

## ABSTRAK

Dewi Masitoh, 126306202067, Layanan Konseling Behavioral Teknik *Self Management* dalam meningkatkan tanggung jawab belajar siswa kelas VIII SMP Aswaja Kunir Wonodadi Blitar.

Tanggung jawab yang rendah merupakan kondisi di mana seorang siswa kurang mengambil peran aktif dan inisiatif dalam proses pembelajaran. Dan menyebabkan hasil belajar yang tidak maksimal. Seseorang yang mengalami tanggung jawab belajar yang rendah akan mengalami kurangnya pengendalian dalam diri. Maka dari itu, pengelolaan dalam diri atau *Self Management* penting supaya dapat mengelola perilaku yang dilakukan dan rendahnya tanggung jawab dalam belajar bisa terhindar.

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mendeskripsikan proses dan hasil konseling behavioral dengan teknik *Self Management* dalam meningkatkan tanggung jawab belajar siswa kelas VIII SMP. Dalam penelitian ini menunjukkan bahwasanya proses konseling behavioral dengan teknik *Self Management* dalam meningkatkan tanggung jawab belajar siswa memiliki 3 tahapan yaitu: tahap pertama dengan *Self monitoring* atau memonitor diri, kemudian pada tahap kedua *Self Evaluation* atau mengevaluasi diri, dan tahap ketiga yaitu *Self Reinforcement* atau tahap pemberian penguatan, penghapusan dan hukuman. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus.

Adapun hasil dari konseling behavioral teknik *Self Management* ini menunjukkan bahwa siswa yang memiliki rendahnya tanggung jawab dalam belajar mengalami peningkatan. Hal ini dapat dilihat dari sebelum pelaksanaan konseling, konseli sering terlambat ke sekolah, tidur pada saat jam pelajaran, tidak konsentrasi ketika pembelajaran, dan tidak memenuhi aturan yang sesuai. Setelah diberikanya dengan menggunakan teknik *Self Management* konseli sudah mulai menunjukkan perubahan pada perilakunya, konseli sudah bisa untuk mengontrol dirinya, berbuat mandiri yaitu mengerjakan tugas secara mandiri, dan tingkat ketekunan yang lebih membaik.

**Kata kunci:** Konseling Behavioral, Teknik *Self Management*, Tanggung jawab belajar, 1 siswa

## ABSTRACT

*Dewi Masitoh, 126306202067, Behavioral Counseling Services Self Management Techniques in increasing the learning responsibility of class VIII students at Aswaja Kunir Wonodadi Blitar Middle School.*

*Low responsibility is a condition where a student takes less active role and initiative in the learning process. And causes learning outcomes that are not optimal. Someone who experiences low learning responsibility will experience a lack of self-control. Therefore, self-management or self-management is important so that you can manage your behavior and avoid low levels of responsibility in learning.*

*This research was conducted with the aim of describing the process and results of behavioral counseling using Self Management techniques in increasing the learning responsibility of class VIII SMP students. This research shows that the behavioral counseling process with Self Management techniques in increasing student learning responsibility has 3 stages, namely: the first stage is Self monitoring or self-monitoring, then the second stage is Self Evaluation or self-evaluating, and the third stage is the Self Reinforcement or stage providing reinforcement, elimination and punishment. This research uses a qualitative research method with a case study approach.*

*The results of the behavioral counseling Self Management technique show that students who have low levels of responsibility in learning experience improvement. This can be seen from before the implementation of counseling, counselees were often late for school, slept during class hours, did not concentrate when studying, and did not comply with the appropriate rules. After being given using the Self Management technique, the counselee has begun to show changes in his behavior, the counselee has been able to control himself, act independently, that is, do tasks independently, and his level of perseverance has improved.*

**Keywords:** *Behavioral Counseling, Self Management Techniques, Responsible learning, 1 student*

## ملخص

ديوي ماسيتوه، 126306202067، تقنيات الإدارة الذاتية لخدمات الاستشارة السلوكية في زيادة مسؤولية التعلم لطلاب الصف الثامن في المدرسة المتوسطة أسواجا كونير وونودادي بليتار.

المسؤولية المنخفضة هي حالة يكون فيها الطالب أقل نشاطاً ومبادرة في عملية التعلم. ويسبب نتائج تعلم غير مثالية. إن الشخص الذي يعاني من انخفاض مسؤولية التعلم سوف يعاني من نقص في ضبط النفس. لذلك فإن إدارة الذات أو الإدارة الذاتية مهمة حتى تتمكن من إدارة سلوكك وتجنب انخفاض مستويات المسؤولية في التعلم.

أجري هذا البحث بهدف وصف عملية ونتائج الإرشاد السلوكي باستخدام تقنيات الإدارة الذاتية في زيادة مسؤولية التعلم لدى طلاب الصف الثامن المدرسة المتوسطة. يوضح هذا البحث أن عملية الإرشاد السلوكي باستخدام تقنيات الإدارة الذاتية في زيادة مسؤولية التعلم لدى الطلاب تتكون من ثلاث مراحل وهي: المرحلة الأولى هي المراقبة الذاتية أو المراقبة الذاتية، ثم المرحلة الثانية هي التقييم الذاتي أو التقييم الذاتي، والمرحلة الثالثة هي التعزيز الذاتي أو مرحلة تقديم التعزيز والقضاء والعقاب. يستخدم هذا البحث طريقة البحث النوعي مع منهج دراسة الحالة. أظهرت نتائج أسلوب الإرشاد السلوكي لإدارة الذات أن الطلاب الذين لديهم مستويات منخفضة من المسؤولية في تحسين تجربة التعلم. ويمكن ملاحظة ذلك قبل تنفيذ الاستشارة، حيث كان المستفيدون في كثير من الأحيان يتأخرون عن المدرسة، وينامون أثناء ساعات الدراسة، ولا يركزون أثناء الدراسة، ولم يلتزموا بالقواعد المناسبة. بعد استخدام أسلوب إدارة الذات، بدأ المسترشد في إظهار تغيرات في سلوكه، وأصبح المسترشد قادراً على التحكم في نفسه، والتصرف بشكل مستقل، أي القيام بالمهام بشكل مستقل، وتحسن مستوى مثيرته.