

Teknik Konseling Manajemen Diri untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Madrasah Tsanawiyah

Bas Mubasyir¹, Ely Roy Madoni²
Program Studi Bimbingan& Konseling, Universitas Darul Ulum Jombang
email: ✉ bas.lebat@gmail.com

Informasi Artikel

Received:

05-07-2022

Revised:

13-10-2022

Accepted:

15-11-2022

Abstract ----- Problem in the application of disciplined study often experienced students because they are hard to set a time to learn and disorderly. This is that inhibits the students to can apply discipline learning. Self-management is a process whereby a client directing change their behavior alone with one strategy or a combination. The purpose of this research is to examine the application of self-management strategies to improve student learning discipline. This type of classroom action research is a quasi-experimental with the type of pre-test and post-test one group design, while the research subject is the MTs Pacet class with a total of 6 students who have low learning discipline. The method used to collect data about students who are less disciplined in learning is from a self-developed questionnaire. The data analysis technique used is the Wilcoxon marked level test. The results of the analysis of the level test marked with Wilcoxon indicate that the serial number with the positive sign is 21 while the negative number is 0, so there is a difference in scores between the pre-test and post-test. Based on the critical value table for the Wilcoxon level test with a significant level of 5% and $N = 6$, it is obtained that $T_{table} = 1$, so that T_{count} is smaller than T_{table} ($0 < 1$) meaning H_0 is rejected and H_a is accepted. This proves that the implementation of self-management strategies can improve student learning discipline at MTs.

Keywords: *Self-Management, Learning Discipline, Siswa MTs*

Abstrak---Permasalahan dalam penerapan disiplin belajar sering dialami siswa karena mereka sulit untuk mengatur waktu belajar dan melanggar peraturan. Hal inilah yang menghambat siswa untuk dapat menerapkan disiplin belajarnya. Teknik konseling *self-management* adalah suatu proses dimana konseli mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri dengan satu strategi atau kombinasi strategi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji penerapan Teknik konseling *self management* untuk meningkatkan disiplin belajar siswa MTs. Jenis penelitian tindakan kelas ini adalah eksperimen semu dengan jenis *pre-test* dan *post-test one group design*, sedangkan subjek penelitiannya adalah kelas MTs. dengan jumlah 6 siswa yang memiliki disiplin belajar rendah. Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data tentang siswa yang kurang disiplin dalam belajar adalah dari angket. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji jenjang bertanda wilcoxon. Hasil analisis uji jenjang bertanda wilcoxon menunjukkan bahwa nomor urut yang bertanda positif sejumlah 21 sedangkan yang bertanda negatif sejumlah 0, sehingga terdapat perbedaan skor antara *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan tabel nilai kritis untuk uji jenjang wilcoxon dengan taraf signifikan 5% dan $N=6$ diperoleh $T_{tabel} = 1$, sehingga T_{hitung} lebih kecil dari T_{tabel} ($0 < 1$) berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini membuktikan bahwa penerapan strategi *self management* dapat meningkatkan disiplin belajar siswa MTs.

Kata Kunci : *Self Management, Disiplin Belajar, Siswa MTs*

PENDAHULUAN

Kegiatan belajar mengajar di sekolah, kita mendengar banyak guru mengklaim bahwa siswa yang disiplin lebih mungkin untuk maju dan berhasil dari pada siswa yang tidak disiplin. Menurut Tight (2014) kebiasaan belajar terbentuk melalui proses yang mengurangi daya tanggap terhadap rangsangan yang berulang. Siswa yang gemar belajar bahasa terhindar dari kecenderungan mengulang kata dan sintaksis yang salah, dan akhirnya terbiasa menggunakan bahasa dengan baik dan benar (Byrne.,dkk, 2015).

Siswa mengikuti kegiatan pembelajaran di sekolah tidak lepas dari berbagai peraturan dan tata tertib sekolah dan setiap siswa harus mampu bertindak sesuai dengan peraturan yang berlaku di sekolah. Kepatuhan dan ketaatan siswa terhadap peraturan dan tata tertib yang berlaku di sekolah biasa disebut dengan disiplin siswa. Di sisi lain, aturan, tata tertib, dan berbagai aturan lain yang mengatur perilaku siswa dikenal sebagai disiplin sekolah. Disiplin sekolah adalah komitmen sekolah untuk menjaga perilaku siswa tanpa penyimpangan dan mendorong siswa untuk berperilaku sesuai dengan norma, aturan, dan peraturan yang ditetapkan di sekolah. Menurut Cameron.,dkk (2006) disiplin sekolah diartikan sebagai aturan-aturan yang ada di sekolah, seperti aturan tentang tata cara berpakaian, ketepatan waktu, perilaku sosial, belajar atau etika kerja. Konsep disiplin sekolah terkadang diterapkan pada hukuman (sanksi) karena melanggar aturan, tetapi penggunaan metode disiplin dan penangkapan dalam bentuk pelanggaran fisik dan mental juga kontroversial (Hirschfield, 2011).

Hubungan antara disiplin sekolah dan disiplin belajar siswa sangat erat kaitannya. Melalui kesadaran disiplin di sekolah, secara tidak langsung siswa merasa bahwa mempraktekkan kedisiplinan dalam pembelajaran juga sangat penting. Cukup sulit untuk benar-benar melakukannya, tetapi mudah jika siswa memiliki kemauan. Kendala dalam menerapkan disiplin belajar sering dialami oleh siswa seperti sulitnya mengatur waktu belajar dan melanggar aturan. Ini mencegah siswa dari menerapkan bidang studi mereka. Pernyataan ini diambil dari sejumlah kasus siswa yang mengalami kurang disiplin di sekolah dan perguruan tinggi. Kenyataannya, lebih banyak siswa yang tidak disiplin daripada siswa yang disiplin. Walaupun hasil kesaksian anak yang disiplin pembelajar sudah baik dan tidak bisa lagi dibedakan dengan anak yang tidak disiplin, namun guru khususnya orang tua perlu mendidik siswa agar menjadi pembelajar yang lebih disiplin. Hal ini penting karena dapat mempengaruhi keberhasilan seorang siswa dalam mencapai tujuannya. Banyak faktor yang mempengaruhi kedisiplinan belajar seorang siswa, seperti perilaku keteladanan, lingkungan yang disiplin, dan pelatihan yang disiplin (Anyon.,dkk 2018).

Hasil survey saran masalah yang dilakukan di MTs menunjukkan bahwa masih terdapat siswa yang disiplin akademiknya rendah. Sebanyak 260 siswa kelas VII sampai IX merupakan sekitar 40% siswa dengan disiplin akademik rendah. Masih banyak siswa yang mengikuti kelas yang terkesan tidak masuk akal, tidak serius, dan terkadang tidak tertib. Hal ini tercermin dari tidak masuk kelas sama sekali. Siswa tidak menyelesaikan tugas; siswa lebih suka berbicara dengan teman daripada mencoba memecahkan masalah; tidak mendengarkan guru; perilaku siswa yang tidak disiplin di sekolah pada akhirnya mempengaruhi hasil belajar siswa.

Salah satu faktor yang mengantarkan siswa untuk memperoleh prestasi akademik yang tinggi adalah dengan mendisiplinkan diri dalam belajar. Dengan disiplin diri dalam belajar diharapkan siswa dapat meningkatkan prestasi lebih baik tanpa hambatan. Para remaja masih memerlukan bimbingan, untuk membentuk sifat-sifat kepribadian tertentu misalnya : kejujuran,

ketepatan waktu diperlukan pengamatan yang tepat, untuk membentuk sifat – sifat tersebut dibutuhkan pemupukan disiplin, baik disiplin diri maupun belajar dan ketegasan para pendidik, disiplin menggunakan sarana dan prasarana di perpustakaan dan laboratorium sekolah (Duckworth.,dkk, 2011; Habsy, 2022).

Keadaan ini mempengaruhi hasil belajar yang mempengaruhi nilai siswa. Perilaku tidak disiplin seorang siswa, jika tidak segera diterjemahkan ke dalam perilaku disiplin, akan mempengaruhi kepribadian siswa tersebut dan tentunya sangat merugikan siswa itu sendiri. Saat menjelaskan, siswa ditegur guru karena sibuk atau mengobrol dengan siswa lain. Siswa mengobrol dengan siswa lain dan tidak melakukan latihan secara langsung di kelas kecuali diinstruksikan atau dipaksakan oleh guru. Dalam situasi seperti itu, guru tidak hanya mengambil peran kepemimpinan dalam kegiatan belajar mengajar di kelas, tetapi juga peran kepemimpinan. Oleh karena itu, guru memiliki tanggung jawab langsung untuk membantu siswa menemukan diri mereka sendiri dan merencanakan masa depan. Ini termasuk mengubah perilaku yang tidak diinginkan menjadi perilaku yang terpuji. Untuk mengantisipasi masalah dengan disiplin belajar siswa yang rendah secara konsisten, kami menyediakan teknik untuk membimbing siswa meningkatkan disiplin belajar mereka dan cara-cara untuk secara sadar mengubah perilaku mereka. Secara khusus, disiplin belajar yang rendah harus dilakukan. Oleh karena itu, teknik untuk mengubah perilaku dan kebiasaan yang salah diharapkan dapat membantu siswa mengubah perilaku yang benar untuk meningkatkan bidang studi dan mempengaruhi hasil belajar. Oleh karena itu, teknik atau strategi untuk mengubah perilaku dan kebiasaan adalah dengan menggunakan pendekatan behavioral. Salah satunya adalah eksekusi strategi *Self Management*.

Teknik konseling manajemen diri adalah teknik konseling untuk perubahan perilaku atau kebiasaan melalui pemantauan diri, kontrol diri atau kontrol gairah, dan regulasi dan penggunaan diri dalam bentuk harga diri oleh seorang konselor (Tarmizi.,dkk 2020; Habsy, 2017). Sebagaimana dijelaskan oleh Putri.,dkk (2021) teknik manajemen diri adalah proses dimana konselor mengontrol perubahan perilakunya melalui strategi atau kombinasi strategi".Berdasarkan penjelasan di atas, Teknik self-management dipilih karena belum banyak konselor atau guru BK yang menggunakan teknik ini dalam penanganan permasalahan. Juga tidak ada penelitian sebelumnya yang memberikan penguatan untuk membentuk perilaku siswa. Untuk penjelasan dan alasan di atas, sangat penting untuk mempertimbangkan penerapan strategi manajemen diri untuk meningkatkan perilaku yang kurang disiplin menjadi perilaku yang lebih disiplin, terutama dalam pembelajaran.

Disiplin belajar yang diinginkan oleh individu tidak dapat dipisahkan dengan bimbingan orang tua dan guru yang akan semakin membawa pengaruh terhadap kedisiplinan pada anak – anak, memungkinkan hasil belajar lebih baik dan prestasinya dapat meningkat. Sehingga dari situ siswa merasa diperhatikan belajarnya dan ada suatu penghargaan yang merupakan motivasi bagi anak sehingga anak tidak merasa bosan atau jenuh dengan belajarnya yang bisa membuat kurang disiplin dalam belajarnya. Sehingga dengan pemberian strategi *Self Management* diharapkan dapat membantu siswa yang kurang dalam disiplin dalam belajarnya yang dapat meningkatkan prestasi yang diharapkannya.

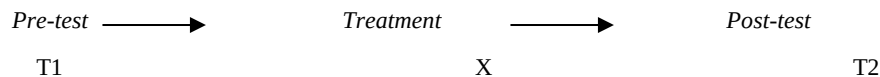
Berdasarkan uraian latar belakang di atas mengenai data dan informasi yang diperoleh selama melakukan survey permasalahan BK di Madrasah Tsanawiyah, maka dilakukan penelitian tentang Teknik konseling *Strategi Self Management* untuk meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Kelas VIII di MTs.

METODE

Berdasarkan problematika yang telah dipaparkan, maka penelitian ini dikategorikan sebagai penelitian eksperimen. Menurut Sugiyono (2008) terdapat beberapa bentuk *design* (rancangan) penelitian eksperimen, yaitu: *pre-experimental design*, *true experimental design*, *factorial design* dan *Quasi experimental*.

Sesuai dengan pendapat di atas, penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimen berupa desain one-group pre-test-post-test design. Setelah tes (tes awal), perlakuan dilakukan dalam jangka waktu tertentu. Setelah itu, tes akhir (tes akhir) diukur kembali dan keadaan sebelum dan sesudah perlakuan dibandingkan.

Pengukuran dilakukan dua kali sebelum dan sesudah pengujian. Pertama, angket disiplin belajar siswa diukur (pre-test), dilanjutkan dengan treatment dalam jangka waktu tertentu dengan menggunakan strategi self-administered. Kuesioner yang sama, yaitu Kuesioner Disiplin Belajar, kemudian diukur kembali (post-test) untuk mengetahui apakah perlakuan yang diberikan kepada subjek sudah efektif. Untuk lebih jelasnya dapat digambarkan sebagai berikut :



Keterangan :

- T1 : Tes Awal (*Pre-Test*) sebelum pemberian perlakuan
X : Treatment (perlakuan) disini adalah pemberian teknik *Self- Management*
T2 : Tes Akhir (*Post-Test*) setelah pemberian perlakuan

Adapun prosedur dari *one group pretest posttest design* yang akan dilaksanakan pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Pemberian *pre-test* (T1) untuk mengukur skor disiplin belajar siswa.
2. Pelaksanaan perlakuan (*Treatment*) teknik konseling *Self-Management* kepada subjek penelitian.
3. Pemberian *post-test* (T2) untuk mengukur skor disiplin belajar siswa setelah penerapan teknik konseling *Self-Management*.
4. Membandingkan T1 dan T2 untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan skor disiplin belajar siswa sebelum dan sesudah perlakuan teknik konseling *Self-Management*.

Dalam penelitian ini, metode analisis data yang digunakan adalah analisis statistik. Hal ini dikarenakan data yang dikumpulkan berupa angka atau angka (penelitian kuantitatif). Data yang disajikan ordinal dan terdistribusi normal, menyiratkan bahwa kurang dari 25 subjek berpartisipasi dalam penelitian ini. H. Ada 6 subjek (N=6) yang akan dirawat. Oleh karena itu, teknik analisis data statistik nonparametrik digunakan dalam penelitian ini. Menurut Siegel (1998:40), "hanya tes nonparametrik yang tersedia untuk sampel kecil".

Teknik analisis nonparametrik yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah uji Wilcoxon, versi modifikasi dari uji tanda. Hal ini karena dalam penelitian ini sampelnya berkorelasi dan datanya berformat ordinal (data berformat rangking atau rangking,

yaitu rendah dan tinggi). Menurut Martini (2005:82), “Uji Wilcoxon digunakan untuk menguji hipotesis perbandingan dua sampel yang berkorelasi ketika datanya ordinal (berbobot)”. Uji Wilcoxon mempertimbangkan perbedaan (X-Y) serta tanda. Adapun prosedur Uji Wilcoxon adalah sebagai berikut :

1. Masukkan nomor urut untuk setiap perbedaan mutlak ($X_i - Y_i$). Harga mutlak terendah diberi nomor urut atau rangking 1, selisih harga mutlak berikutnya diberi nomor urut 2, dan terakhir harga mutlak tertinggi diberi nomor urut n. Jika mereka memiliki perbedaan nilai absolut yang sama, rata-rata akan mendapatkan nomor seri.
2. Untuk setiap nomor urut, tulis juga tanda hasil selisihnya ($X - Y$).
3. Hitung jumlah nomor urut positif dan jumlah nomor urut negatif.
4. Untuk nomor urut yang termasuk dalam angka 3, gunakan angka mutlak yang paling rendah. Panggil nomor ini sama seperti T. Himpunan T ini digunakan untuk menguji hipotesis.

Ho: Tidak ada perbedaan efek perlakuan

Ha: Ada perbedaan efek perlakuan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tabel analisis statistik nonparametrik pra-dan pasca-tes menggunakan uji tanda untuk menilai hasil perawatan yang dilakukan. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik nonparametrik untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan tingkat disiplin belajar sebelum dan sesudah pembelajaran strategi manajemen diri. Statistik nonparametrik yang dipilih adalah uji Wilcoxon untuk menilai pengaruh perlakuan tertentu. Berikut adalah hasil analisis angket pre-test dan post-test:

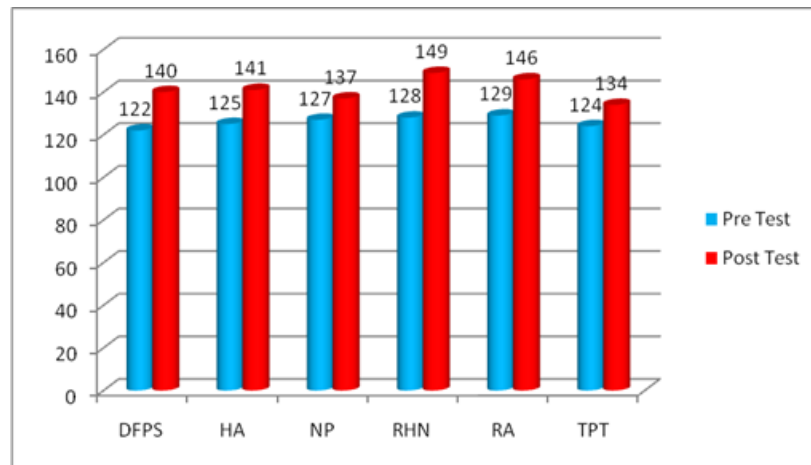
Tabel 1
Hasil Analisis Pre-test dan Post-test

No.	Nama	Pre-test Xi	Post-test Yi	Beda (Yi-Xi)	Peringkat (Yi-Xi)	Tanda Peringkat	
						Positif	Negatif
1	DFPS	122	140	+18	2	+2	
2	HA	125	141	+16	4	+4	
3	NP	127	137	+10	5.5	+5.5	
4	RHN	128	149	+21	1	+1	
5	RA	129	146	+17	3	+3	
6	TPT	124	134	+10	5.5	+5.5	
Jumlah						21	0

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa nomor urut yang bertanda positif = 21 sedangkan jumlah nomor urut yang bertanda negatif = 0, dengan demikian nomor urut dengan jumlah terkecil atau $T=0$. Berdasarkan tabel nilai kritis T untuk uji jenjang Wilcoxon dengan taraf signifikan 5 % dan $N = 6$ diperoleh $T_{tabel} = 1$ sehingga T_{hitung} lebih kecil T_{tabel} ($0 < 1$) berarti H_0

ditolak dan H_a diterima, maka hipotesis yang diajukan dapat diterima yaitu terdapat perbedaan yang signifikan pada skor disiplin belajar siswa kelas VIII MTs antara sebelum dan sesudah perlakuan strategi *self-management*.

Dari hasil *pre test* dan *post test* pada tabel di atas dapat digambarkan dalam grafik sebagai berikut :



Grafik 1
Hasil Analisis Pre Test dan Post Test

Ditunjukkan bahwa skor disiplin belajar rendah sebelum perlakuan dengan strategi self-administered, tetapi meningkat setelah perlakuan pada siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah, menunjukkan bahwa ini termasuk kategori sedang disiplin belajar. Dilihat dari hasil analisis penelitian, manajemen diri terbukti efektif dalam meningkatkan disiplin belajar siswa. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan positif terhadap bidang pembelajaran, yaitu bidang pendidikan tinggi mahasiswa pasca perlakuan dengan strategi pengelolaan mandiri.

Dari hasil pra-kuesioner dapat diketahui bahwa terdapat 6 mata pelajaran dengan disiplin belajar rendah. Untuk memperluas area belajar secara lebih optimal, strategi self care menghasilkan peningkatan area belajar siswa yang diukur dengan angket post-test. Hal ini terlihat dari hasil analisis statistik nonparametrik menggunakan uji tanda.

Analisis data menggunakan uji tanda menunjukkan bahwa $N = 6$ dan $X = 0$ berada pada daerah penolakan atau lebih kecil dari $t_{tabel} = 0,008$ pada taraf signifikansi 5%. Artinya, H_0 ditolak dan H_a diterima. Oleh karena itu, dapat diartikan bahwa terdapat perbedaan hasil disiplin belajar sebelum dan sesudah strategi self-administration. Hal ini dapat dilihat pada grafik pre-test dan post-test yang menunjukkan perbedaan atau perubahan tingkat disiplin belajar siswa sebelum dan sesudah menerapkan strategi manajemen diri. Berdasarkan hasil penelitian, strategi self-management dapat digunakan sebagai alternatif penunjang bagi siswa yang disiplin belajarnya rendah. Hal ini sesuai dengan pendapat Soekadji (1983:85) bahwa "fungsi manajemen diri membantu seseorang untuk mengatur dirinya sendiri sesuai dengan tugas-tugas kehidupannya sehari-hari".

Dari analisis di atas, siswa berubah ke arah menyadari maksud dan tujuan strategi manajemen diri. Dalam strategi manajemen diri, karena materi modifikasi perilaku dikhususkan

untuk disiplin belajar klien sendiri, 8 pertemuan diadakan dari proses perawatan strategi manajemen diri, dan tidak ada kendala dari segi waktu dan ruang. Sehingga Anda dapat mencapai tujuan terbesar Anda saat menerapkan strategi manajemen diri.

SIMPULAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa strategi self-management efektif dalam meningkatkan disiplin belajar siswa. Hal ini menjawab hipotesis bahwa terdapat perbedaan hasil belajar domain yang signifikan siswa sebelum dan sesudah menerapkan Teknik konseling manajemen diri untuk Kelas VIII MTs, menunjukkan bahwa penerapan strategi manajemen diri Teknik konseling manajemen diri berarti Anda akan dapat menerima pelatihan. Kelas VIII MTs.

Hal ini merupakan peningkatan yang signifikan (perubahan positif) pada disiplin belajar siswa setelah perlakuan dengan Teknik konseling manajemen diri. Berdasarkan analisis data, nilai disiplin belajar siswa diketahui secara umum meningkat positif setelah diberikan perlakuan. Setiap siswa mengalami peningkatan nilai pada bidang studi yang berbeda.

Dapat disimpulkan bahwa Teknik konseling manajemen diri efektif dalam meningkatkan disiplin belajar pada siswa Kelas VIII MTs. Menemukan perbedaan yang signifikan dalam prestasi belajar siswa di bidang pembelajaran sebelum dan sesudah menerima perlakuan Teknik konseling manajemen diri.

Saran

Berdasarkan simpulan di atas dapat disarankan sebagai berikut :

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling
Dapat melengkapi teori konselor sekolah tentang perilaku siswa. Dengan kata lain, Teknik konseling manajemen diri dapat digunakan sebagai alternatif. Membantu siswa mengalami perilaku yang tidak sesuai, terutama dalam meningkatkan disiplin belajar.
2. Bagi peneliti yang lain
Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperbaharui hasil penelitian dengan penerapan Teknik konseling manajemen diri dalam penanganan problematika siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Anyon, Y., Lechuga, C., Ortega, D., Downing, B., Greer, E., & Simmons, J. (2018). An exploration of the relationships between student racial background and the school sub-contexts of office discipline referrals: A critical race theory analysis. *Race Ethnicity and Education*, 21(3), 390-406.
- Byrne, L., Happell, B., & Reid-Searl, K. (2015). Recovery as a lived experience discipline: a grounded theory study. *Issues in mental health nursing*, 36(12), 935-943.
- Cameron, M., & Sheppard, S. M. (2006). School discipline and social work practice: Application of research and theory to intervention. *Children & Schools*, 28(1), 15-22.

- Duckworth, A. L., Grant, H., Loew, B., Oettingen, G., & Gollwitzer, P. M. (2011). Self-regulation strategies improve self-discipline in adolescents: Benefits of mental contrasting and implementation intentions. *Educational Psychology*, 31(1), 17-26.
- Habsy, B. A. (2022). *PANORAMA TEORI-TEORI KONSELING MODERN DAN POST MODERN: Refleksi Keindahan dalam Konseling*. Media Nusa Creative (MNC Publishing).
- Habsy, B. A. (2017). Model konseling kelompok cognitive behavior untuk meningkatkan self esteem siswa SMK. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 31(1), 21-35.
- Habsy, B. A. (2020). Development of Guidance Counselling for Increased Engagement and Empathy of Middle School Bullies. *International Journal of Innovation, Creativity and Change.*, 13(10), 1366-1385.
- Habsy, B. A. (2020). Development of Classical Guidance Modeling for Penyang Hinje Simpei to Prevent Child Abuse in High Schools. *International Journal of Innovation, Creativity and Change.*, 13(10), 1227-1246.
- Hirschfield, P. J., & Celinska, K. (2011). Beyond fear: Sociological perspectives on the criminalization of school discipline. *Sociology Compass*, 5(1), 1-12.
- Knittle, K., Heino, M., Marques, M. M., Stenius, M., Beattie, M., Ehbrecht, F., ... & Hankonen, N. (2020). The compendium of self-enactable techniques to change and self-manage motivation and behaviour v. 1.0. *Nature Human Behaviour*, 4(2), 215-223.
- Putri, M. E., Wibowo, M. E., & Sugiyo, S. (2021). The Effectiveness of Group Counseling With Cognitive Restructuring and Self-Management Techniques to Reduce Academic Procrastination. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 10(1), 29-35.
- Tarmizi, R., Sugiharto, D. Y. P., & Sutoyo, A. (2020). The Effectiveness of Group Counseling with Self-Management and Cognitive Restructuring Techniques to Reduce Studentsâ€™ Aggression. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 9(1), 40-44.
- Tight, M. (2014). Discipline and theory in higher education research. *Research papers in education*, 29(1), 93-110.