

Pengaruh Layanan Penguasaan Konten dan Teknik *Self-Management* dalam Meningkatkan Disiplin Diri Peserta Didik di SMP Negeri 2 Lotu

Sebastiana Jeffi Lase^{1*}, Famahato Lase², Hosianna Rodearni Damanik³, Justin Foera-era Lase⁴

^{1, 2, 3, 4} Universitas Nias, Indonesia

* ¹sebastianalase@gmail.com, ²famahatolase@unias.ac.id,
³hosiannar.damanik@unias.ac.id, ⁴justinfoeraeralase@unias.ac.id

Abstract

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan penguasaan konten dan teknik *Self-Management* terhadap disiplin diri peserta didik di SMP Negeri 2 Lotu, baik secara parsial maupun simultan. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *One Group Pretest-Posttest*. Sampel penelitian berjumlah 23 peserta didik kelas VIII B yang ditentukan melalui purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan skala disiplin diri dan dianalisis melalui statistik deskriptif serta regresi linear berganda dengan uji t, uji F, dan koefisien determinasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata disiplin diri peserta didik meningkat dari 38,21 pada *pretest* menjadi 84,48 pada *posttest*. Secara parsial, layanan penguasaan konten berpengaruh positif dan signifikan terhadap disiplin diri dengan nilai $t_{hitung} = 6,564$ dan signifikansi 0,000, sedangkan teknik *Self-Management* juga berpengaruh positif dan signifikan dengan nilai $t_{hitung} = 3,621$ dan signifikansi 0,001. Secara simultan, kedua variabel berpengaruh signifikan terhadap disiplin diri dengan nilai $F_{hitung} = 21,578$ dan signifikansi 0,000. Nilai R Square sebesar 0,615 menunjukkan bahwa layanan penguasaan konten dan teknik *Self-Management* secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 61,5% terhadap disiplin diri peserta didik. Dengan demikian, layanan penguasaan konten yang dipadukan dengan teknik *Self-Management* dapat menjadi salah satu pendekatan yang relevan dalam meningkatkan disiplin diri peserta didik.

Keywords: *Layanan Penguasaan Konten, Self-Management, Disiplin Diri.*

Pendahuluan

Disiplin diri merupakan salah satu kemampuan yang perlu dimiliki peserta didik dalam menjalankan berbagai tuntutan akademik dan kehidupan sekolah. Disiplin diri tidak hanya berkaitan dengan kepatuhan terhadap aturan, tetapi juga mencerminkan kemampuan individu dalam mengendalikan perilaku, mengatur waktu, menyelesaikan tanggung jawab, serta mempertahankan komitmen tanpa selalu bergantung pada pengawasan pihak lain. Kemampuan tersebut sejalan dengan tujuan pendidikan sebagaimana tercantum dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang menempatkan kemandirian dan tanggung jawab sebagai bagian dari perkembangan peserta didik. Dalam kegiatan akademik, disiplin diri dapat terlihat melalui kesiapan mengikuti pembelajaran, ketepatan mengerjakan tugas, kepatuhan terhadap ketentuan sekolah, dan konsistensi dalam menjalankan kewajiban. Sebaliknya, disiplin diri yang rendah dapat ditandai dengan perilaku menunda tugas, kurang konsisten dalam belajar, serta rendahnya tanggung jawab terhadap tuntutan akademik (Madidar & Muhid, 2022).

Kemampuan disiplin diri menjadi semakin relevan pada jenjang SMP karena peserta didik berada pada fase remaja awal yang mengalami perkembangan kognitif, sosial, dan emosional. Perubahan tersebut menuntut peserta didik mulai memiliki kemampuan mengatur perilaku berdasarkan kesadaran dan tujuan yang ingin dicapai, bukan hanya karena adanya pengawasan dari guru maupun orang tua. Dalam perspektif teori kognitif sosial, pengendalian perilaku dapat berkembang melalui pengamatan terhadap diri, penilaian terhadap perilaku yang dilakukan, serta pemberian penguatan terhadap perilaku yang sesuai dengan tujuan (Al-Rashidi et al., 2022). Pandangan tersebut menunjukkan bahwa pembentukan disiplin diri perlu diarahkan pada pengembangan kemampuan regulasi diri, sehingga peserta didik mampu mengenali perilakunya, memahami konsekuensinya, dan melakukan perubahan berdasarkan evaluasi terhadap dirinya sendiri. Dengan demikian, pembinaan disiplin tidak cukup dilakukan melalui pemberian aturan, tetapi membutuhkan proses yang membantu peserta didik membangun kontrol diri secara bertahap.

Gambaran mengenai rendahnya disiplin diri ditemukan di SMP Negeri 2 Lotu berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti. Sejumlah peserta didik masih menunjukkan perilaku terlambat datang ke sekolah maupun memasuki kelas, tidak membawa perlengkapan pembelajaran, kurang memperhatikan penjelasan guru, serta tidak menyelesaikan tugas sesuai ketentuan. Pada saat guru memberikan tugas, sebagian peserta didik tidak segera mengerjakannya dan beberapa di antaranya cenderung menyalin pekerjaan teman menjelang waktu pengumpulan. Kondisi serupa terlihat selama pembelajaran berlangsung, ketika masih terdapat peserta didik yang mengobrol dengan teman sebangku dan kurang memberikan perhatian terhadap materi yang disampaikan guru. Perilaku tersebut menunjukkan bahwa kemampuan peserta didik dalam mengendalikan diri, mengatur aktivitas belajar, dan menjalankan tanggung jawab akademik masih belum berkembang secara optimal.

Permasalahan disiplin diri di SMP Negeri 2 Lotu juga berkaitan dengan kondisi layanan bimbingan dan konseling yang belum berjalan secara optimal. Sekolah tersebut belum memiliki guru Bimbingan dan Konseling yang definitif, sehingga penanganan permasalahan peserta didik selama ini lebih banyak dilakukan secara informal oleh wali kelas maupun guru mata pelajaran. Kondisi tersebut menyebabkan kebutuhan peserta didik terhadap layanan yang secara khusus mengembangkan kemampuan pengelolaan diri belum sepenuhnya terakomodasi melalui program bimbingan yang sistematis. Di sisi lain, perilaku peserta didik yang cenderung patuh ketika berada dalam pengawasan guru menunjukkan bahwa disiplin yang terbentuk belum sepenuhnya bersumber dari kesadaran internal. Kesenjangan inilah yang menunjukkan perlunya layanan yang mampu mengarahkan peserta didik untuk membangun kemampuan mengatur dan mengevaluasi perilakunya secara mandiri, bukan hanya meningkatkan kepatuhan terhadap aturan sekolah.

Layanan penguasaan konten dapat menjadi salah satu alternatif untuk menjawab kebutuhan tersebut karena layanan ini memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mempelajari dan mengembangkan kompetensi tertentu yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari. Kompetensi yang dikembangkan dapat berkaitan dengan keterampilan belajar, pengelolaan perilaku, pengambilan keputusan, maupun kemampuan pribadi yang mendukung perkembangan peserta didik (Rosyid, 2020; Widiyanti et al., 2023). Dalam konteks disiplin diri, materi layanan dapat

diarahkan pada kemampuan mengenali perilaku yang kurang sesuai, memahami dampaknya, menetapkan target perubahan, serta membangun kebiasaan yang lebih teratur. Pelaksanaan layanan penguasaan konten akan menjadi lebih terarah apabila dipadukan dengan teknik yang secara khusus melatih peserta didik untuk mengendalikan dan mengevaluasi perilakunya sendiri. Salah satu teknik yang relevan dengan kebutuhan tersebut adalah *Self-Management*.

Teknik *Self-Management* menempatkan peserta didik sebagai pihak yang aktif dalam proses perubahan perilaku melalui kemampuan mengamati, mengatur, dan mengevaluasi dirinya sendiri. Zahra & Purwoko (2025) menjelaskan bahwa *Self-Management* mencakup beberapa komponen, yaitu *self-monitoring*, *goal setting*, *self-evaluation*, dan *self-reinforcement*. *Self-monitoring* membantu peserta didik mengidentifikasi perilaku yang dilakukan, *goal setting* mengarahkan peserta didik menetapkan target perubahan, *self-evaluation* digunakan untuk menilai pencapaian terhadap target, sedangkan *self-reinforcement* memberikan penguatan terhadap perilaku positif yang berhasil dipertahankan. Penerapan tahapan tersebut sesuai dengan permasalahan yang ditemukan di SMP Negeri 2 Lotu karena peserta didik tidak hanya diarahkan untuk memahami arti disiplin, tetapi juga dilatih mengembangkan kebiasaan mengatur perilaku berdasarkan kesadaran dan tanggung jawab pribadi.

Pemilihan teknik *Self-Management* juga memiliki dasar empiris dari penelitian terdahulu. Rofianty & Setiawati (2026) menunjukkan bahwa teknik *Self-Management* dapat memberikan pengaruh terhadap peningkatan kedisiplinan peserta didik, sedangkan Gunawan & Wangid (2025) menunjukkan bahwa teknik tersebut berkontribusi terhadap perkembangan kemandirian akademik. Kedua temuan tersebut memperlihatkan bahwa keterampilan mengelola diri memiliki hubungan dengan kemampuan peserta didik dalam mengatur perilaku dan menjalankan tanggung jawab akademik. Meskipun demikian, penelitian yang mengintegrasikan teknik *Self-Management* ke dalam layanan penguasaan konten secara khusus untuk meningkatkan disiplin diri peserta didik pada jenjang SMP masih terbatas. Kondisi tersebut memberikan ruang bagi penelitian untuk menguji penerapan pendekatan tersebut dalam konteks permasalahan nyata yang ditemukan di SMP Negeri 2 Lotu.

Kebaruan penelitian ini terletak pada pengintegrasian teknik *Self-Management* ke dalam layanan penguasaan konten untuk meningkatkan disiplin diri peserta didik SMP Negeri 2 Lotu. Pendekatan tersebut menggabungkan pemberian pemahaman mengenai disiplin dengan latihan pengelolaan perilaku melalui *self-monitoring*, *goal setting*, *self-evaluation*, dan *self-reinforcement*. Dengan pola tersebut, peserta didik diarahkan untuk tidak hanya memahami pentingnya disiplin, tetapi juga mampu mengenali perilaku yang perlu diperbaiki, menetapkan target, memantau perkembangan, dan mempertahankan perubahan positif secara mandiri. Berdasarkan permasalahan empiris, landasan teoritis, dan hasil penelitian terdahulu, penelitian ini diarahkan pada judul “Pengaruh Layanan Penguasaan Konten dan Teknik *Self-Management* dalam Meningkatkan Disiplin Diri Peserta Didik SMP Negeri 2 Lotu.”

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *One Group Pretest-Posttest*. Pendekatan kuantitatif dipilih karena data penelitian berupa skor yang dianalisis secara statistik untuk menguji hipotesis. Desain penelitian melibatkan

satu kelompok peserta didik yang diberikan pengukuran awal (*pretest*), kemudian memperoleh perlakuan berupa layanan penguasaan konten dengan teknik *self-management*, dan selanjutnya diberikan pengukuran akhir (*posttest*). Variabel bebas dalam penelitian ini terdiri atas layanan penguasaan konten (X1) dan teknik *self-management* (X2), sedangkan variabel terikatnya adalah disiplin diri peserta didik (Y). Layanan penguasaan konten diarahkan pada penguasaan pemahaman, kebiasaan, dan keterampilan yang berkaitan dengan kedisiplinan, sedangkan teknik *self-management* dilakukan melalui *goal setting*, *self-monitoring*, *self-evaluation*, dan *self-reinforcement*. Disiplin diri dipahami sebagai kemampuan peserta didik dalam mengatur perilaku, waktu, tanggung jawab, serta konsistensi dalam menjalankan kegiatan belajar sesuai dengan aturan yang berlaku.

Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 2 Lotu pada Mei–Juni 2026. Populasi penelitian berjumlah 139 peserta didik, sedangkan sampel ditentukan menggunakan *purposive sampling* berdasarkan pertimbangan karakteristik dan kondisi kedisiplinan peserta didik. Sampel penelitian terdiri atas 23 peserta didik kelas VIII B yang menjadi satu kelompok penelitian. Instrumen utama yang digunakan adalah skala disiplin diri berbentuk skala Likert, sedangkan observasi dan dokumentasi digunakan sebagai teknik pendukung untuk memperoleh data mengenai perilaku disiplin dan pelaksanaan penelitian. Instrumen penelitian terlebih dahulu diuji validitas dan reliabilitasnya kepada 24 peserta didik kelas VIII A yang tidak termasuk sampel penelitian. Uji validitas menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* dengan r tabel 0,404, sedangkan reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha*.

Data penelitian dianalisis secara kuantitatif melalui analisis deskriptif dan analisis inferensial. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan kondisi disiplin diri peserta didik sebelum dan sesudah perlakuan melalui nilai rata-rata, standar deviasi, nilai minimum, nilai maksimum, frekuensi, dan persentase. Kriteria penilaian yang digunakan disajikan pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Kriteria Penilaian Disiplin Diri

No.	Rentang Skor	Persentase	Kategori
1	0–25,9	0–20,9%	Sangat Tidak Bagus
2	26–50,9	21–40,9%	Tidak Bagus
3	51–75,9	41–60,9%	Kurang Bagus
4	76–100,9	61–80,9%	Bagus
5	101–125	81–100%	Sangat Bagus

Sumber: Modifikasi dari Anggreani et al. (2026)

Lebih lanjut, sebelum pengujian hipotesis dilakukan uji prasyarat yang meliputi uji normalitas, linearitas, dan multikolinearitas. Uji normalitas menggunakan *Shapiro-Wilk*, uji linearitas menggunakan *Test for Linearity*, sedangkan multikolinearitas dilihat melalui nilai *Tolerance* dan VIF. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan regresi linear berganda untuk mengetahui pengaruh layanan penguasaan konten dan teknik *self-management* terhadap disiplin diri, baik secara simultan maupun parsial. Selanjutnya, uji F digunakan untuk mengetahui pengaruh kedua variabel bebas secara bersama-sama, uji t untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel secara parsial, dan koefisien determinasi (*Adjusted R Square*) untuk mengetahui besarnya kontribusi layanan penguasaan konten dan teknik *self-management* terhadap disiplin diri peserta didik.

Hasil

Hasil Uji coba Instrumen

1. Hasil Uji Validitas

Uji validitas dilakukan untuk mengetahui ketepatan instrumen dalam mengukur variabel penelitian. Pengujian menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* dengan bantuan SPSS versi 25 terhadap 24 peserta didik kelas VIII-A SMP Negeri 2 Lotu. Dengan $N = 24$ pada taraf signifikansi 5%, diperoleh r_{tabel} sebesar 0,404. Butir pernyataan dinyatakan valid apabila nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$. Hasil uji validitas terhadap instrumen disiplin diri (Y), layanan penguasaan konten (X1), dan teknik *Self-Management* (X2) disajikan pada Tabel 1 berikut:

Tabel 2. Hasil Uji Validitas Instrumen

Variabel	Jumlah Item	r_{tabel}	Rentang r_{hitung}	Keterangan
Disiplin Diri (Y)	20	0,404	0,408–0,859	Valid
Layanan Penguasaan Konten (X1)	20	0,404	0,413–0,909	Valid
Teknik <i>Self-Management</i> (X2)	20	0,404	0,417–0,713	Valid
Total	60	0,404	0,408–0,909	Seluruh item valid

Berdasarkan Tabel 2, seluruh instrumen penelitian memenuhi kriteria validitas yang ditetapkan. Pada variabel disiplin diri (Y), 20 butir pernyataan memperoleh nilai r_{hitung} antara 0,408 sampai 0,859. Nilai tersebut seluruhnya lebih besar daripada r_{tabel} sebesar 0,404, sehingga seluruh butir pada variabel disiplin diri dinyatakan valid. Hasil tersebut menunjukkan bahwa setiap butir memiliki hubungan yang memadai dengan konstruk disiplin diri yang diukur. Pada variabel layanan penguasaan konten (X1), 20 butir pernyataan memiliki nilai r_{hitung} antara 0,413 sampai 0,909. Seluruh nilai tersebut berada di atas r_{tabel} , sehingga tidak terdapat butir yang gugur. Kondisi ini menunjukkan bahwa setiap pernyataan dalam instrumen memiliki keterkaitan empiris yang memadai dalam merepresentasikan variabel layanan penguasaan konten. Selanjutnya, variabel teknik *Self-Management* (X2) yang terdiri atas 20 butir memperoleh nilai r_{hitung} antara 0,417 sampai 0,713. Meskipun nilai korelasi setiap butir menunjukkan tingkat yang berbeda, seluruhnya tetap melampaui r_{tabel} sebesar 0,404. Dengan demikian, seluruh butir pada instrumen teknik *Self-Management* memenuhi kriteria validitas dan dapat digunakan dalam penelitian. Secara keseluruhan, 60 butir pernyataan dari ketiga variabel dinyatakan valid karena seluruh nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$. Tidak terdapat butir yang harus dieliminasi pada tahap pengujian validitas. Hasil tersebut menunjukkan bahwa instrumen telah memenuhi persyaratan validitas empiris dan dapat dilanjutkan pada tahap pengujian reliabilitas.

2. Hasil Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui konsistensi internal instrumen dalam mengukur variabel penelitian. Pengujian reliabilitas menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha* dengan bantuan SPSS versi 25. Instrumen dinyatakan reliabel apabila nilai *Cronbach's Alpha* lebih besar dari 0,60. Hasil uji reliabilitas instrumen disiplin diri (Y), layanan penguasaan konten (X1), dan teknik *Self-Management* (X2) disajikan pada Tabel 3 berikut.

Tabel 3. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Variabel	Cronbach's Alpha	N of Items	Keterangan
----------	------------------	------------	------------

Disiplin Diri (Y)	0,893	20	Reliabel
Layanan Penguasaan Konten (X1)	0,881	20	Reliabel
Teknik <i>Self-Management</i> (X2)	0,878	20	Reliabel

Berdasarkan Tabel 3, instrumen disiplin diri (Y) memperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,893, layanan penguasaan konten (X1) sebesar 0,881, dan teknik *Self-Management* (X2) sebesar 0,878. Seluruh nilai tersebut lebih besar daripada 0,60 sehingga ketiga instrumen memenuhi kriteria reliabilitas yang telah ditetapkan. Jika mengacu pada kriteria reliabilitas, ketiga instrumen berada pada rentang 0,81–1,00 yang termasuk kategori sangat tinggi. Nilai tersebut menunjukkan bahwa butir-butir pernyataan dalam setiap instrumen memiliki konsistensi internal yang kuat dalam mengukur variabel penelitian. Dengan demikian, instrumen disiplin diri, layanan penguasaan konten, dan teknik *Self-Management* tidak hanya memenuhi persyaratan validitas, tetapi juga memiliki tingkat reliabilitas yang sangat tinggi. Berdasarkan hasil uji validitas dan reliabilitas, seluruh 60 butir pernyataan yang terdiri atas 20 butir disiplin diri, 20 butir layanan penguasaan konten, dan 20 butir teknik *Self-Management* dinyatakan memenuhi persyaratan sebagai instrumen penelitian. Oleh karena itu, seluruh butir pernyataan dapat digunakan dalam proses pengumpulan data penelitian.

Hasil Uji Prasyarat Analisis

1. Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal sebagai salah satu prasyarat analisis statistik parametrik. Pengujian dilakukan menggunakan *Shapiro-Wilk* karena jumlah sampel penelitian kurang dari 50. Data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi $> 0,05$. Hasil uji normalitas terhadap variabel disiplin diri (Y), layanan penguasaan konten (X1), dan teknik *Self-Management* (X2) disajikan pada Tabel 4 berikut.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Shapiro-Wilk	df	Sig.	Keterangan
Disiplin Diri (Y)	0,961	23	0,490	Normal
Layanan Penguasaan Konten (X1)	0,962	23	0,494	Normal
Teknik <i>Self-Management</i> (X2)	0,930	23	0,111	Normal

Berdasarkan Tabel 4, nilai signifikansi *Shapiro-Wilk* pada variabel disiplin diri (Y) sebesar 0,490, layanan penguasaan konten (X1) sebesar 0,494, dan teknik *Self-Management* (X2) sebesar 0,111. Ketiga nilai tersebut lebih besar dari 0,05. Dengan demikian, data pada seluruh variabel penelitian berdistribusi normal. Terpenuhinya asumsi normalitas menunjukkan bahwa data memenuhi salah satu persyaratan untuk dilanjutkan pada analisis statistik parametrik.

2. Hasil Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui bentuk hubungan antara variabel bebas, yaitu layanan penguasaan konten (X1) dan teknik *Self-Management* (X2), dengan variabel terikat disiplin diri (Y). Hubungan dinyatakan linear apabila nilai *Sig. Deviation from Linearity* $> 0,05$. Hasil pengujian linearitas antara variabel bebas dengan disiplin diri (Y) disajikan pada Tabel 5 berikut.

Tabel 5. Hasil Uji Linearitas

Hubungan Variabel	F	Sig. Deviation from Linearity	Keterangan
-------------------	---	-------------------------------	------------

X1 terhadap Y	0,462	0,894	Linear
X2 terhadap Y	0,425	0,918	Linear

Berdasarkan Tabel 5, nilai *Sig. Deviation from Linearity* antara layanan penguasaan konten (X1) dengan disiplin diri (Y) sebesar 0,894, sedangkan hubungan teknik *Self-Management* (X2) dengan disiplin diri (Y) sebesar 0,918. Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga tidak terdapat penyimpangan dari hubungan linear. Dengan demikian, hubungan X1 terhadap Y dan X2 terhadap Y dinyatakan linear, sehingga asumsi linearitas untuk analisis regresi linear berganda telah terpenuhi.

3. Hasil Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya korelasi yang tinggi antarvariabel bebas dalam model regresi. Pengujian menggunakan nilai Tolerance dan Variance Inflation Factor (VIF). Model regresi dinyatakan bebas dari multikolinearitas apabila nilai Tolerance > 0,10 dan VIF < 10. Hasil uji multikolinearitas pada variabel layanan penguasaan konten (X1) dan teknik *Self-Management* (X2) disajikan pada Tabel 6 berikut.

Tabel 6. Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
Layanan Penguasaan Konten (X1)	0,998	1,002	Tidak terjadi multikolinearitas
Teknik <i>Self-Management</i> (X2)	0,998	1,002	Tidak terjadi multikolinearitas

Berdasarkan Tabel 6, variabel layanan penguasaan konten (X1) memiliki nilai *Tolerance* sebesar 0,998 dan VIF sebesar 1,002. Nilai yang sama diperoleh pada variabel teknik *Self-Management* (X2), yaitu *Tolerance* sebesar 0,998 dan VIF sebesar 1,002. Nilai *Tolerance* kedua variabel lebih besar dari 0,10 dan nilai VIF lebih kecil dari 10. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat gejala multikolinearitas antarvariabel bebas dalam model penelitian. Berdasarkan keseluruhan hasil pengujian prasyarat analisis, data penelitian memenuhi asumsi normalitas, linearitas, dan bebas multikolinearitas. Dengan terpenuhinya ketiga asumsi tersebut, data dinyatakan memenuhi persyaratan untuk dianalisis menggunakan regresi linear berganda dalam menguji hubungan layanan penguasaan konten (X1) dan teknik *Self-Management* (X2) terhadap disiplin diri (Y).

Hasil Uji Hipotesis

1. Besaran Kontribusi X1 dan X2 terhadap Y

Koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui besarnya kontribusi variabel layanan penguasaan konten (X1) dan teknik *Self-Management* (X2) secara bersama-sama terhadap disiplin diri (Y). Hasil pengujian koefisien determinasi disajikan pada Tabel 7 berikut:

Tabel 7. Hasil Koefisien Determinasi

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
0,784	0,615	0,587	9,109

Hasil analisis pada Tabel 7, menunjukkan nilai R sebesar 0,784 yang mengindikasikan adanya hubungan yang kuat antara layanan penguasaan konten (X1) dan teknik *Self-Management* (X2) secara bersama-sama dengan disiplin diri (Y). Nilai R Square sebesar 0,615 menunjukkan bahwa kedua variabel bebas secara simultan memberikan kontribusi sebesar 61,5% terhadap variasi disiplin diri peserta didik. Dengan demikian, sebesar 38,5% variasi disiplin diri dijelaskan oleh faktor lain yang tidak dimasukkan dalam model penelitian. Besarnya kontribusi tersebut menunjukkan bahwa layanan penguasaan konten dan teknik *Self-Management* memiliki peranan yang cukup kuat dalam menjelaskan perubahan disiplin diri peserta didik. Kontribusi 61,5% juga menunjukkan bahwa kombinasi kedua variabel bebas memiliki keterkaitan substantif dengan kondisi disiplin diri. Sementara itu, proporsi sebesar 38,5% menunjukkan bahwa disiplin diri juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain di luar model penelitian, seperti lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, pola asuh, motivasi internal, kebiasaan, dan faktor individual lainnya.

2. Pengaruh X1 dan X2 secara Bersama-sama terhadap Y

Uji F digunakan untuk mengetahui signifikansi pengaruh layanan penguasaan konten (X1) dan teknik *Self-Management* (X2) secara simultan terhadap disiplin diri (Y). Kriteria pengujian adalah H_0 ditolak apabila nilai signifikansi $< 0,05$ atau $F_{hitung} > F_{tabel}$. Hasil pengujian disajikan pada Tabel 8 berikut.

Tabel 8. Hasil Uji F (ANOVA)

Model	F_{hitung}	Sig.	F_{tabel}	Keterangan
X1 dan X2 terhadap Y	21,578	0,000	3,354	Signifikan

Berdasarkan Tabel 8, diperoleh nilai F_{hitung} sebesar 21,578 dengan signifikansi 0,000. Nilai tersebut memenuhi kedua kriteria pengujian, yaitu $F_{hitung} = 21,578 > F_{tabel} = 3,354$ dan signifikansi $0,000 < 0,05$. Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_a diterima. Hasil tersebut menunjukkan bahwa layanan penguasaan konten (X1) dan teknik *Self-Management* (X2) secara simultan berpengaruh signifikan terhadap disiplin diri (Y). Artinya, keberadaan kedua variabel bebas secara bersama-sama berperan dalam menjelaskan perubahan disiplin diri peserta didik. Temuan ini juga sejalan dengan nilai R Square sebesar 0,615 yang menunjukkan bahwa model mampu menjelaskan 61,5% variasi disiplin diri.

3. Hasil Uji t Parsial Pengaruh X1 terhadap Y

Uji t parsial dilakukan untuk mengetahui pengaruh layanan penguasaan konten (X1) secara individual terhadap disiplin diri (Y). Pengambilan keputusan dilakukan dengan kriteria bahwa H_0 ditolak apabila nilai signifikansi $< 0,05$ atau nilai $|t_{hitung}| > t_{tabel}$. Hasil pengujian disajikan pada Tabel 9 berikut.

Tabel 9. Hasil Uji t Parsial X1 terhadap Y

Variabel	B	Std. Error	Beta	t	Sig.	Keterangan
(Constant)	38,188	12,227	–	3,123	0,004	Signifikan

Layanan Penguasaan Konten (X1)	1,287	0,196	0,965	6,564	0,000	Signifikan
--------------------------------	-------	-------	-------	-------	-------	------------

Dependent Variable: Disiplin Diri (Y)

Berdasarkan Tabel 9, layanan penguasaan konten (X1) memperoleh nilai $t_{hitung} = 6,564$ dengan signifikansi 0,000. Nilai tersebut lebih besar daripada $t_{tabel} = 2,052$ ($6,564 > 2,052$) dan nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$). Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga layanan penguasaan konten (X1) berpengaruh signifikan terhadap disiplin diri (Y). Koefisien regresi X1 sebesar 1,287 bernilai positif. Hal ini menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan skor layanan penguasaan konten diperkirakan akan meningkatkan skor disiplin diri sebesar 1,287 satuan, dengan asumsi teknik *Self-Management* berada dalam kondisi tetap. Arah koefisien yang positif menunjukkan bahwa peningkatan kualitas layanan penguasaan konten cenderung diikuti oleh peningkatan disiplin diri peserta didik. Secara substantif, hasil tersebut menunjukkan bahwa layanan penguasaan konten memiliki peranan dalam membantu peserta didik memperoleh pengetahuan, pemahaman, dan keterampilan yang diperlukan untuk mengembangkan perilaku disiplin. Dengan demikian, semakin baik layanan penguasaan konten dilaksanakan, semakin besar kecenderungan peningkatan disiplin diri peserta didik.

4. Hasil Uji t Parsial Pengaruh X2 terhadap Y

Uji t parsial dilakukan untuk mengetahui pengaruh teknik *Self-Management* (X2) secara individual terhadap disiplin diri (Y). Pengambilan keputusan dilakukan dengan membandingkan nilai $|t_{hitung}| > t_{tabel}$ serta nilai signifikansi dengan taraf 0,05. Hasil pengujian disajikan pada Tabel 10 berikut.

Tabel 10. Hasil Uji t Parsial X2 terhadap Y

Variabel	B	Std. Error	Beta	t	Sig.	Keterangan
(Constant)	38,188	12,227	–	3,123	0,004	Signifikan
Teknik <i>Self-Management</i> (X2)	0,646	0,178	0,532	3,621	0,001	Signifikan

Dependent Variable: Disiplin Diri (Y)

Berdasarkan Tabel 10, teknik *Self-Management* (X2) memperoleh nilai t hitung sebesar 3,621 dengan signifikansi 0,001. Nilai $t_{hitung} > t_{tabel} = 2,052$ ($3,621 > 2,052$) dan nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($0,001 < 0,05$). Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga teknik *Self-Management* (X2) berpengaruh signifikan terhadap disiplin diri (Y). Koefisien regresi X2 sebesar 0,646 bernilai positif. Hal tersebut menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan skor teknik *Self-Management* diperkirakan meningkatkan skor disiplin diri sebesar 0,646 satuan, dengan asumsi layanan penguasaan konten tetap. Arah positif koefisien menunjukkan bahwa semakin baik penerapan teknik *Self-Management*, semakin tinggi kecenderungan disiplin diri peserta didik. Hasil tersebut menunjukkan bahwa teknik *Self-Management* memiliki keterkaitan dengan kemampuan peserta didik dalam mengatur, mengendalikan, dan mengevaluasi perilakunya. Kemampuan tersebut menjadi bagian penting dalam pembentukan disiplin diri karena peserta didik dituntut untuk mampu mengarahkan perilakunya berdasarkan aturan dan tujuan yang telah ditetapkan.

5. Deskripsi Disiplin Diri Sebelum dan Sesudah Pemberian Layanan

Deskripsi hasil penelitian dilakukan untuk melihat perubahan tingkat disiplin diri peserta didik sebelum dan sesudah diberikan layanan penguasaan konten dan teknik *Self-Management*. Pengukuran dilakukan menggunakan kuesioner pada tahap *pretest* dan *posttest*. Adapun hasil pengukuran disiplin diri sebelum dan sesudah pemberian layanan penguasaan konten dan teknik *Self-Management* disajikan pada Tabel 11 berikut.

Tabel 11. Deskripsi Disiplin Diri Sebelum dan Sesudah Pemberian Layanan

Keterangan	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Peningkatan
Jumlah skor	879	1.943	1.064
Rata-rata skor	38,21	84,48	46,26
Persentase	38,21%	84,48%	46,26%
Kategori	Tidak Bagus	Sangat Bagus	Meningkat

Hasil pada Tabel 11 menunjukkan adanya perubahan tingkat disiplin diri yang cukup besar antara sebelum dan sesudah pemberian layanan. Pada tahap *pretest*, diperoleh jumlah skor sebesar 879 dengan rata-rata 38,21 atau 38,21%. Berdasarkan kriteria penilaian, rata-rata tersebut berada pada kategori tidak bagus. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan layanan, tingkat disiplin diri peserta didik secara umum masih berada pada tingkat yang relatif rendah. Setelah diberikan layanan penguasaan konten dan teknik *Self-Management*, jumlah skor meningkat menjadi 1.943 dengan rata-rata 84,48 atau 84,48%. Berdasarkan kriteria penilaian, capaian tersebut berada pada kategori sangat bagus. Perubahan kategori dari tidak bagus menjadi sangat bagus menunjukkan adanya pergeseran kondisi disiplin diri yang cukup substansial setelah pelaksanaan layanan.

Secara kuantitatif, rata-rata skor meningkat sebesar 46,26 poin, yaitu dari 38,21 pada *pretest* menjadi 84,48 pada *posttest*. Peningkatan tersebut menunjukkan perubahan sebesar 121,06% jika dihitung berdasarkan persentase kenaikan terhadap skor awal. Selain peningkatan rata-rata, seluruh responden menunjukkan perubahan skor ke arah positif. Skor *posttest* terendah sebesar 62 dan skor tertinggi mencapai 100, sedangkan pada *pretest* skor terendah sebesar 20 dan tertinggi sebesar 55. Perubahan tersebut juga terlihat pada tingkat pencapaian individual. Pada tahap *pretest*, tidak terdapat responden yang mencapai kategori bagus maupun sangat bagus. Sebaliknya, setelah pemberian layanan, seluruh responden mencapai skor minimal 62 sehingga telah berpindah sekurang-kurangnya ke kategori bagus berdasarkan kriteria penilaian yang digunakan. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa perubahan tidak hanya terjadi pada nilai rata-rata kelompok, tetapi juga tampak pada peningkatan skor masing-masing responden. Peningkatan paling tinggi terjadi pada responden nomor 23, yaitu dari skor 20 menjadi 99 atau meningkat sebesar 79 poin. Sementara itu, peningkatan paling rendah terdapat pada responden nomor 22, yaitu dari skor 41 menjadi 62 atau meningkat sebesar 21 poin.

Meskipun tingkat peningkatan setiap responden berbeda, seluruh responden mengalami peningkatan skor setelah pemberian layanan. Secara deskriptif, hasil tersebut menunjukkan bahwa pemberian layanan penguasaan konten dan teknik *Self-Management* berkaitan dengan perubahan positif pada disiplin diri peserta didik. Layanan penguasaan konten memberikan pemahaman dan keterampilan yang relevan dengan pembentukan perilaku disiplin, sedangkan teknik *Self-Management* membantu peserta didik mengatur dan mengendalikan perilaku secara lebih terarah. Dengan demikian, kombinasi kedua pendekatan tersebut secara deskriptif

menunjukkan potensi yang kuat dalam mendukung peningkatan disiplin diri. Temuan deskriptif tersebut selanjutnya diperkuat oleh hasil pengujian hipotesis. Uji F menunjukkan bahwa X1 dan X2 secara simultan berpengaruh signifikan terhadap Y dengan F hitung 21,578 dan signifikansi 0,000. Uji parsial juga menunjukkan bahwa X1 berpengaruh signifikan terhadap Y dengan t hitung 6,564 dan signifikansi 0,000, sedangkan X2 berpengaruh signifikan dengan t hitung 3,621 dan signifikansi 0,001. Dengan demikian, peningkatan disiplin diri yang terlihat secara deskriptif didukung oleh bukti inferensial bahwa layanan penguasaan konten dan teknik *Self-Management* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap disiplin diri peserta didik..

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa layanan penguasaan konten dan teknik *Self-Management* terbukti berpengaruh signifikan terhadap peningkatan disiplin diri peserta didik kelas VIII B. Sebelum diberikan perlakuan, tingkat disiplin diri peserta didik secara umum masih tergolong rendah, yang mencerminkan bahwa peserta didik belum memiliki bekal pengetahuan maupun keterampilan yang memadai dalam mengelola perilaku disiplinnya. Setelah menjalani rangkaian layanan penguasaan konten yang dipadukan dengan teknik *Self-Management*, tingkat disiplin diri peserta didik mengalami peningkatan yang sangat signifikan hingga berada pada kategori sangat baik. Perubahan yang besar ini menjadi indikasi awal bahwa perlakuan yang diberikan memang efektif, sebelum kemudian dibuktikan lebih lanjut melalui pengujian hipotesis secara inferensial.

Pembuktian secara statistik memperkuat temuan deskriptif tersebut. Hasil uji parsial menunjukkan bahwa Layanan Penguasaan Konten (X1) secara tersendiri memberikan pengaruh yang positif dan signifikan terhadap disiplin diri peserta didik. Temuan ini sejalan dengan pandangan Rosyid (2020) yang menegaskan bahwa layanan penguasaan konten merupakan layanan yang diberikan kepada klien agar dapat menguasai suatu konten tertentu dan selanjutnya mampu melaksanakannya dalam kehidupan sehari-hari, serta diperkuat oleh Widiyanti et al., (2023) yang menyatakan bahwa setiap peserta didik memerlukan penguasaan kompetensi tertentu untuk dapat hidup dan berkembang melalui proses belajar yang terarah. Besarnya pengaruh ini juga sejalan dengan temuan Partono et al., (2021) yang mengembangkan model layanan penguasaan konten dan membuktikan efektivitasnya dalam meningkatkan disiplin diri siswa. Hal ini terjadi karena layanan penguasaan konten, sebagaimana dijelaskan oleh Telaumbanua et al. (2026) , tidak sekadar menyampaikan informasi, melainkan memberikan pengalaman belajar yang di dalamnya terkandung fakta, konsep, nilai, sikap, hingga tindakan nyata yang dapat langsung dipraktikkan peserta didik, sehingga materi disiplin diri yang disajikan tidak hanya dipahami secara kognitif tetapi juga dilatih dan dipraktikkan secara langsung.

Hasil uji parsial untuk Teknik *Self-Management* (X2) juga menunjukkan bahwa variabel ini secara tersendiri berpengaruh signifikan terhadap disiplin diri peserta didik. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian Aprina et al. (2025).yang membuktikan bahwa teknik *Self-Management* berpengaruh positif terhadap peningkatan disiplin belajar siswa melalui pendekatan kuantitatif eksperimen, serta sejalan pula dengan temuan Distira dkk. (2025) yang menemukan bahwa teknik ini efektif dalam mengurangi perilaku tidak disiplin seperti prokrastinasi akademik. Secara teoretis, hal ini dapat dijelaskan melalui pandangan Bandura Manurung & Darmayant (2024), yang menyebutkan bahwa *Self-Management* merupakan kemampuan individu untuk

mengamati, menilai, dan memberikan penguatan terhadap dirinya sendiri, berakar pada konsep agensi diri (*self-agency*), serta pandangan Wahyuni (2019) yang menegaskan bahwa *Self-Management* adalah prosedur di mana individu mengatur perilakunya sendiri melalui proses memantau, mengevaluasi, dan menguatkan tindakannya secara mandiri. Dengan dilatihnya komponen-komponen tersebut, seperti self-monitoring, self-evaluation, dan self-reinforcement, peserta didik secara bertahap membangun kemandirian dalam mengendalikan perilaku disiplinnya tanpa terus bergantung pada pengawasan eksternal dari guru maupun orang lain.

Apabila kedua variabel bebas tersebut diuji secara bersama-sama, hasil pengujian menunjukkan bahwa Layanan Penguasaan Konten dan Teknik *Self-Management*, apabila diterapkan secara simultan, memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan disiplin diri peserta didik. Temuan ini memperkuat konsensus dari berbagai penelitian terdahulu, seperti yang dikemukakan oleh Madidar & Muhid (2022), yang menunjukkan bahwa layanan bimbingan dan konseling merupakan medium yang efektif untuk mengimplementasikan teknik-teknik pengelolaan diri dalam upaya memperbaiki perilaku peserta didik. Namun demikian, penelitian ini memberikan kontribusi baru karena secara eksplisit mengintegrasikan layanan penguasaan konten dengan teknik *Self-Management* secara bersamaan, sesuatu yang menurut kajian terdahulu masih jarang dilakukan dalam satu desain penelitian yang sama.

Adapun untuk mengetahui seberapa besar sumbangan kedua variabel bebas tersebut terhadap perubahan disiplin diri peserta didik, dilakukan pengujian koefisien determinasi. Hasil pengujian menunjukkan bahwa Layanan Penguasaan Konten dan Teknik *Self-Management* secara bersama-sama memberikan kontribusi yang cukup besar terhadap variasi yang terjadi pada disiplin diri peserta didik, sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar model penelitian ini, seperti lingkungan keluarga, pola asuh orang tua, lingkungan sekolah, maupun motivasi intrinsik yang tidak dikaji dalam penelitian ini. Besarnya kontribusi ini sejalan dengan pandangan Hasanah & Daharnis (2019) serta Sasube & Mediatati (2022) yang menyatakan bahwa disiplin diri siswa memang dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal dan eksternal, sehingga wajar apabila kedua variabel dalam penelitian ini, meski memberikan kontribusi yang besar, tidak dapat menjelaskan seluruh variasi disiplin diri secara mutlak.

Berdasarkan keseluruhan hasil pengujian hipotesis tersebut, baik secara deskriptif, parsial, simultan, maupun besaran kontribusinya, dapat disimpulkan bahwa Layanan Penguasaan Konten dan Teknik *Self-Management* bekerja secara saling melengkapi dalam meningkatkan disiplin diri peserta didik. Layanan penguasaan konten berperan membekali peserta didik dengan pemahaman dan wawasan tentang pentingnya disiplin diri beserta cara mencapainya, sementara teknik *Self-Management* berperan sebagai sarana praktis yang mengubah pemahaman tersebut menjadi tindakan nyata dan kebiasaan yang berkelanjutan. Kombinasi antara pembekalan pengetahuan dan pelatihan keterampilan pengelolaan diri inilah yang menjadi dasar rasional mengapa kedua variabel bebas tersebut mampu menghasilkan pengaruh yang signifikan dan berkontribusi besar terhadap peningkatan disiplin diri peserta didik kelas VIII B, sekaligus menjadi bukti empiris yang mendukung seluruh hipotesis penelitian yang diajukan sejak awal.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, disiplin diri peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 2 Lotu sebelum diberikan layanan penguasaan konten dengan teknik *Self-Management* berada pada kategori tidak bagus, dengan rata-rata skor 38,21. Setelah diberikan layanan, rata-rata disiplin diri meningkat menjadi 84,48 dan berada pada kategori sangat bagus. Perubahan tersebut menunjukkan bahwa peserta didik mengalami perkembangan dalam kemampuan mengatur perilaku, menjalankan tanggung jawab, mematuhi ketentuan, serta mengendalikan diri dalam kegiatan sekolah. Secara parsial, layanan penguasaan konten berpengaruh positif dan signifikan terhadap disiplin diri peserta didik dengan nilai $t_{hitung} = 6,564$ dan signifikansi 0,000. Teknik *Self-Management* juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap disiplin diri dengan nilai $t_{hitung} = 3,621$ dan signifikansi 0,001. Secara simultan, layanan penguasaan konten dan teknik *Self-Management* berpengaruh signifikan terhadap disiplin diri, ditunjukkan oleh nilai $F_{hitung} = 21,578$ dengan signifikansi 0,000. Kedua variabel tersebut memberikan kontribusi sebesar 61,5% terhadap variasi disiplin diri, sedangkan 38,5% lainnya berkaitan dengan faktor lain yang tidak dikaji dalam penelitian ini. Temuan tersebut menunjukkan bahwa pemberian pemahaman dan keterampilan melalui layanan penguasaan konten yang disertai latihan pengelolaan diri dapat menjadi pendekatan yang relevan dalam mendukung perkembangan disiplin diri peserta didik.

Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Famahato Lase, S.Pd., M.Pd., Kons., selaku pembimbing, atas bimbingan, arahan, koreksi, dan masukan yang diberikan selama proses penelitian dan penyusunan artikel ini. Terima kasih juga disampaikan kepada para penguji atas saran dan evaluasi yang diberikan untuk penyempurnaan penelitian. Penulis turut mengucapkan terima kasih kepada dewan editor dan reviewer jurnal atas telaah dan masukan yang diberikan terhadap artikel ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian hingga penyelesaian artikel ini.

Daftar Pustaka

- Al-Rashidi, A. H., Asif, M., Vanani, M. G., & Aberash, A. (2022). Learner-oriented assessment (LOA) practice: the comparative study of self-assessment, peer assessment, and teacher assessment on EFL learners' writing complicity, accuracy, and fluency (CAF), speaking CAF, and attitude. *Language Testing in Asia*, 12(1). <https://doi.org/10.1186/s40468-022-00209-x>
- Anggreani, L., Rosdianto, H., & Sumarli. (2026). Hubungan Antara Kedisiplinan Belajar Dengan Hasil Belajar IPAS Siswa Kelas V SDN 5 Singkawang. *Didaktik : Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 10(2), 204–218. <https://doi.org/10.36989/didaktik.v12i02.13728>
- Aprina, A., Padmi, N. M. D., & Rahmi, S. (2025). The influence of self-management techniques on the learning discipline of class VIII students at Frater Don Bosco Middle School, Tarakan. *Journal of Social Science and Economics (JOSSE)*, 77–90.
- Gunawan, R., & Wangid, M. N. (2025). Enhancing Learning Discipline Through Self-Management and Modelling Techniques: A Study of Students at Cipasung Tasikmalaya Islamic Middle School. *AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan*, 17(1).

- <https://doi.org/10.35445/alishlah.v17i1.5907>
- Hasanah, H., & Daharnis, D. (2019). Learning time management of full day school students in junior high school and its implication to guidance and counseling services. *Jurnal Neo Konseling*, 1(3).
- Madidar, S. M., & Muhid, A. (2022). Literature review: Efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik self-management untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik siswa. *Guiding World (Bimbingan Dan Konseling)*, 5(1), 19–26.
- Manurung, K. S. B., & Darmayanti, N. (2024). Penerapan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA): Systematic Literature Review. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(3), 1574–1590. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.6092>
- Partono, P., Wardhani, H. N., Setyowati, N. I., Tsalitsa, A., & Putri, S. N. (2021). Strategi meningkatkan kompetensi 4C (critical thinking, creativity, communication, & collaborative). *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 14(1), 41–52.
- Rofianty, A. D., & Setiawati, D. (2026). Penerapan Konseling Kelompok Teknik Self Management dalam Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa SMA Negeri 7 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Indonesia (JPPI)*, 6(1), 498–510. <https://doi.org/10.53299/jppi.v6i1.3885>
- Rosyid, A. M. F. (2020). Layanan Bimbingan Dan Konseling Untuk Membentuk Karakter Disiplin Siswa. *Jurnal Fokus Konseling*, 6(2), 86–93. <https://doi.org/10.52657/jfk.v6i2.1224>
- Sasube, V., & Mediatati, N. (2022). Peranan orang tua dalam menanamkan sikap disiplin pada anak usia remaja (studi kasus siswa kelas VII SMP Negeri 1 Kaloran Kabupaten Temanggung). *JlIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(10), 4392–4395.
- Telaumbanua, B., Damanik, H. R., Lase, J. F., & Lase, F. (2026). Pengaruh Layanan Penguasaan Konten Terhadap Peningkatan Konsep Diri Di UPTD SMP Negeri 3 Gunungsitoli Alo'oa. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan Indonesia*, 5(1), 466–475. <https://doi.org/10.31004/jpion.v5i1.1025>
- Wahyuni, T. (2019). Penerapan Layanan Penguasaan Konten untuk Meningkatkan Hasil Belajar Desain Busana melalui Media Mind Mapping pada Peserta Didik Kelas XII SMKN 2 Boyolangu Semester Genap Tahun 2018/2019. *Jurnal Refleksi Pembelajaran*, 4(2), 35–42.
- Widiyanti, D. A., Wulandari, I. G. A. A., & Wiarta, I. W. (2023). Kedisiplinan Belajar Siswa Ditinjau Dari Peran Orang Tua Dalam Mengontrol Penggunaan Gadget. *Prima Magistra: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 4(2), 109–117. <https://doi.org/10.37478/jpm.v4i2.2493>
- Zahra, A. R., & Purwoko, B. (2025). Analisis Bibliometrik & Systematic Literature Review: Perkembangan Teknik Self Management untuk Mengatasi Perilaku Terlambat Siswa Tahun. *Jurnal BK UNESA*. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/74927>