh karakter dalam film. Cinema Therapy memungkinkan klien menilai secara visual karakter-karakter yang ada dalam film berinteraksi dengan orang lain, dan lingkungannya.

### 4) Manfaat cinema therapy

Hesley (dalam Byrd, 2006 :3 ) mengidentifikasi Manfaat cinema therapy yaitu dapat membantu memperbaiki kondisi emosi dan mental dengan jalan memberikan efek untuk berimajinasi dengan plot, karakter, musik dan sebagainya, yang membuat pikiran seseorang mendapat ilham, terinspirasi, pelepasan emosional atau kelegaan dan perubahan alami. Pada dasarnya manusia telah diberikan perasaan alami seperti tertawa dan menangis untuk melepaskan diri dari rasa sedih yang menyakitkan. Film pada umumnya lebih banyak menyebarkan gagasan-gagasannya melalui emosi daripada melalui intelektual, sehingga dapat menetralkan naluri untuk menekan perasaan dan mencetuskan pelepasan emosi. Film membantu menyalurkan perasaan siswa atau klien dengan menimbulkan emosi-emosi yang selama ini tertahan didalam dirinya dengan lebih mudah daripada menuangkan perasaan tersebut pada kehidupan nyata dengan orang yang sebenarnya. klien juga dapat merasakan pengalaman emosional yang tersembunyi dari kesadaran mereka melalui identifikasi karakter tertentu dan keadaan-keadaan sulit para tokoh dalam film. Cinema therapy dalam bentuk bimbingan kelompok, anggota kelompok akan mengalami penyembuhan dan transformasi karena orang lain juga hadir untuk berbagi dan berempati.

### 5) Tahapan cinema therapy

Untuk melaksanakan Cinema Therapy menurut Hesley (dalam Byrd, 2006 :3 ) dapat ditempuh dengan beberapa tahapan. Dalam Cinema Therapy terdapat beberapa tahapan atau langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Pengarahan  
Mempersiapkan atau menyusun petunjuk membantu individu untuk mempersiapkan diri. Hal ini juga dapat membantu individu untuk menangkap kesan mereka, dan mampu mengingat mereka proses dalam sesi menonton film. Dalam petunjuk ini dapat direkomendasi seperti; agar tetap nyaman dalam menonton, memperhatikan posisi tubuh, mengatur pernapasan guna untuk

melepaskan ketegangan, dan hal terkait reaksi pribadi yang terbentuk.

## B. Kajian Penelitian Yang Relevan

Penelitian yang relevan adalah penelitian yang digunakan sebagai perbandingan dalam menghindari manipulasi terhadap sebuah karya ilmiah dan menguatkan tentang penelitian yang penulis lakukan benar-benar belum pernah dilakukan oleh

orang lain. Penelitian terdahulu yang relevan pernah dilakukan diantaranya adalah :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Afiatin Nisa (2016) dengan Judul “Peranan Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peranan guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa di MTs Ar Rahman Jakarta Timur. Menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Sumber data dalam penelitian ini adalah kepala sekolah, guru Bimbingan dan Konseling dan siswa kelas VII 80 siswa, melalui teknik purposive sampling. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket, wawancara dan observasi. Angket ditujukan ke siswa/responden, Wawancara dilakukan terhadap kepala sekolah dan guru Bimbingan dan Konseling serta observasi dilakukan dengan mengamati keadaan lingkungan sekolah dan keberadaan sekolah. Simpulan dari penelitian ini adalah bahwa Peranan Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan kedisiplinan Belajar Siswa di MTs Ar Rahmah dalam katagori Sangat baik.

Penelitian Fajriani, Nurjanah, Desi Loviana pada tahun 2016 tentang “Selfmanagement Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa: Studi di SMA Negeri 5 Banda Aceh”. Penelitian ini mengambil kasus di SMA Negeri 5 Banda Aceh. Penelitian melakukan studi pendahuluan tentang masalah kedisiplinan. Populasi penelitian adalah seluruh peserta didik SMA Negeri 5 Banda Aceh yang mengalami masalah kedisiplinan belajar.

Penelitian ini dilaksanakan dalam format kelompok maka jumlah kelompok yang diambil sampel adalah 10 orang peserta didik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Variabel terikat yang akan diukur adalah kedisiplinan belajar peserta didik. Penelitian ini menggunakan model Pra-experimental dengan One-group pre-test and post-test design, dimana dilakukan tes awal (pre-test) pada suatu subjek dengan melihat hasil angka berskala, kemudian memberikan perlakuan (treatment) dengan teknik self-management kepada peserta didik yang mempunyai disiplin

2. Wulan(2011) Universitas Sanata Dharma Yogyakarta, dengan judul “Tingkat Kedisiplinan Para Anak Asuh Penghuni Panti Asuhan Brayat Pinuji Boro terhadap Tata Tertib Panti Asuhan dan Usulan Program Layanan Bimbingan yang Sesuai”. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan metode survey. Hasil penelitian ini adalah anak asuh yang memiliki tingkat kedisiplinan kategori tinggi berjumlah 26 orang (58%) dan anak asuh yang memiliki tingkat kedisiplinan rendah berjumlah 19 orang (42%).Persamaan penelitian di atas dengan penelitian ini yaitu meneliti tingkat kedisiplinan terhadap tata tertib. Pada penelitian di atas subjek penelitian yaitu anak asuh di panti asuhan, sedangkan penelitian ini menggunakan subjek siswi yang tinggal di asrama.

## Hipotesis Tindakan

Hipotesis merupakan suatu jenis jawaban/dugaan sementara terhadap masalah yang dipikirkan benar tetapi masih membutuhkan pembuktianpembuktian atas kebenarannya. Arikunto (2006:7) mengatakan “hipotesis merupakan suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul”.

Adapun hipotesis tindakan dalam penelitian ini adalah media cinematherapy dapat meningkatkan kedisiplinan siswa kelas IX SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung tahun pelajaran 2022/2023.

## METODE PENELITIAN

### A. Setting Penelitian

Tempat penelitian ini dilakukan di SMP Al Azhar 3 Bandar Lampung, siswa akan diberikan layanan kedisiplinan melalui cinematherapy guna meningkatkan kedisiplinan siswa. Tempat penelitian dilaksanakan di SMP Al Azhar 3 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2022/2023.

### B. Subjek dan Objek Penelitian

#### Subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah guru dan siswa kelas IX SMP Al Azhar 3 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2022/2023. Peneliti menentukan satu kelas yang dijadikan subjek dalam penelitian ini yang mana dalam 1 kelas terdiri dari 28 siswa yang terindikasi memiliki kedisiplinan yang rendah, sehingga subjek dalam penelitian ini berjumlah 28 siswa. Penentuan subjek menggunakan teknik purposive sampling teknik yaitu Pada teknik purposive sampling, yang ditekankan untuk menjadi subjek adalah karena adanya pertimbangan karakteristik atau ciri-ciri tertentu.

#### 2. Objek

Objek dalam penelitian ini adalah penggunaan teknik cinematherapy dan kedisiplinan siswa kelas IX SMP Al Azhar 3 Bandar Lampung tahun pelajaran 2022/3023.

### Metode dan Prosedur Penelitian

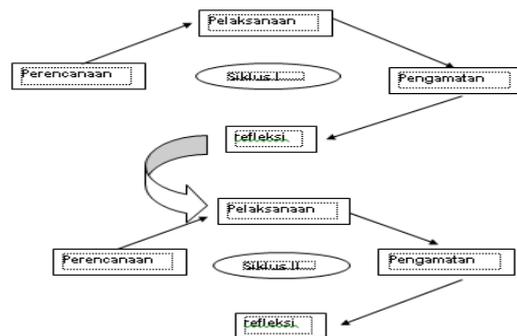
#### 1. Metode Penelitian

Menurut Arikunto (2008:160) bahwa metode penelitian adalah cara yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitiannya. Di dalam penelitian ini penulis menggunakan metode Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK). Istilah dari Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) dapat diartikan sebagai suatu bentuk penelitian yang bersifat secara langsung dengan melakukan Tindakan-tindakan tertentu agar dapat memperbaiki dan meningkatkan hal-hal yang diinginkan demi tercapainya tujuan tertentu. Penelitian tindakan merupakan pengumpulan informasi yang sistematis yang dirancang untuk

menghasilkan perubahan sosial, Bodgan & Biklen (Madya, 2009:9).

#### 2. Prosedur Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus. Dalam siklus I dilakukan 3 kali pertemuan dan 3 kali pertemuan pada siklus II. Dalam penelitian tindakan ini masing-masing siklus terdiri dari perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi. Jadi dalam penelitian tindakan kelas ini masing-masing siklus terdiri dari:



Gambar 1. Siklus PTK arikunto (2019:97)

#### 1. SIKLUS I

- Perencanaan (Planning) : Peneliti membuat kerangka pedoman observasi dan materi tentang pelaksanaan layanan konseling dengan teknik cinematherapy yang didasarkan sesuai dengan kebutuhan dan tujuan dilakukannya kegiatan
- Pelaksanaan tindakan : Peneliti memberikan materi dan mengajak siswa untuk Tahap kedua dari Penelitian tindakan kelas adalah pelaksanaan, pada saat melaksanakan tindakan untuk melakukan perbaikan menuju tujuan yang ingin dicapai, peneliti harus mampu meningkatkan praktek mengajarnya, meningkatkan kemampuan berkolaborasi dengan sejawat
- yang menjadi rekan untuk berdiskusi dan membantu pelaksanaan tindakan kelas yang dilakukan, serta meningkatkan kondisi pembelajaran di kelasnya. Dan juga peneliti menerapkan apa
- yang telah direncanakan pada tahap satu yaitu melakukan tindakan kelas. Pada tahap ini tindakan harus sesuai dengan rencana, tetapi harus terkesan ilmiah dan tidak rekayasa. Pada saat siswa melakukan aktivitas belajar peneliti mengobservasi dan mengamati aktivitas

siswa satu persatu. Kegiatan ini dibagi menjadi 3 tahapan yaitu kegaitasan awal, kegiatan inti dan kegiatan penutup.

- e) Observasi: Hal yang harus diamati oleh observer adalah aktivitas siswa selama berlangsungnya proses pembelajaran, dan proses pembelajaran dapat terlaksana sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran, selanjutnya dilakukan analisis hasil observasi untuk mengetahui keaktifan siswa, guru dan jalannya pembelajaran. Sebetulnya sedikit kurang tepat kalau pengamatan ini dipisahkan dengan pelaksanaan tindakan, Karena seharusnya pengamatan dilakukan pada waktu tindakan sedang dilakukan. Jadi keduanya berlangsung dalam waktu yang sama.
- f) Refleksi : Tahap keempat merupakan kegiatan untuk mengemukakan kembali apa yang sudah dilakukan. Tahap ini dilakukan untuk mengetahui tingkat keberhasilan tujuan peneliti. Tujuan dari refleksi adalah untuk mengetahui keberhasilan dari proses pembelajaran dan mempertimbangkan apakah perlu dilakukan siklus ke II (dua).

## 2. SIKLUS II

- a) Perencanaan (Planning) : Peneliti membuat kerangka pedoman observasi dan materi tentang pelaksanaan layanan konseling dengan teknik cinematherapy yang didasarkan sesuai dengan kebutuhan dan tujuan dilakukannya kegiatan
- b) Pelaksanaan tindakan : Peneliti memberikan materi efikasi diri dan mengajak siswa untuk Tahap kedua dari Penelitian tindakan kelas adalah pelaksanaan, pada saat melaksanakan tindakan untuk melakukan perbaikan menuju tujuan yang ingin dicapai, peneliti harus mampu meningkatkan
- c) praktek mengajarnya, meningkatkan kemampuan berkolaborasi dengan sejawat yang menjadi rekan untuk berdiskusi dan membantu pelaksanaan tindakan kelas yang dilakukan, serta meningkatkan kondisi pembelajaran di kelasnya. Dan juga peneliti menerapkan apa yang telah direncanakan pada tahap satu yaitu melakukan tindakan kelas.

Pada tahap ini tindakan harus sesuai dengan rencana, tetapi harus terkesan ilmiah dan tidak rekayasa. Pada saat siswa melakukan aktivitas belajar peneliti mengobervasi dan mengamati aktivitas siswa satu persatu. Kegiatan ini dibagi menjadi 3 tahapan yaitu kegaitasan awal, kegiatan inti dan kegiatan penutup.

### Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Data yang akan dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data kedisiplinan siswa. Untuk mengumpulkan data kedisiplinan siswa tersebut menggunakan teknik angket/kuesioner. Angket adalah alat pengumpulan data secara tertulis yang berisi serangkaian pertanyaan atau pernyataan berhubungan dengan topik tertentu yang diisi oleh siswa/ konseli dan hasilnya digunakan untuk menggali serta menghimpun keterangan, informasi atau data sebagaimana dibutuhkan. (Yohana 2017: 95). Adapun kisi-kisi angket dalam penelitian ini sebagai berikut:

**Tabel 3.1**  
**Kisi-Kisi Angket Kedisiplinan**

<b>No</b>	<b>Jenis Kedisiplinan</b>	<b>Nomor Pernyataan</b>
1	Self Imposed Disipline	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10
2	Command Dicipline	11,12,13,14,15,16,17,18,19,20

### Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan terhadap hasil pengamatan. Analisis data kualitatif menurut milles and Hubermen adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan akan berubah bila ditemukan bukti-bukti yang kuat, yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat penelitian ke lapangan pengumpulan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan credible.

credible. Kemudian dari data yang diperoleh dapat dianalisis nilai rata-rata peserta didik, dan ketuntasan klasikal setelah adanya tindakan. Sebagaimana rumus berikut ini:

a. Nilai rata-rata peserta didik

Nilai rata-rata peserta didik dihitung dengan menggunakan rumus sebagai berikut (Arikunto, 2011: 264)

$$\bar{X} = \frac{\sum x}{N}$$

Keterangan:

$\bar{X}$  = Rata-Rata

$\sum x$  = Jumlah Nilai Peserta

Didik

$N$  = Jumlah Peserta Didik

b. Presentase Klasikal

Presentase belajar secara klasikal menurut (Mulyasa, 2004: 137) dapat dihitung dengan teknik analisis deskriptif persentase berikut ini:

$$P = \frac{\sum n}{\sum n} \times 100\%$$

Keterangan:

$P$  = Persentase

$\sum n_1$  = Jumlah Siswa

$\sum n$  = Jumlah Total Siswa

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

#### Sejarah singkat SMP Alazhar 3 Bandar Lampung

Yayasan Al-Azhar Lampung berdiri berdiri pada tanggal 7 Juli, tahun 1982 dengan akte notaris Imron Ma'ruf,SH dengan No. 26 tanggal 7 Juli 1982, dalam perjalanannya hingga saat ini telah mengasuh berbagai lembaga pendidikan yakni 18 TK, 2 SD, 3 SLTP, 3 SMU, 1 MTs, 1 MA, dan lembaga non formalnya pendidikan Diniyah serta TKATPA yang tersebar diseluruh wilayah Lampung, Yayasan Al-Azhar Lampung berpusat di Jl. Gunung Tanggamus Raya No. 34 Perumnas Kecamatan Kedaton Kota Bandar Lampung. Yayasan Al-Azhar Lampung didirikan oleh para tokoh yang peduli akan pendidikan dan da'wah yakni sbb : 1 Bpk. Ir. Hi. Muswardi Thaher 2 Ibu Hj. Mudjimah Azhari 3 Bpk. Drs. Hi. Tjik Ayub Asumat 4 Bpk. M. Syamsuddin 5 Bpk. Suhardi, MD 6 Ibu Roswati Arifin Saat ini yayasan Al-Azhar Lampung dibawah pimpinan Bapak Ir. H. Muswardi Thaher.

SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung didirikan pada tahun 1982 oleh Kepala Depdikbud Propinsi Lampung, yaitu Bapak M. ZABIDIN. SK pendirian sekolah: 1721.12.1.61.1989 Tanggal SK Pendirian : 1989-10-06 SK Izin Operasional: 18241.12.BIU1989 Tanggal SK Izin Operasional : 1989-12-13. Luas Tanah 1 Keadaan bangunan permanen 3168 m<sup>2</sup> 2 Luas Daerah 1635 .

Visi SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung.

"Mewujudkan sekolah berkualitas yang bernuansa Islami.

### Analisis Data

Pelaksanaan tindakan pembelajaran dengan menggunakan teknik cinematherapy pada siswa kelas IX C yang berpedoman pada rencana pelaksanaan layanan serta perencanaan tindakan yang telah disusun sebelumnya. Layanan Konseling yang digunakan adalah bertujuan untuk meningkatkan kedisiplinan siswa dalam belajar simana pada setiap siklus pembelajaran peneliti didampingi oleh guru Bimbingan dan Konseling di SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung. Terdapat empat tahapan yang dapat dilakukan pada setiap siklus yaitu, 1) perencanaan 2) pelaksanaan tindakan, 3) observasi dan evaluasi tindakan, 4) refleksi. Adapun analisis data dalam penelitian ini meliputi data awal, siklus I dan siklus II.

a) Keadaan awal kedisiplinan Siswa

Dalam deskripsi hasil penelitian tentang "upaya meningkatkan kedisiplinan melalui teknik cinematherapy siswa kelas IX SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung tahun pelajaran 2022/2023." peneliti mendapatkan data awal melalui hasil observasi, wawancara, dan angket.

**Tabel 4.1**  
**Data Pra Siklus**

Sebaran Data	Nilai
Nilai Tertinggi	75
Nilai Terendah	30
Median	60
Rata-rata	58,67

Berdasarkan sebaran data pada awal siklus kedisiplinan siswa yang diperoleh sebagaimana terlihat dalam tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai tertinggi sebesar 75, nilai terendah sebesar 30, median sebesar 60 dan rata-rata diperoleh 58,67,

jumlah siswa yang tingkat kedisiplinan tergolong sangat baik atau memiliki nilai A ada 0 siswa dari 34 siswa yang hadir (0%). Siswa yang tergolong baik atau memiliki nilai B ada 5 siswa (17,85%). Siswa yang tergolong cukup baik atau memiliki nilai C ada 13 siswa (46,42 %). Siswa yang tergolong kurang baik atau memiliki nilai D ada 6 Siswa (21,42 %). yang tergolong tidak baik atau memiliki nilai E ada 4 siswa 14,28%.

Hasil penelitian dari upaya meningkatkan kedisiplinan siswa oleh guru BK yaitu melalui beberapa tahapan, antara lain sebagai berikut :

1. Identifikasi Masalah

Hasil wawancara dengan guru BK, beliau mengatakan bahwasannya terlebih dahulu melakukan tahapan identifikasi masalah pada siswa yaitu dengan mencari keterangan mengenai masalah-masalah yang dilakukan siswa.

Langkah-langkah yang dilakukan oleh guru BK dalam mengidentifikasi masalah yang dilakukan siswa adalah dilihat dari buku BK (catatan pelanggaran siswa) dan buku absen BK kelas IX. Berikut ini akan dijelaskan mengenai buku BK dan buku absen BK kelas IX, antara lain sebagai berikut :

a. Buku BK (Catatan Pelanggaran Siswa)

Buku catatan pelanggaran siswa ini berisi catatan pelanggaran yang dilakukan oleh siswa, contohnya seperti terlambat bergabung zoom meeting sebagai media pembelajaran daring dengan berbagai alasan yang tidak jelas, membolos sekolah, tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran, berpenampilan yang tidak sesuai peraturan sekolah, dan lain sebagainya. Buku ini juga yang dijadikan landasan guru BK untuk memberikan layanan konseling dan media yang digunakan kepada siswa yang melakukan perilaku tidak disiplin di sekolah.

b. Buku Absen BK kelas IX

Buku absen BK kelas IX ini berisi daftar kehadiran siswa setiap harinya, sebagai bukti kehadiran siswa kelas IX. Buku ini juga dijadikan landasan oleh guru BK untuk memberikan layanan berupa teknik cinematherapy terhadap siswa yang melakukan perilaku tidak disiplin di sekolah. Jadi, berdasarkan buku BK dan buku absen BK kelas IX, terdapat beberapa perilaku tidak disiplin yang dilakukan oleh siswa kelas IX C, sehingga layanan konseling individu ini dijadikan layanan oleh guru BK untuk meningkatkan kembali kedisiplinan sekolah siswa. Adapun masalah-masalah yang dilakukan siswa antara lain tidak disiplin waktu.

1) Refleksi

Kegiatan refleksi ini mendiskusikan hasil observasi tindakan kelas siklus I yang harus dicatat sebagai bahan masukan untuk perbaikan pada tindakan selanjutnya yaitu: Siswa tidak berani mengajukan pertanyaan. Pada tahap refleksi, peneliti memberikan angket sebagai hasil pasca siklus I. Hal ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar peningkatan kedisiplinan siswa jika dibandingkan dengan hasil pra siklus dan pasca siklus I. Adapun hasil dari pasca siklus I dari lembar angket siswa adalah sebagai berikut:

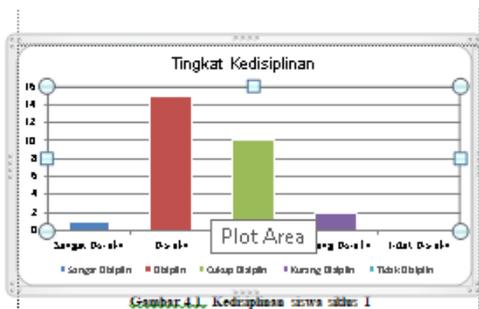
**Tabel 4.3**  
**Data Siklus I**

Sebaran Data	Nilai
Nilai Tertinggi	80
Nilai Terendah	55
Median	70
Rata-rata	69, 21

Berdasarkan sebaran data pada awal siklus kedisiplinan siswa yang diperoleh sebagaimana terlihat dalam tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai tertinggi sebesar 80, nilai terendah sebesar 55, median sebesar 70 dan rata-rata diperoleh 69, 21, Untuk penggolongan kategori hasil sub variabel secara keseluruhan adalah:

Berdasarkan tabel di atas, jumlah siswa yang tingkat kedisiplinan tergolong sangat baik atau memiliki nilai A ada 1 siswa dari 34 siswa yang hadir (3,57%). Siswa yang tergolong baik atau

memiliki nilai B ada 15 siswa (53,57%). Siswa yang tergolong cukup baik atau memiliki nilai C ada 10 siswa (35,71 %). Siswa yang tergolong kurang baik atau memiliki nilai D ada 1 Siswa (7,14 %). yang tergolong tidak baik atau memiliki nilai E ada 0 siswa 00,00%. Berdasarkan penjelasan tersebut, secara garis besar dapat dikatakan bahwa siswa yang kedisiplinannya tergolong baik atau memiliki nilai B ke atas berjumlah 16 siswa dari 28 siswa yang hadir atau 57,14% untuk lebih jelas dapat dilihat dalam grafik dibawah ini :



**Gambar 4.1. Kedisiplinan siswa siklus I**

Berdasarkan hasil evaluasi pada siklus 1, ditemukan bahwa masih ada 3 siswa yang masih dalam kategori rendah dan yang lainnya sudah masuk dalam kategori disiplin, diduga siswa yang masih dalam kategori rendah ini belum bisa menyerap materi kegiatan, karena pada siklus I yang terjadi hanya interaksi antara guru dan siswa, serta belum ada contoh nyata yang dapat dilihat bagaimana layaknya berperilaku disiplin, selain itu siswa membutuhkan topik yang lebih menarik dalam video dan sebagainya agar lebih membangkitkan semangat dalam melaksanakan kegiatan bimbingan klasikal. Kelemahan yang ada pada siklus 1 ini

#### A. Pembahasan

Pendidikan merupakan usaha atau kegiatan yang dijalankan dengan sengaja, teratur dan berencana dengan maksud mengubah atau mengembangkan perilaku yang diinginkan. Perilaku tersebut antara lain adalah perilaku yang disiplin. Menurut Syamsul Yusuf, (2011:140) disiplin merupakan salah satu kebutuhan dasar anak, dalam rangka pembentukan dan pengembangan wataknya secara sehat. Tidak ada hal yang lebih penting dalam

manajemen diri dibandingkan dengan disiplin. Selain pentingnya menemukan arah dan tujuan hidup yang jelas, disiplin juga merupakan syarat mutlak untuk mencapai cita-cita atau melaksanakan misi hidup. Seorang anak harus disiplin dalam mengembangkan dirinya (*lifetime improvements*) dalam segala aspek, disiplin dalam mengelolawaktu serta disiplin dalam melatih keterampilan setiap bidang yang dipilihnya. Selain itu, disiplin adalah syarat mutlak bagi anak yang akan membangun sebuah kebiasaan baru.

Setelah peneliti melakukan kegiatan pada siklus 2, terjadi peningkatan yang cukup signifikan pada kelima siswa. Peningkatan itu diketahui melalui hasil peroleh skor dengan rata-rata pada siklus I sebesar 69,21 dan pada siklus II sebesar 74,10 dengan demikian, terjadi peningkatan kedisiplinan siswa sebanyak 4,8 %. Adapun peningkatan tersebut dapat diamati melalui grafik sebagai berikut:

#### Perbandingan kondisi awal, siklus 1, dan siklus 2



Dari hasil analisis data di atas maka dapat dinyatakan bahwa “Meningkatkan kedisiplinan siswa dalam belajar melalui teknik cinematherapy pada siswa SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung dapat diterima. Artinya teknik cinematherapy dapat digunakan untuk meningkatkan kedisiplinan siswa.

#### Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah :

- 1) Penelitian melibatkan subjek penelitian dengan jumlah yang terbatas, yaitu 28 siswa. Sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan pada kelompok subjek dengan jumlah besar.

- 2) Masih terdapat beberapa responden yang tidak lengkap dalam mengisi kuesioner, dan beberapa responden yang mengisi kuesioner dengan tidak serius.

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa

1. Penggunaan teknik cinematherapy dapat meningkatkan kedisiplinan pada siswa kelas IX SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung tahun pelajaran 2022/2023. Kesimpulan ini didasarkan hasil penelitian rata-rata kedisiplinan pada pra siklus sebesar 58,67, siklus I sebesar 69, 21 dan pada siklus II sebesar 74,10.
2. Pelaksanaan layanan ini melalui beberapa tahap yang meliputi tahap perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Pada tahap tindakan dilakukan dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi, memadukan dengan pemutaran teknik cinematherapy (video film pendek) serta Layanan bimbingan ini efektif dalam meningkatkan disiplin siswa di SMP Alazhar 3 Bandar Lampung. Ada disiplin yang tinggi, ada juga yang rendah, disiplin yang rendah ditingkatkan melalui salah satu layanan bimbingan dan konseling yaitu teknik cinematherapy yang merupakan salah satu layanan yang dapat membantu siswa dalam meningkatkan kedisiplinan. Jadi melalui Penerapan teknik cinematherapy dapat meningkatkan kedisiplinan siswa dalam belajar SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung .

### **REKOMENDASI**

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti memberikan rekomendasi kepada beberapa pihak yaitu:

#### **Kepala Sekolah**

Udiharapkan lebih memperhatikan bagaimana perkembangan kedisiplinan siswa disekolah, guru tidak hanya memperhatikan nilai akademik siswa saja, karena guru juga harus menanamkan kepada siswa bahwa disiplin itu penting karena hal ini dapat mempengaruhi masadepan siswa

sehingga akan berimbas pada kepribadian siswa serta juga nilai akademik.

#### **Guru BK**

Hendaknya layanan bimbingan dan konseling dirancang melalui bimbingan klasikal tidak hanya dengan metode ceramah dan diskusi tetapi dipadukan dengan penggunaan multimedia serta guru senantiasa memilih media yang menarik dan memberikan nilai positif serta memperhatikan aspek psikologis siswa.

#### **Siswa**

Bagi seluruh siswa diharapkan dapat lebih mampu lagi dalam meningkatkan disiplin agar tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik dan Setiap siswa hendaknya lebih menyadari pentingnya disiplin baik ditinjau dari segi agama, etika dan pengaruhnya terhadap prestasi belajar dan kesuksesan masadepan yang dicapai.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Balson, Maurice. (1981). *Menjadi Orang Tua Yang Sukses*. Jakarta: PT Gramedia.
- Basti, Sikha dkk. 2014. *Upaya Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Kelas IX SMA Negeri 1 Wates Dalam Mengikuti Pembelajaran Penjas orkes Melalui Reinforcement (Penguatan)*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Djamarah, Syaiful Bahri dan Aswan Zain. (2010). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dakhi, Agustin Sukses. (2020). *Kiat Sukses Meningkatkan Disiplin Siswa*. Yogyakarta: CV Budi Utama.
- Dra. Siti Masruroh. 2011. *Upaya Peningkatan Kedisiplinan masuk kegiatan belajar mengajar melalui cinematherapy pada siswa IX CH SMA negeri 4 Surakarta Semester Satu*.

- Ernawati, Eka. 2014. *Pengaruh Layanan Informasi dan Bimbingan Pribadi Terhadap Kedisiplinan Siswa Kelas IXI MA Cokroaminoto Wanadadi Banjarnegara Tahun Ajaran 2014/2015*.
- Gunawan, Heri. (2012). *Pendidikan karakter Konsep dan Implementasi*, Bandung: Alfabeta.
- Joni Purwono, Sri Yutmini, Sri Anitah. 2014. *Penggunaan Media Audio-Visual Pada Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam di sekolah menengah pertama negeri 1 pacitan*. Jurnal. UNS.
- Lickona, Thomas. (1991). *Mendidik Untuk Membentuk Karakter*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sulaeman, Amir Hamzah. (1981). *Media Audio-Visual*. Jakarta: PT Gramedia.
- Parijo, Yopi Junaidi. 2014. *Pengaruh Disiplin Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Ekonomi SMAS Taman Mulia*.
- Rochma, Chaerul dan Edi Warsidi. (2011). *Membangun Disiplin Dalam Mendidik*. Yogyakarta: BMCreativa.
- Sanjaya, Wina. (2010). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Prenada MediaGroup.
- Sikha, Basti Nursetya dan Erwin Setyo Kriswanto. 2014. *Upaya meningkatkan kedisiplinan siswa kelas IX sma negeri 1 wates dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes melalui reinforcement (penguatan)*. Jurnal. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sapto, Haryoko. 2009. *Efektivitas Pemanfaatan Media Audio-Visual Sebagai Alternatif Optimalisasi Model Pembelajaran*. Jurnal. Universitas Negeri Makasar.
- Winkel, W.S. (2009). *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar*. Jakarta: Media Abadi.
- Yusuf, Syamsu dan Achmad Juntika Nurihsan. (2007). *Teori Kepribadian*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Zain, Aswan. (2007). *Media Audio Visual*. Jakarta: Pustaka Jaya.
- Zulbahri, dkk. 2019. *Upaya Meningkatkan Pemahaman Disiplin Siswa Melalui Layanan Bimbingan Klasikal Menggunakan Teknik cinematherapy Pada Siswa Kelas IX Di SMA Negeri 9 Palembang*. Palembang: Universitas Sriwijaya.

