

**PENGARUH *SELF MANAGEMENT* TERHADAP SIKAP KEDISIPLINAN  
MAHASISWA JURUSAN PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN  
SOSIAL FKIP UNIVERSITAS LAMPUNG**

**Skripsi**

**Oleh  
SALSABILA FARAH FAJRAH  
NPM 2113032028**



**PENDIDIKAN PANCASILA DAN KEWARGANEGARAAN  
JURUSAN PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG**

**2025**

## ABSTRAK

### PENGARUH *SELF MANAGEMENT* TERHADAP SIKAP KEDISIPLINAN MAHASISWA JURUSAN PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL FKIP UNIVERSITAS LAMPUNG

Oleh

**SALSABILA FARAH FAJRAH**

*Self management* merupakan keterampilan penting yang berperan signifikan dalam membentuk sikap kedisiplinan mahasiswa. Dalam konteks perguruan tinggi kemampuan individu untuk mengelola waktu, emosi dan mengembangkan sumber daya pribadi sangat mempengaruhi cara mereka menjalani aktivitas akademik dan non akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis bagaimana Pengaruh *Self Management* Terhadap Sikap Kedisiplinan Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Subjek penelitian ini yakni mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung angkatan 2021 dan 2022. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 81 responden. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik angket dan wawancara. Teknik analisis data pada penelitian ini yakni menggunakan uji regresi sederhana. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa *Self Management* berpengaruh positif terhadap 49,2% terhadap Sikap Kedisiplinan mahasiswa. Hasil yang didapat menunjukkan adanya pengaruh *self management* terhadap sikap kedisiplinan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung. Namun terdapat pengaruh lain yang mempengaruhi sikap kedisiplinan mahasiswa, sebesar 50,8% yang meliputi, motivasi diri, karakteristik individu, dan lingkungan sosial mahasiswa. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwasanya *self management* dapat membentuk sikap kedisiplinan Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung.

***Kata Kunci: Self Management, Sikap Kedisiplinan, Mahasiswa***

## ABSTRACT

### THE INFLUENCE OF SELF MANAGEMENT ON THE DISCIPLINE ATTITUDES OF STUDENTS DEPARTMENT OF SOCIAL SCIENCES EDUCATION FKIP LAMPUNG UNIVERSITY

By

**SALSABILA FARAH FAJRAH**

*Self management is an important skill that plays a significant role in forming students' disciplinary attitudes. In the context of higher education, an individual's ability to manage time, emotions and develop personal resources greatly influences the way they carry out academic and non-academic activities. This research aims to find out and analyze how the influence Self Management Regarding the Disciplinary Attitude of Students of the Social Sciences Education Department, FKIP, University of Lampung. The research method used in this research is a descriptive method with a quantitative approach. The subjects of this research were students from the Department of Social Sciences Education, FKIP, University of Lampung, class of 2021 and 2022. The sample in this research consisted of 81 respondents. Data collection techniques in this research used questionnaires and interviews. The data analysis technique in this research uses a simple regression. Based on the results of the research conducted, it shows that Self Management has a positive effect on 49.2% of student discipline attitudes. The results obtained show that there is an influence self management towards the disciplinary attitudes of students at the Department of Social Sciences Education, FKIP, University of Lampung. However, there are other influences that influence students' disciplinary attitudes, amounting to 50.8%, which include self-motivation, individual characteristics and the student's social environment. Based on the research results, it is known that self management can form a disciplinary attitude in the Department of Social Sciences Education, FKIP, University of Lampung.*

**Keywords: Self Management, Disciplinary Attitude, Students**

**PENGARUH *SELF MANAGEMENT* TERHADAP SIKAP KEDISIPLINAN  
MAHASISWA JURUSAN PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN  
SOSIAL FKIP UNIVERSITAS LAMPUNG**

**Oleh  
Salsabila Farah Fajrah**

**Skripsi**

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mencapai Gelar  
SARJANA PENDIDIKAN**

**Pada**

**Program Studi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan  
Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial**



**PENDIDIKAN PANCASILA DAN KEWARGANEGARAAN  
JURUSAN PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG**

**2025**

Judul Skripsi : **PENGARUH *SELF MANAGEMENT* TERHADAP SIKAP KEDISIPLINAN MAHASISWA JURUSAN PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL FKIP UNIVERSITAS LAMPUNG**

Nama Mahasiswa : **Salsabila Farah Fajrah**

Nomor Pokok Mahasiswa : **2113032028**

Program studi : **Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan**

Jurusan : **Pendidikan IPS**

Fakultas : **Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



Pembimbing I,

Pembimbing II,

**Dr. Yunisca Nuralisa, M.Pd.**  
NIP. 19870602 200812 2 001

**Nurhayati, S.Pd., M.Pd.**  
NIP. 231804920708201

## 2. Mengetahui

Ketua Jurusan Pendidikan  
Ilmu Pengetahuan Sosial

Ketua Program Studi  
Pendidikan PKn

**Dr. Dedy Miswar, S.Si., M.Pd.**  
NIP. 19741108 200501 1 003

**Dr. Yunisca Nuralisa, M.Pd.**  
NIP. 19870602 200812 2 001

**MENGESAHKAN**

**1. Tim Penguji**

**Ketua : Dr. Yunisca Nurmalisa, M.Pd.**

*Yunisca Nurmalisa*  
.....

**Sekretaris : Nurhayati, S.Pd., M.Pd.**

*Nurhayati*  
.....

**Penguji  
Bukan Pembimbing : Drs. Berchah Pitoewas, M.H.**

*Berchah Pitoewas*  
.....

**2. Pk. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



**Dr. Riswandi, M.Pd.**  
NIP. 19760808200912 1 001

**Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 23 Januari 2025**

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, adalah :

Nama : Salsabila Farah Fajrah  
NPM : 2113032028  
Program Studi : Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan  
Jurusan : Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Alamat : Jln. Danau Margakaya RT 001 RW 002 Kel.  
Margakaya, Kec. Pringsewu, Kab. Pringsewu.

Dengan ini menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana disuatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Bandar Lampung, 23 Januari 2025



Salsabila Farah Fajrah  
NPM. 2113032028

## RIWAYAT HIDUP



Peneliti dilahirkan di Pringsewu, pada tanggal 24 Juli 2003. Anak Pertama dari Tiga bersaudara buah cinta kasih dari pasangan Bapak Tamrinudin dan Ibu Sri Hastuti.

Peneliti menyelesaikan Pendidikan di Sekolah Dasar Negeri 2 Margakaya pada tahun 2015, kemudian melanjutkan Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Pringsewu pada tahun 2018. Peneliti kembali melanjutkan Pendidikan di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Pringsewu pada tahun 2021 dan pada tahun 2021 Peneliti melanjutkan Pendidikan di salah satu perguruan tinggi negeri yang ada di Kota Bandar Lampung dan tercatat sebagai mahasiswa Program Studi PPKn Jurusan Pendidikan IPS Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung melalui jalur SBMPTN. Selama kuliah, Peneliti pernah mengikuti UKM PIK R Raya Universitas Lampung sebagai anggota divisi Psdm, menjadi anggota divisi bidang sosial dan masyarakat, menjadi anggota psdm di Fordika selama 3 tahun perkuliahan, Peneliti juga aktif dalam berorganisasi maupun berkegiatan di luar kampus salah satunya selama berkuliah, menjadi Duta Nasional Mahasiswa Inspiratif Indonesia tahun 2021, Peneliti Terbaik PAMI Lampung tahun 2022, Winner Putri HijabFluencer Provinsi Lampung tahun 2023.

Peneliti melaksanakan Kuliah Kerja Lapangan (KKL) dengan tujuan Bali-Malang-Yogyakarta Tahun 2023. Melaksanakan salah satu mata kuliah wajib yakni Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Kelurahan Kemukus, Kecamatan Ketapang, Kabupaten Lampung Selatan, serta mengikuti mata kuliah wajib Pengenalan Lingkungan Persekolahan (PLP) 1 dan Pengenalan Lingkungan Persekolahan (PLP) 2 di SDN Kemukus.

## MOTTO

*“Kehidupan Manusia Serupa Dengan Alam”*

*(R.A Kartini)*

*“Hidup memang tidak selalu seperti yang kamu mau, tapi  
bagaimana kamu melihat dan menjalaninya, itulah yang lebih  
penting.”*

*(Merry Riana)*

*“Bermimpi, Percaya, Wujudkan ”*

*(Salsabila Farah Fajrah)*

## **PERSEMBAHAN**

*Bismillahirrahmanirrahiim*

*Dengan mengucapkan syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya ku persembahkan karya kecil ini sebagai tanda bakti dan cintaku kepada:*

*“Kedua orang tuaku, yang sangat aku sayangi dan aku cintai Ayahku (Tamrinudin) dan bundaku (Sri Hastuti) yang telah merawatku dengan penuh perhatian dan kasih sayang serta kesabaran yang luar biasa, membimbing, memotivasi, memberikan dukungan, dan selalu mendoakan disetiap sujudnya untuk keberhasilanku..*

*Mereka menjadi salah satu alasan terbesarku untuk terus berjuang dan bertahan hingga saat ini, tiada henti aku memohon kepada Allah SWT, agar ayah dan bundaku diberikan kesehatan, kebahagiaan, rezeki, dan perlindungan-Nya yang berlimpah. Semoga Allah memberikan aku umur panjang dan diberikan kesempatan untuk selalu membahagiakan keduanya, serta menjadi panutan untuk kedua adik laki laki ku tersayang, semoga kelak aku dapat membawa mereka menjadi lebih baik dariku hari ini.*

*Aku mampu berada sampai di titik ini bukan karena aku hebat, melainkan karena do'a dan perjuangan orang tua ku yang kuat.*

*Aamiin Allahuma Aamiin.”*

*dan tidak lupa yang selalu terpatri dalam jiwa  
“Almamaterku Tercinta, Universitas Lampung”*

## SANWACANA

Puji Syukur ke hadirat Allah Subhanahu wa Ta'ala yang telah meilmpahkan rahmat dan karunia Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh *Self Management* Terhadap Sikap Kedisiplinan Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung”**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana (S1) Pendidikan di Universitas Lampung. Terselesainya Penelitian skripsi ini tidak terlepas dari hambatan yang datang baik dari luar maupun dalam diri Peneliti. Berkat bimbingan, saran, bantuan baik secara moral maupun spiritual serta arahan dan motivasi dari berbagai pihak, sehingga segala kesulitan dapat terlewati dengan baik. Pada kesempatan ini Peneliti ingin mengucapkan terima kasih banyak kepada :

1. Bapak Dr.Albert Maydiantoro, S. Pd., M.Pd. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
2. Bapak Dr. Riswandi, M.Pd. selaku Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kerjasama Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Dr. Albert Maydiantoro, S. Pd., M.Pd. selaku Wakil Dekan Bidang Umum dan Keuangan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
4. Bapak Hermi Yanzi, S.Pd., M.Pd. selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan dan Alumni Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
5. Bapak Dr. Dedy Miswar, S.Si., M.Pd. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
6. Ibu Dr. Yunisca Nurmalisa, S.Pd., M.Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Fakultas Keguruan dan

Ilmu Pendidikan Universitas Lampung, dan selaku Pembimbing Akademik (PA), sekaligus juga dosen pembimbing I. Terima kasih atas arahan, didikan, ilmu, tenaga maupun pikiran yang yang sudah diberikan dengan ikhlas untun menuntun saya dalam penyelesaian skripsi ini.

7. Ibu Nurhayati, S.Pd., M.Pd., selaku pembimbing II. Terima kasih atas bimbingan, dukungan, semangat, ilmu, waktu, tenaga, arahan, serta nasehatnya selama ini.
8. Bapak Drs. Berchah Pitoewas, M.H. selaku dosen Pembahas I yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, pikiran serta motivasi, dan nasihat dalam pembuatan skripsi ini.
9. Ibu Devi Sutrisno Putri, S.Pd., M.Pd., selaku dosen Pembahas II. Terima kasih atas masukan dan sarannya dalam pembuatan skripsi ini.
10. Bapak dan Ibu dosen khususnya dosen Program Studi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung yang dengan rela dan ikhlas memberikan ilmu yang dimilikinya kepada Peneliti
11. Staf Program Studi PPKn Universitas Lampung yang telah membantu Peneliti selama melaksanakan penelitian
12. Terkhusus dan yang paling istimewa yaitu kedua orang tuaku, cinta pertama dari anak perempuan pertama satu satunya, Bapak Tamrinudin, beliau memang tidak merasakan pendidikan bahkan hingga tamat sekolah dasar namun terimakasih banyak telah mampu mendidik, memotivasi serta terus memberikan dorongan teriring doa sampai Peneliti dapat menyelesaikan Penelitian skripsi ini. Terkhusus untuk ibundaku Sri Hastuti. Terima kasih atas keikhlasan, kesabaran ketulusan kasih sayang yang telah diberikan kepada peneliti, terima kasih telah merawat dan membesarkanku hingga saat ini, terima kasih telah mengajarkan untuk menjadi seseorang yang sederhana dalam menjalani kehidupan, mandiri dan berpendirian teguh, serta terima kasih telah

mendoakan, memberikan motivasi, serta dukungan dan finansial yang tak terhingga.

13. Teruntuk adik adiku tersayang, Falih Maulana Al Muqoddam, dan Muhammad Nazilus Syafi'i, Terima kasih atas semua dukungan, dan menjadi motivasi Peneliti untuk segera menyelesaikan skripsi ini dan kasih sayang yang telah diberikan sehingga Peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
14. Terima kasih kepada NPM 1913032018 yang telah memberikan motivasi, semangat, dukungan yang tiada henti, selalu menjadi seseorang yang selalu terlibat banyak dalam Peneliti menyelesaikan skripsi ini bersedia mendengarkan segala keluh kesah dan sangat membantu Peneliti dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
15. Terima kasih kepada teman sekamar, seperjuangan, sahabat saya Lela Widdiawati sejak menjadi Mahasiswa baru hingga akhir. Sama sama anak beasiswa, harapan pertama di keluarga Terima kasih telah membersamai perjalanan ku baik di saat senang maupun susah, Terima kasih karena telah banyak memberikan bantuan, dukungan, semangat dan motivasi kepada ku, baik sedari perkuliahan, karir maupun dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Terima kasih banyak untuk semua cerita di bangku perkuliahan ini, semoga cerita ini akan terus berlanjut sampai nanti.
16. Terima kasih kepada sahabat saya tersayang Sevira Amanda, dan Kurnia Oktaviola. Rekan rekan yang ada di belakang layar yang selalu siap sedia membantu saya sedari Mahasiswa baru sampai akhir. Terima kasih karena mau membersamai dan mendukung satu sama lain dan semangat berproses. Terima kasih atas waktu yang diberikan untuk sekadar menemani mendengarkan ceritaku. Tak lupa juga dukungan yang selalu diselipkan setiap harinya untuk menyelesaikan tugas akhir ini. Senang bisa mengenal kalian dan semoga tidak berhenti sampai disini saja hubungan baik ini.

17. Teman-teman Program Studi PPKn angkatan 2021 yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, Terima kasih untuk kebersamaannya selama ini.
18. Terima kasih untuk keluarga besar FORDIKA FKIP Unila untuk setiap semangat yang disalurkan. Terima kasih untuk setiap kebersamaan suka, duka dan ketulusan yang kalian berikan.
19. Serta semua pihak yang secara langsung maupun tidak langsung telah memberikan bantuan moril maupun materil dalam penyusunan skripsi ini.
20. Dan yang terakhir, Apresiasi sebesar besarnya untuk diri saya sendiri, Salsabila Farah Fajrah, terima kasih untuk diriku yang sudah mau berjuang dan bertahan sejauh ini dengan menyelesaikan apa yang sudah dimulai. Semoga hatimu selalu diberi kekuatan, ketenangan, dan kebahagiaan yang tidak habis. Semoga hal hal baik selalu menjadi sahabat dalam keseharianmu, semoga senyum orang tua yang sedang kamu usahakan itu suatu hari menghampirimu., maka hiduplah kamu dengan keistimewaan, maka kuatlah kamu di atas segala hal yang mampu membuatmu kamu rapuh, maka hebatlah kamu di atas keraguan orang lain, semoga Allah dan semesta melapangkan hatimu atas segala hal yang sebelumnya terasa berat dan mengecewakan. Mari bermekar di tahun berikutnya.

Peneliti telah menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Peneliti berharap semoga dengan kesederhanaannya skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak.

Bandar Lampung, 23 Januari 2025

Peneliti

**Salsabila Farah Fajrah**  
**NPM. 2113032028**

**PENGARUH *SELF MANAGEMENT* TERHADAP SIKAP KEDISPLINAN  
MAHASISWA JURUSAN PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN  
SOSIAL FKIP UNIVERSITAS LAMPUNG**

**(Skripsi)**

**Oleh :**

**Salsabila Farah Fajrah**

**NPM. 2113032028**



**PENDIDIKAN PANCASILA DAN KEWARGANEGARAAN  
JURUSAN PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG**

**2025**

## KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Tuhan Yang Maha Esa, kami panjatkan puji syukur atas kehadiran-Nya yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **Pengaruh *Self Management* Terhadap Sikap kedisiplinan Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung.**

Penelitian ini telah disusun secara maksimal dengan dukungan dari berbagai pihak sehingga dapat memperlancar penyusunan skripsi ini. Untuk itu, peneliti menyampaikan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah ikut berkontribusi dalam penyusunan penelitian ini.

Terlepas dari itu, peneliti menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna baik dari segi susunan kalimat maupun tata bahasanya. Oleh karena itu, kami terbuka untuk menerima segala masukan yang bersifat membangun dari pembaca agar peneliti bisa melakukan perbaikan penelitian sehingga menjadi penelitian yang baik dan benar. Semoga penelitian ini dapat memberi manfaat ataupun inspirasi pada pembaca.

Bandar Lampung, 23 Januari 2025

Peneliti,

**Salsabila Farah Fajrah**

**NPM. 2113032028**

## DAFTAR ISI

### Halaman

HALAMAN JUDUL .....	i
KATA PENGANTAR .....	ii
DAFTAR ISI .....	iii
DAFTAR TABEL .....	v
DAFTAR GAMBAR .....	vi
DAFTAR LAMPIRAN .....	vii

<b>I. PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Kegunaan Penelitian.....	7
G. Ruang Lingkup Penelitian .....	8
1. Ruang Lingkup Ilmu.....	8
2. Ruang Lingkup Objek Penelitian.....	8
3. Ruang Lingkup Subjek Penelitian .....	8
4. Ruang Lingkup Tempat Penelitian .....	9
5. Ruang Lingkup Waktu Penelitian .....	9
<b>II. TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>10</b>
A. Deskripsi Teori.....	10
1. Tinjauan Umum <i>Self Management</i> .....	10
a. Pengertian <i>Self Management</i> .....	10
b. Aspek-aspek <i>Self Management</i> .....	12
c. Tujuan Teknik <i>Self Management</i> .....	13
d. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi <i>Self Management</i> .....	14
e. Pendekatan Teknik <i>Self Management</i> .....	15
f. Manfaat Teknik <i>Self Management</i> .....	17

g. Tantangan dan Hambatan dalam <i>Self Management</i> .....	17
h. Strategi <i>Self Management</i> .....	19
i. Indikator <i>Self Management</i> .....	23
2. Tinjauan Umum Sikap kedisiplinan.....	24
a. Pengertian Sikap kedisiplinan.....	21
b. Faktor-Faktor Kedisiplinan.....	25
c. Tujuan Sikap Kedisiplinan.....	28
d. Jenis-Jenis Sikap Kedisiplinan .....	29
e. Dampak Sikap Kedisiplinan.....	29
f. Indikator Sikap kedisiplinan.....	30
B. Kajian Penelitian Relevan .....	30
C. Kerangka Berpikir .....	32
D. Hipotesis .....	33
<b>III. METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>34</b>
A. Metode Penelitian .....	35
B. Populasi dan Sampel.....	36
1. Populasi.....	37
2. Sampel.....	37
C. Variabel Penelitian .....	38
1. Variabel Bebas ( <i>Independent Variabel</i> ).....	38
2. Variabel Terikat ( <i>Dependent Variabel</i> ).....	39
D. Definisi Konseptual dan Definisi Operasional .....	39
1. Definisi Konseptual .....	40
2. Definisi Operasional .....	40
E. Teknik Pengumpulan Data .....	41
1. Angket .....	41
2. Wawancara .....	42
F. Instrumen Penelitian .....	42
1. Angket.....	43
2. Wawancara .....	43
G. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas.....	44
H. Teknik Analisis Data .....	44
1. Analisis Distribusi Frekuensi .....	45
2. Uji Prasyarat.....	46
a. Normalitas .....	47
b. Linearitas .....	49
3. Analisis Data .....	50
a. Uji Hipotesis .....	50
b. Uji Koefisien Determinasi .....	51
<b>IV. HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>52</b>
A. Gambaran umum dan lokasi penelitian.....	52
B. Pelaksanaan Uji Coba Penelitian .....	56
a. Uji Coba Validitas Angket .....	56

b. Uji Coba Reliabilitas Angket.....	59
C. Deskripsi Data Penelitian.....	61
1. Pengumpulan Data .....	61
2. Penyajian Data.....	62
a. Penyajian Data <i>Self Management</i> .....	62
b. Penyajian Data Sikap Kedisiplinan.....	69
D. Hasil Analisis Data.....	77
1. Uji Prasyarat .....	77
a. Uji Normalitas.....	77
b. Uji Linieritas .....	78
2. Uji Analisis Data .....	79
a. Uji Hipotesis .....	79
b. Uji Koefisien Determinasi .....	80
E. Pembahasan Hasil Penelitian .....	81
1. <i>Self Management</i> (Variabel X) .....	81
2. Sikap Kedisiplinan (Variabel Y).....	86
3. Pengaruh <i>Self Management</i> Terhadap Sikap Kedisiplinan Mahasiswa .....	92
<b>V. KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	
A. Kesimpulan .....	103
B. Saran .....	104
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>109</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>154</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
3.1 Data Jumlah Populasi Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung Angkatan Tahun 2021 dan Angkatan Tahun 2022.....	35
3.2 Data Jumlah Sampel Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung Angkatan Tahun 2021 dan Angkatan Tahun 2022.....	38
3.3 Indeks Koefisiensi Reliabilitas .....	46
4.1 Hasil Uji Validitas Angket (Variabel X ) Kepada 10 Responden di Luar Sampel .....	56
4.2 Hasil Uji Validitas Angket (Variabel Y ) Kepada 10 Responden di Luar Sampel .....	57
4.3 Hasil Uji Reliabilitas (Variabel X) Kepada 10 Responden di Luar Sampel .....	58
4.4 Hasil Uji Reliabilitas (Variabel Y) Kepada Sepuluh Responden di Luar Sampel. ....	59
4.5 Daftar Nama Ketua Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung Periode 2008-2024, .....	61
4.6 Gedung dan Fasilitas Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung .....	63
4.7 Data Jumlah Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung Angkatan Tahun 2021 dan Angkatan tahun 2022.....	64
4.8 Distribusi Frekuensi Indikator Penyusunan diri ( <i>Self Organization</i> ) .....	67
4.9 Distribusi Frekuensi Indikator Pengendalian Diri ( <i>Self Control</i> ) .....	68
4.10 Distribusi Frekuensi Indikator Pengembangan Diri ( <i>Self Development</i> )	70
4.11 Distribusi Frekuensi Akumulasi <i>Self Management</i> (Variabel X) .....	72
4.12 Distribusi Frekuensi Indikator Datang Tepat Waktu.....	73
4.13 Distribusi Frekuensi Indikator Patuh Pada Tata Tertib atau Aturan.....	75
4.14 Distribusi Frekuensi Indikator Menyelesaikan Tugas dengan Tepat Waktu yang ditentukan.....	77
4.15 Distribusi Frekuensi Akumulasi Sikap Kedisiplinan (Variabel Y) .....	79

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
2.1 Kerangka Berpikir.....	33
3.1 Keterkaitan Antar Variabel.....	39

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Lampiran 1	Surat Izin Pendahuluan
2. Lampiran 2	Surat Balasan Penelitian Pendahuluan
3. Lampiran 3	Dokumentasi Wawancara Penelitian Pendahuluan
4. Lampiran 4	Surat Izin Penelitian
5. Lampiran 5	Surat Keterangan (Balasan) Izin Penelitian
6. Lampiran 6.1	Kisi kisi instrumen angket
Lampiran 6.2	Angket penelitian
Lampiran 6.3	Pedoman wawancara penelitian
7. Lampiran 7	Tabulasi data validitas dan reliabilitas
8. Lampiran 8	Hasil uji angket kepada 81 responden
9. Lampiran 9	Tabel distribusi frekuensi variabel x
10. Lampiran 10	Tabel distribusi frekuensi variabel y
11. Lampiran 11	Bukti penyebaran link angket penelitian
12. Lampiran 12	Dok. penelitian wawancara kepada responden
13. Lampiran 13	Surat Edaran Tata pergaulan mahasiswa FKIP Universitas lampung

## I. PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Perguruan tinggi memiliki tujuan untuk menghasilkan lulusan yang memiliki pengetahuan, keterampilan dan sikap profesional dalam bidang tertentu. Pendidikan karakter di perguruan tinggi merupakan suatu upaya yang terencana dan sistematis untuk membentuk kepribadian mahasiswa agar sesuai dengan nilai-nilai yang diharapkan dalam dunia pendidikan maupun di masyarakat. Melalui pendidikan karakter yang terintegrasi dengan pengembangan kemampuan *self management*, diharapkan mahasiswa dapat menjadi individu yang tidak hanya cerdas secara akademis, tetapi juga memiliki karakter yang kuat dan mampu berkontribusi positif bagi masyarakat.

Pada konteks pendidikan, terutama di perguruan tinggi, karakter mahasiswa sangat penting karena mencerminkan sikap dan etika mereka dalam belajar dan berinteraksi dengan lingkungan. Karakter merupakan sekumpulan sifat, perilaku, dan nilai-nilai yang membentuk identitas seseorang. Karakter yang diharapkan dari mahasiswa mencakup kedisiplinan yang diharapkan mahasiswa mampu untuk mematuhi aturan dan jadwal, serta menyelesaikan tugas tepat waktu. Selain itu juga memiliki rasa tanggung jawab kesadaran akan kewajiban dan konsekuensi dari tindakan yang diambil dan memiliki nilai Integritas kejujuran dan konsistensi dalam perilaku, baik di dalam maupun di luar kelas, serta sikap kemandirian untuk belajar dan bekerja secara mandiri tanpa bergantung pada orang lain.

Mahasiswa sebagai calon pemimpin masa depan perlu dibekali dengan nilai-nilai moral dan etika yang kuat agar dapat mengambil keputusan yang bijak dan bertanggung jawab di kemudian hari. Dalam berbagai kasus pelanggaran etika, seperti plagiarisme, kecurangan akademik, dan perilaku tidak bertanggung jawab lainnya, menunjukkan adanya kekurangan dalam proses pemahaman dan pengimplementasian dari sikap kedisiplinan di tingkat perguruan tinggi. Karenanya, sikap kedisiplinan menjadi semakin krusial dalam membentuk individu yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga memiliki moralitas yang tinggi.

Adanya tantangan yang semakin kompleks dalam perkembangan dan peningkatan pendidikan menuntut para mahasiswa untuk terus meningkatkan *self management* mereka, sehingga dapat berkontribusi dalam peningkatan kualitas pendidikan dan sikap kedisiplinan pada proses pembelajaran. Kemampuan *self management* menjadi prasyarat penting dalam menghadapi dinamika perubahan dan kemajuan dalam berbagai aspek kehidupan. Proses dinamika dunia pendidikan juga sangatlah kompleks yang mana melibatkan berbagai faktor termasuk kedisiplinan, motivasi, dan kemampuan diri. Dalam konteks pendidikan, sikap kedisiplinan adalah salah satu faktor yang sangat penting untuk meningkatkan prestasi belajar mahasiswa.

Kedisiplinan mahasiswa merupakan salah satu faktor penting yang menentukan keberhasilan dalam proses pembelajaran di perkuliahan. Kedisiplinan tidak hanya berkaitan dengan kepatuhan terhadap aturan tetapi juga mencerminkan sikap dan kebiasaan yang dapat mendukung tercapainya tujuan akademik dan non akademik. Kedisiplinan mahasiswa juga berpengaruh terhadap prestasi akademik mereka menunjukkan korelasi positif antara sikap kedisiplinan dan hasil belajar mahasiswa (Simba et al., 2016).

Penelitian ini menekankan bahwa upaya untuk meningkatkan sikap kedisiplinan di kalangan mahasiswa sangat penting untuk menciptakan lingkungan akademik yang produktif dan kondusif bagi perkembangan holistik mereka. Dengan demikian, institusi pendidikan dapat lebih efektif

dalam menghasilkan lulusan yang tidak hanya berprestasi secara akademis, tetapi juga memiliki karakter yang kuat dan siap menghadapi tantangan di masa depan. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk meningkatkan sikap kedisiplinan mahasiswa adalah melalui penerapan *self management* atau pengelolaan diri.

*Self management* adalah kemampuan individu untuk mengatur diri sendiri dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam konteks pendidikan. Hal ini mencakup perencanaan, pengendalian diri, pengaturan waktu, dan evaluasi diri. *self management* merupakan keterampilan dalam mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna (So'imah & Hasanah, 2022). Kemampuan ini sangat penting bagi mahasiswa karena membantu mereka untuk menjadi lebih bertanggung jawab dan mandiri dalam mengatur kegiatan perkuliahan, organisasi baik internal atau eksternal kampus dan dalam kehidupan sehari-hari sebagai seorang mahasiswa.

Upaya yang dapat dilakukan untuk mencapai tujuan tersebut yang dapat dilakukan setiap mahasiswa adalah bahwa setiap mahasiswa harus memiliki sikap dan perilaku yang menunjang kesuksesan dimasa depan. Namun, mahasiswa juga sering mengalami permasalahan dalam menerapkan pada diri sendiri. Hal tersebut di latar belakang oleh beberapa faktor yaitu kurangnya kesadaran diri, ketataan, pengetahuan, tingkat keinginan berprestasi yang masih rendah, dan kurangnya komitmen mahasiswa dalam mematuhi aturan yang ditetapkan oleh kampus. Tentu hal ini bisa di atasi dengan adanya dorongan dari luar seperti lingkungan, kebiasaan, pembinaan di rumah, seperti sarana yang menunjang, dan adanya pengawasan, hukuman nasihat dan sebagainya.

Salah satu strategi yang dapat diterapkan dalam mengatasi masalah kedisiplinan mahasiswa yaitu salah satunya dengan adanya *self management* yang baik dalam diri mahasiswa. Disinilah peran *self management* dibutuhkan untuk mengelola seluruh kemampuan tersebut. Menurut Putu

Megantari et al. (2014), mahasiswa sebagai generasi penerus bangsa harus memiliki kemampuan *self management* yang baik. Setiap orang harus memiliki *self management* yang baik karena dalam menjalani kehidupan perkuliahan, seorang mahasiswa yang mampu *me-management* dirinya dengan baik akan bisa mengontrol dirinya dan membuat hidupnya lebih disiplin. Sikap kedisiplinan mahasiswa dapat terlihat ketika mereka mampu mengendalikan diri, pikiran, dan mengetahui prioritas yang harus diutamakan dalam hidupnya dan sudah memiliki cara dan langkah dalam menjalani kehidupannya. *Self management* yang baik juga akan membantu mahasiswa *me-management* waktu, dan skala prioritas nya selama masa perkuliahan yang tentunya akan berpengaruh secara signifikan terhadap sikap kedisiplinan mahasiswa.

Menurut hasil penelitian pendahuluan melalui wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada beberapa dosen di lingkungan Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, beberapa jawabannya menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki kemampuan *self management* yang baik cenderung memiliki sikap kedisiplinan yang lebih tinggi dan lebih mampu mengelola diri sendiri dalam menghadapi berbagai tugas dan kewajiban akademis. Walaupun tidak selamanya pembentukan sikap kedisiplinan mahasiswa di pengaruhi hal utamanya adalah karena *self management* mereka. Hal ini membuat peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai pengaruh *self management* terhadap sikap kedisiplinan mahasiswa karena dalam beberapa contoh, *self management* telah terbukti memiliki berbagai manfaat, seperti meningkatkan *job satisfaction*, produktivitas, dan *trust*. Abdi et al. (2023). Karenanya, pengembangan kemampuan *self management* mahasiswa dapat membantu meningkatkan sikap kedisiplinan mereka dan meningkatkan kualitas pendidikan mereka.

Menurut beberapa penelitian sebelumnya (fajriani, 2016; Hasanah et al., 2023; Mashurin & Fadkhurosi, 2023), telah ditemukan bahwa *self management* memiliki pengaruh signifikan terhadap kedisiplinan belajar peserta didik pada tingkat sekolah menengah pertama dan menengah atas.

Dari fakta di atas dan pengamatan di sini yang peneliti lakukan, peneliti tertarik untuk meneliti mahasiswa jurusan pendidikan ilmu pengetahuan sosial FKIP Universitas Lampung kemudian peneliti melakukan wawancara kepada mahasiswa jurusan pendidikan ilmu pengetahuan sosial FKIP Universitas Lampung yang dilakukan oleh peneliti masih banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam mengatur waktu dan prioritas, sehingga mereka seringkali mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan tugas dan menghadiri perkuliahan. Masalah di atas menjadi faktor penghambat utama dalam proses perkuliahan dikarenakan kedisiplinan mahasiswa tidak hanya berdampak pada prestasi akademis mereka, tetapi juga pada kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Padahal kedisiplinan mahasiswa yang baik dapat membantu mereka dalam mengatur waktu, mengatur prioritas, dan menghadapi tekanan dan stres yang timbul dari berbagai aktivitas akademis dan nonakademis. Karenanya perlu dilakukan penelitian yang lebih lanjut untuk mengetahui pengaruh *self management* terhadap sikap kedisiplinan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung .

Berdasarkan hasil studi pendahuluan melalui wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung, mengenai sikap kedisiplinan mahasiswa ditemukan permasalahan bahwa *self management* mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung diduga masih cenderung dalam tataran yang belum baik dimana hal tersebut ditandai dengan adanya fakta bahwa masih ada mahasiswa yang terlambat ketika mengikuti perkuliahan, kurangnya komitmen mahasiswa dalam mematuhi beberapa aturan yang ditetapkan oleh kampus, salah satu contohnya dalam mematuhi aturan berpakaian di kampus. Melakukan kegiatan begadang untuk sesuatu hal yang tidak mendesak, kurangnya motivasi dan minat belajar di kampus atau mengikuti kegiatan UKM (Unit Kegiatan Mahasiswa), kesulitan beberapa mahasiswa yang memiliki pekerjaan *part time* untuk membagi waktu antara pekerjaan dan perkuliahan.

Dapat ditarik benang merah dari masalah tersebut bahwa masih ada sikap yang tidak selaras antara tujuan Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung, dan sikap mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung, hal tersebut perlu dikaji dan diteliti lebih mendalam serta faktor apa saja yang mempengaruhinya khususnya dalam lingkup pengaruh *self management* dan sikap kedisiplinan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung.

Dari uraian di atas, maka peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian yang berjudul **“Pengaruh *Self management* Terhadap Sikap kedisiplinan Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung”**. Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk menguji sejauh mana Pengaruh kemampuan *self management* mahasiswa dapat meningkatkan sikap kedisiplinan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung.

Pengamatan seperti di atas akan membantu mahasiswa mengembangkan daya berpikir secara sistematis dan logis, sehingga mampu mengambil keputusan yang tepat dalam bertindak. Penelitian ini akan dilakukan kepada mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung pada angkatan tahun 2021 dan angkatan tahun 2022. Hasil penelitian ini memberikan kontribusi pada peningkatan kemampuan *self management* dan meningkatkan sikap kedisiplinan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yaitu sebagai berikut :

1. Kurangnya kemampuan mahasiswa dalam mengelola dirinya dalam kehidupan di luar atau di kampus.
2. Adanya kontinuitas positif antara *self management* dengan sikap kedisiplinan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial , Fakultas keguruan dan ilmu pendidikan, Universitas Lampung.

3. Kurangnya komitmen mahasiswa dalam mematuhi aturan yang ditetapkan oleh kampus pada Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Fakultas keguruan dan ilmu pendidikan, Universitas Lampung.
4. Keinginan peningkatan prestasi yang masih rendah pada diri mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Fakultas keguruan dan ilmu pendidikan, Universitas Lampung.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah penelitian ini dapat ditentukan pembatasan masalah sebagai berikut.

1. Kurangnya komitmen mahasiswa dalam mematuhi aturan yang ditetapkan oleh kampus pada Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Fakultas keguruan dan ilmu pendidikan, Universitas Lampung angkatan tahun 2021 dan angkatan tahun 2022.
2. Adanya kontinuitas positif antara *self management* dengan sikap kedisiplinan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Fakultas keguruan dan ilmu pendidikan, Universitas Lampung.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah dalam penelitian ini maka dapat dirumuskan masalahnya adalah adalah “Apakah *self management* berpengaruh terhadap sikap kedisiplinan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung ?”

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dilakukannya penelitian ini adalah menjelaskan dan mengetahui “Pengaruh *Self management* Terhadap Sikap kedisiplinan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Fakultas keguruan dan ilmu pendidikan, Universitas Lampung”

## **F. Kegunaan Penelitian**

### **1. Kegunaan Teoritis**

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengaruh yang baik untuk para mahasiswa dan meningkatkan kedisiplinan melalui kemampuan mengelola diri yang baik (*self management*)

### **2. Kegunaan Praktis**

Adapun kegunaan praktis dalam penelitian ini adalah seperti berikut :

#### **a. Bagi Mahasiswa**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi bagi mahasiswa Jurusan Ilmu pendidikan sosial FKIP Universitas Lampung agar dapat merenungi hasil penelitian ini untuk kemudian menjadikan hasil penelitian ini sebagai acuan dalam meningkatkan kedisiplinan mahasiswa melalui *self management* dengan baik.

#### **b. Bagi Tenaga Pendidik (Dosen)**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai sarana penambahan referensi bagi tenaga pendidik agar dapat mengembangkan kemampuan *self management* mahasiswa yang terintegrasi pada pendidikan karakter di perguruan tinggi sehingga dapat menjadi salah satu strategi untuk meningkatkan sikap kedisiplinan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung.

#### **c. Bagi Peneliti**

Penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai sarana penambahan pengetahuan tentang *self management* yang baik dan di harapkan dapat menjadi salah satu strategi untuk meningkatkan sikap kedisiplinan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung”.

## **G. Ruang Lingkup Penelitian**

Ruang lingkup penelitian dalam penelitian kali ini adalah sebagai berikut :

### **1. Ruang Lingkup Ilmu**

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup kajian pendidikan nilai dan moral pancasila karena mengkaji Pengaruh *self management* terhadap sikap kedisiplinan Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung.

### **2. Subjek Penelitian**

Subjek pada penelitian ini adalah Mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan Sosial FKIP Universitas Lampung angkatan tahun 2021 dan angkatan tahun 2022.

### **3. Objek Penelitian**

Ruang lingkup objek penelitian ini yaitu *self management* dan Sikap kedisiplinan Mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan Sosial FKIP Universitas Lampung

### **4. Ruang Lingkup Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung, Jl. Prof. Dr. Ir. Sumantri Brojonegoro No.1, Kota Bandar Lampung, Lampung 35141.

### **5. Ruang Lingkup Waktu Penelitian**

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan setelah dikeluarkannya surat izin penelitian pendahuluan oleh Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung Nomor **5603/UN26.13/PN.01.00/2024**. Pada tanggal 04 Juli 2024 dan dilaksanakan penelitian pendahuluan pada tanggal 08-10 Juli 2024. Sedangkan untuk surat izin penelitian dengan nomor **8412//UN26.13/PN.01.00/2024** dikeluarkan pada tanggal 25 September 2024 oleh Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung dan dilaksanakan penelitian pada tanggal 1-22 Oktober 2024.

## II. TINJAUAN PUSTAKA

### A. Deskripsi Teori

#### 1. Tinjauan Tentang *Self Management*

##### a. Pengertian *Self Management*

*Self management* merupakan sesuatu strategi perubahan sikap konseli yang dalam prosesnya memusatkan pergantian perilakunya sendiri dengan sesuatu metode ataupun campuran metode teurapetik. pengarahannya ialah upaya seseorang guna melaksanakan perencanaan, pemusatan atensi, serta penilaian terhadap kegiatan yang dicoba. *Self management* adalah salah satu metode intervensi dalam *Teori Cognitive Behavior Therapy* (CBT) yang bertujuan untuk membantu individu mengontrol dan mengubah perilakunya. Teknik ini mencakup berbagai komponen penting yang berfokus pada pemantauan diri, penguatan positif, kontrak pribadi, dan penguasaan terhadap rangsangan lingkungan (Abdillah & Fitriana, 2021).

Sejalan dengan konsep teori sebelumnya konsep *Theory Of Social Learning* menurut Alber Bandura dalam (Manik et al., 2022) juga memiliki pemahaman yang sama bahwa *self-management* melalui konsep *self-efficacy* berhubungan dengan keyakinan individu terhadap kemampuan mereka untuk berhasil dalam tugas tertentu. Hal ini karena efikasi diri dapat memengaruhi motivasi, usaha, dan ketekunan dalam melakukan penelitian yang mendalam, mengumpulkan data yang relevan, dan menyusun argumen yang kuat (Putri, R.S., et.al. 2023).

Menurut Astuti & Lestari (2020), *self management* ialah serangkaian prinsip atau tata cara, termasuk pemeriksaan diri atau pemantauan diri, umpan balik yang membangkitkan semangat (kepercayaan diri), persetujuan dengan diri sendiri (kontrak diri), kapasitas untuk menyegarkan (*upgrade control*), dan strategi dan kerangka mental, perilaku, dan emosional dalam pandangan pengakuan Prinsip-prinsip teknik restoratif sosial informasi untuk dikembangkan lebih lanjut kemampuan mahasiswa dalam siklus instruktif yang diharapkan.

*Self management* (manajemen diri) adalah teknik di mana konseli mengarahkan cara berperilakunya sendiri, Setelah memutuskan alasan hidup untuk dirinya sendiri, ia harus mengoordinasikan dan mengatur dirinya sendiri sebaik yang dapat diharapkan sehingga motivasi dibalik kehidupan tercapai. Kapasitas untuk mengendalikan diri dalam berpikir dan mewakili masa depan yang unggul. Teknik yang terlibat dengan membuat kemajuan dalam kebijaksanaan atas perenungan, kata-kata dan gerakan dimulai, di sepanjang garis ini memberdayakan untuk menjauh dari hal-hal yang buruk untuk mendapatkan emas atau kebaikan (Nurzaakiyah & Budiman, 2013). Adapun pendapat yang sejalan dengan di atas, yakni *self Management* adalah sebuah proses dimana seseorang mampu merubah sikap atau sifat mereka sendiri dengan suatu strategi agar menjadi lebih baik. Lebih lanjut *self management* berarti perubahan dari dalam diri tentang tingkah laku yang menggunakan strategi atau teknik tertentu (Retno et al., 2013). Dapat di simpulkan oleh peneliti bahwa *self management* seseorang menjadi lebih baik karena adanya sebuah usaha dan motivasi yang muncul pada diri seseorang. Apabila individu mampu mengelola dirinya dengan baik, maka dapat dikatakan bahwa individu tersebut telah memiliki kemampuan *self management* yang baik.

## b. Aspek-aspek *Self Management*

*Self Management* memiliki beberapa aspek-aspek, berikut ini adalah aspek-aspek *self management* menurut Gie dalam (So'imah & Hasanah, 2022):

### 1) Pendorong Diri (*Self Motivation*)

Menurut Gie Pendorong diri (*self motivation*) merupakan adanya sebuah dorongan yang terdapat dalam diri seseorang yang bisa menambah semangat sehingga nantinya seseorang dapat melakukan berbagai kegiatan untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Dengan adanya dorongan diri pada individu itu sendiri, maka dalam diri individu akan tumbuh minat dan keinginan kuat untuk memperoleh kesenangan atau sesuatu yang diinginkannya.

### 2) Penyusunan Diri (*Self Organization*)

Gie mengatakan bahwa Penyusunan diri (*Self Organization*) adalah sebuah aturan terhadap segala sesuatu yang berkaitan dengan diri seseorang sehingga dapat tercapainya efisiensi dalam kehidupan individu. Dapat dikatakan juga sebagai pengorganisasian diri. Jadi individu mampu mengatur segala sesuatu yang berkaitan dengan pikiran, tenaga, waktu maupun lainnya yang dapat membantu pembentukan *self management*.

### 3) Pengendalian Diri (*Self Control*)

Gie menjelaskan bahwa pengendalian diri (*Self Control*) adalah suatu kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengendalikan dirinya sendiri secara sadar sehingga dapat tercapainya sebuah keinginan serta tidak merugikan orang lain.

### 4) Pengembangan Diri (*Self Development*)

Gie berpendapat bahwa pengembangan diri (*self development*) adalah suatu kegiatan untuk meningkatkan kesadaran diri untuk mengembangkan sebuah potensi. Dengan adanya pengembangan diri seseorang dapat meningkatkan kemampuan yang dimilikinya.

Beberapa aspek aspek *self management* yang telah di jabarkan di atas peneliti menggunakan aspek aspek *self Management* yaitu melingkupi

adanya pendorong diri (*self motivation*), penyusunan diri (*self organization*), pengenalan diri (*self control*) dan pengembangan diri (*self development*) dan empat aspek tersebut sangat penting dan mendukung sekali kemampuan *self management* mahasiswa.

**c. Tujuan Teknik *Self Management***

*Self Management* (Manajemen diri) bertujuan untuk membantu konseli memecahkan masalah, teknik ini menekankan perubahan perilaku konseli yang dianggap merugikan yang lain. Manajemen diri adalah upaya individu untuk perencanaan, pemfokusan, dan evaluasi kegiatan yang dilakukan. Di dalamnya ada kekuatan psikologis yang memberi arah kepada individu untuk membuat keputusan dan menentukan pilihan dan menentukan cara yang efektif untuk mencapai tujuannya (Suwanto Insan, 2016). *Self management* diperlukan seseorang untuk mengubah perilaku diri sendiri guna menjadi manusia yang berkualitas dan bermanfaat dan agar mampu mengarahkan setiap tindakan menjadi lebih positif.

Tujuan dari *self management* ialah untuk mengendalikan cara mereka berperilaku yang berbahaya bagi diri mereka sendiri atau orang lain. Isu-isu yang ditangani oleh strategi *self management* adalah mentalitas yang tidak berhubungan dengan orang lain melainkan mengganggu orang lain dan diri mereka sendiri, perspektif yang umumnya muncul tiba-tiba ketika muncul sehingga kontrol dari orang lain ternyata kurang efektif, sasaran perspektif sebagai verbal dan berhubungan dengan penilaian diri dan ketenangan, kewajiban tentang mengubah atau mengikuti perilaku adalah kewajiban konseling (Nurlaeli, 2019).

Dapat peneliti simpulkan dari pendapat di atas bahwa tujuan *self management* adalah untuk mengendalikan diri atau mengontrol diri dari Perbuatan yang sedang atau akan dilakukan, dari segi pikiran dan ucapan, untuk mendorongnya menghindari hal-hal yang tidak diinginkan. Dan individu yang mempunyai *self management* yang baik

akan mampu menyesuaikan dirinya terhadap hal apapun dan lebih berhati-hati dalam melakukan suatu tindakan. Jadi orang dapat dengan hati-hati menempatkan diri mereka dalam lingkungan yang menghalangi perilaku yang mereka inginkan, dan mencari cara untuk mencegah cara berperilaku atau masalah yang tidak diinginkan. sehingga, individu dapat mengelola pikiran, perasaan, dan aktivitas mereka, dengan cara ini bisa mencegah perasaan dari hal-hal buruk dan memperluas perasaan tentang hal-hal baik dan benar.

**d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Management***

*Self Management* di pengaruhi oleh beberapa faktor berikut adalah faktor faktor yang mempengaruhinya menurut (Junaidi, 2010) :

a. Kesehatan (*health*)

Dengan adanya penyesuaian diri maka kesehatan fisik menjadi hal yang paling penting bagi seseorang. Karena untuk mencapai kesehatan antara perasaan dan emosi seseorang harus seimbang.

b. Keterampilan (*Skill*)

Seseorang yang mampu mengatur kehidupannya, dilihat bahwa orang tersebut mampu melakukannya apa tidak, maka individu tersebut dapat menyimpulkan untuk menjadi orang yang memiliki beberapa keahlian dibidang tertentu, maka terwujudlah tujuan dalam hidupnya.

c. Aktivitas (*Action*)

Seseorang yang memiliki imajinasi moral yang tinggi maka orang tersebut dapat dikatakan sebagai orang yang mampu mengembangkan aktivitas hidupnya, sehingga nantinya dapat memberikan manfaat bagi dirinya dan bagi orang lain.

d. Identitas Diri (*Identity*)

Identitas diri adalah sebuah rancangan yang mengharuskan individu untuk menata prinsip secara konsisten. Dan untuk mengukur pemahaman seseorang dan memberikan penilaian terhadap keadaan diri yang dapat mempengaruhi seseorang untuk melakukan sebuah tindakan.

Dengan tahapan sebagai berikut (Komalasari Gantina, 2011) :

1) Tahap Monitor Diri atau Observasi Diri

Observasi diri merupakan respon individu berupa pemanfaatan yang sistematis terhadap hasil kerjanya. Hal yang perlu diperhatikan dalam observasi diri yaitu mencatat tingkah laku seseorang.

2) Tahap Evaluasi Diri

Evaluasi diri merupakan suatu kemampuan mengetahui dengan tepat keadaan seseorang. Sehingga nantinya dapat tercapainya sebuah keinginan.

3) Tahap Pemberian Penguatan

Pemberian penguatan merupakan upaya untuk mengatur dirinya sendiri, dan mampu memberikan penguatan pada diri sendiri.

Penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *self management* yaitu kesehatan (*health*), keterampilan (*Skill*), aktivitas (*Action*), identitas diri (*Identity*). Dengan tahapan yaitu, tahap monitor diri atau observasi diri, tahap evaluasi diri, tahap pemberian penguatan.

**e. Pendekatan Teknik *Self Management***

Menurut Khotimah dalam (Khairani Syam Br Manurung & Nefi Darmayanti, 2024) Kegunaan strategi *self management* adalah strategi pengolahan perilaku yang terdiri dari pemantauan, pengaturan, dan pengevaluasian diri sendiri guna mencapai tujuan yang diinginkan serta perubahan yang mengarah ke hal yang lebih baik. *Self Management* merupakan sebuah pengaturan perilaku yang berprosedur menurut (Suryanti, 2021) terdapat 5 komponen dasar yang harus dijalankan oleh individu, meliputi penentuan dan pemantauan perilaku, pemilihan rancangan prosedur, pelaksanaan dan terakhir yaitu mengevaluasi. Secara prinsip dalam *self management* individu dianggap orang yang dapat belajar atau mengarahkan dirinya sendiri. (Indryaningsih, 2014) mengartikan *self management* sebagai pemanipulasian terhadap kejadian – kejadian yang dialami dari dalam

maupun dari luar dengan tindakan yang dapat dipertanggung jawabkan. Sementara itu (Indryaningsih, 2014) mendefinisikan sebagai penciptaan realitas kehidupan sesuai dengan misi dan tujuan hidupnya dengan cara mengelola dan mengenali dirinya sendiri dengan sebaik mungkin.

*Self management* menurut Gunarso dalam (Putrawijaya, 2019) merupakan salah satu model dalam menjalankan (CBT) *cognitive-behavior therapy*. *Self management* meliputi *monitoring*, *reward*, *contarcting* dan *control*. (Putu Megantari et al., 2014) menyatakan dalam melaksanakan strategi ini dibutuhkan pengaturan lingkungan yang terkontrol agar individu dapat mengurangi perilaku negatif dan menghilangkan faktor penyebab permasalahan. Beberapa aspek-aspek yang dapat dikelompokkan ke dalam prosedur *self management* meliputi (Nurzaakiyah & Budiman, 2013) ;

- 1) *Management by antecedent* (pengolahan pikiran dan reaksi)
- 2) *Management by consequence* (kontrol terhadap reaksi yang ingin dicapai)
- 3) *Cognitive techniques* (teknik pengubahan perilaku dan pipikiran)
- 4) *Affective techniques* (pengubahan emosi).

Kesimpulan yang peneliti temukan adalah strategi *self management* memiliki kegunaan yaitu guna mengelola perilaku yang mana hal tersebut terdiri dari pemantauan, pengaturan dan pengevaluasian diri namun dibutuhkan pengaturan lingkungan yang terkontrol agar individu dapat mengurangi perilaku negatif dan menghilangkan faktor penyebab permasalahan. Melalui pengelompokan aspek aspek prosedur *self management* yaitu *management by antecedent* (pengolahan pikiran dan reaksi), *management by consequence* (kontrol terhadap reaksi yang ingin dicapai), *cognitive techniques* (teknik pengubahan perilaku dan pipikiran), *affective techniques* (pengubahan emosi).

**f. Manfaat Teknik *Self Management***

Teknik *self management* memiliki beberapa manfaat yang sangat penting dalam membantu individu mengelola diri sendiri secara efektif (Eka Suryanti et al., 2021). Dalam penggunaan teknik *self management* atau manajemen diri, tanggung jawab pembinaan yang sukses ada di tangan mahasiswa. Penerapan teknik manajemen diri sering disertai dengan pengaturan lingkungan yang dirancang untuk menghapus faktor penyebab (anteseden) dan mendukung perilaku yang berkurang. Teknik *Self management* meliputi pemantauan diri (*self monitoring*), reinforcement yang positif (*self reward*), kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*), dan penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*) menurut Gunarsa (Nurzaakiyah & Budiman, 2013) Berikut adalah beberapa contoh penerapan teknik *Self Management*:

- 1) Pemantauan Diri: Pemantauan diri adalah bagian penting dalam teknik *self management*. Individu harus dapat mengamati dan mencatat segala sesuatu tentang dirinya sendiri dalam interaksinya dengan lingkungan. Pemantauan diri bermanfaat untuk asesmen masalah karena data yang bersifat observasional dapat digunakan untuk menguji atau mengubah laporan verbal konseli mengenai perilaku masalahnya.
- 2) *Reinforcement* yang Positif: *Reinforcement* yang positif adalah bagian penting dalam teknik *self management*. Individu harus dapat memberikan reward atau penghargaan pada dirinya sendiri ketika melakukan perilaku yang diinginkan. Hal ini dapat membantu meningkatkan motivasi dan keberhasilan dalam mencapai tujuan.
- 3) Kontrak atau Perjanjian dengan Diri Sendiri: Kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri adalah bagian penting dalam teknik *self management*. Individu harus dapat membuat perjanjian dengan dirinya sendiri untuk melakukan perilaku yang diinginkan. Hal ini dapat membantu meningkatkan kesadaran dan keberhasilan dalam mencapai tujuan.

Dalam penggunaan teknik *self management* kesimpulan yang peneliti temukan adalah tanggung jawab pembinaan yang sukses ada di tangan mahasiswa dan penerapan teknik manajemen diri juga sering disertai dengan pengaturan lingkungan yang dirancang untuk menghapus faktor penyebab dan mendukung perilaku yang berkurang.

#### **g. Tantangan dan Hambatan dalam *Self Management***

Dalam manajemen diri ada beberapa tantangan yang didapatkan oleh individu, remaja khususnya diantaranya adalah :

- 1) Mampu untuk hidup mandiri, dapat menentukan diri sendiri kemana dia akan melangkah.
- 2) Merumuskan bagaimana caranya untuk meraih impian yang ingin kita capai, dan bagaimana untuk mengelola diri dengan baik.

(Sul Asari, 2021)

Lingkungan dapat menjadi hambatan bagi remaja dalam mengelola dirinya sendiri. Hambatan tersebut adalah remaja ketika akan mengelola dirinya sendiri sering berorientasi kepada orang lain, bukan karena kemauan sendiri. Seharusnya remaja mempunyai niat yang tulus dari dalam dirinya untuk mengelola dirinya. Ada beberapa langkah yang dapat dilakukan untuk mengatasi hambatan diatas, diantaranya :

- 1) Mampu menerima diri kita apa adanya, baik kelebihan ataupun kekurangan.
- 2) Melakukan hal yang terbaik, baik untuk diri sendiri, orang lain, lingkungan dan Tuhan.
- 3) Berani untuk bermimpi dan memimpikan sesuatu.
- 4) Mampu belajar dari pengalaman dan mampu mengambil hikmah dari suatu kejadian.

Masa remaja menuju dewasa pasti mengalami tantangan dan hambatan dalam kemampuan *self management* nya, salah satu tantangan nya yaitu harus mampu untuk hidup mandiri, dapat menentukan diri sendiri dan dapat membuat strategi atau rencana untuk meraih impian yang ingin di capai, dan bagaimana kita dapat mengelola diri dengan baik. Ada

beberapa cara untuk menghadapi tantangan atau hambatan yang bisa terjadi diantaranya yaitu mampu menerima diri kita apa adanya, melakukan hal yang terbaik untuk diri kita dan orang sekitar, berani untuk bermimpi besar, dan mapu belajar dari pengalaman.

#### **h. Strategi *Self Management***

Menurut Prijosaksono, Aribowo dan Marlan Mardianto dalam *buku self management series Control Your Life* terdapat cara yang bisa ditempuh agar mempunyai manajemen diri yang baik :

##### **1) Mengenal dan Menemukan Potensi Diri**

Supaya individu dapat mengenali dan menemukan potensi dimiliki, maka harus :

- a) Mengubah sikap dengan cara sebagai berikut yakni perlakukan sesama seperti memperlakukan diri sendiri, Percaya bahwa pasti ada peluang dalam setiap kesulitan, Memandang bahwa hari ini adalah hari yang dijadikan Tuhan buat manusia, Mengatasi musuh terbesar diri sendiri, Jangan pedulikan pendapat orang lain
- b) Memperbaiki pencitraan diri, dengan cara sebagai berikut: Mengenali siapa diri sendiri, Mengatasi citra diri yang buruk, Membentuk citra diri yang positif, Jadilah sahabat bagi diri sendiri
- c) Terus Bekerja dan Berkarya, dengan cara sebagai berikut: Mempunyai prinsip dalam bekerja, Bekerjalah dengan penuh rasa cinta, Kegigihan: cobalah sekali lagi! Jadilah proaktif

##### **2) Terus bertumbuh dan Berkembang**

- a) Peliharalah kesehatan fisiks dengan cara sebagai berikut: Kenalilah kondisi fisik diri sendiri, Latihan ESC merupakan olah raga murah dan mudah, Perhatikan makanan yang dimakan, Hindari kebiasaan buruk yang merusak
- b) Tingkatkan Daya Pikiran dengan cara sebagai berikut: Jangan sia-siakan kekuatan pikiran (kenalilah otak dan pikiran),

Alam bawah sadar merupakan kekuatan maha dahsyat,  
Relaksasi: jalan menuju alam bawah sadar, Menciptakan  
realitas baru (*The subconscious reprogramming*)

- c) Kembangkanlah Kehidupan Spiritual dengan cara sebagai berikut: Menenal dan menemukan Tuhan, Meditasi  
Memelihara dan mengembangkan kehidupan spiritual, Rasakan kehadiran Tuhan setiap hari, Kehidupan dan kematian
- d) Lakukan Saja Sekarang, dengan cara sebagai berikut:  
Mulailah langkah pertama, Tujuan menentukan arah hidup, Penundaan awal kehancuran, Disiplin: mengalahkan diri sendiri
- e) Tetaplah Belajar dengan cara sebagai berikut:  
melalui pendidikan dan pembelajaran, meningkatkan kemampuan membaca, menggunakan bahasa dan komunikasi, mengembangkan keterampilan, kaizen: penyempurnaan berkesinambungan

### **3) Membangun Jaringan Kehidupan**

Berikut adalah car acara dalam membangun jaringan kehidupan

- a) Kembangkan Jaringan Anda, dengan cara sebagai berikut:  
mengetahui fungsi dari suatu jaringan, melatih seni membangun jaringan, memelihara jaringan.
- b) Membangun dan Memelihara Hubungan, dengan cara sebagai berikut: saling mencintai sesama manusia, berkomunikasi empatik, mengatasi sakit hati, sinergi dan kerja sama
- c) Membangun Sesama, dengan cara sebagai berikut: alasan perlu membangun sesame, membangun sesame, memberdayakan sesame, menciptakan pemimpin
- d) Membangun Kelompok Tumbuh Bersama, dengan cara sebagai berikut: membentuk kelompok Bersama, menyelenggarakan pertemuan kelompok, memelihara keutuhan kelompok, duplikasi kelompok, Q Society.

Strategi pengelolaan diri (*self-management*) juga di artikan sebagai suatu proses dimana seseorang mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri, dengan menggunakan kombinasi ke-3 strategi. Adapun macam dari strategi *self-management* yaitu *self-monitoring* (pemantauan diri), *stimulus control* (pengendalian diri) dan *self-reward* (penghargaan diri) (Retno Lukitaningsih, 2016). Strategi yang dapat di tempuh agar mempunyai *Self Management* yang baik dapat disimpulkan yaitu dengan mengenali diri dan menemukan potensi diri, terus bertumbuh dan berkembang, dan membangun jaringan kehidupan.

#### **i. Indikator *Self Management***

*Self Management* memiliki beberapa indikator di dalamnya yang dinilai sebagai bagian dari *Self Management* tersebut. Adapun indikator *Self Management* secara umum dalam *buku self management series Control Your Life* (Prijosaksono Aribowo dan Sembel Roy, 2002) : Manajemen diri terdiri atas tiga bagian penting yaitu:

- 1) Bagaimana kita dapat mengenali dan menemukan potensi terbaik diri kita (*finding the best in you*).
- 2) Bagaimana kita dapat senantiasa bertumbuh dan berkembang ke arah yang lebih baik (*lifetime improvements*).
- 3) Bagaimana cara mengembangkan jejaring kehidupan sosial kita (*networking*).

Indikator adalah alat ukur, acuan, serta faktor yang dapat memengaruhi suatu keberhasilan. Indikator *self management* berdasarkan Boyatzis dalam (Zakariyah & psikologi, n.d. 2017) sebagai berikut.

- 1) *Self control* (kendali diri)
- 2) *Trustworthiness* (sifat yang dapat dipercaya)
- 3) *Conscientiousness* (sifat kehati-hatian dan kegigihan)
- 4) *Adaptability* (penyesuaian diri)
- 5) *Achievement Orientation* (berusaha keras untuk meningkatkan hasil)
- 6) *Initiative* (inisiatif).

*Self Management* tidak dibawa sejak lahir tetapi dapat dipelajari dan dibentuk selama perkembangan kehidupan seseorang yang berlangsung melalui interaksi sosial baik di dalam kelompok maupun di luar kelompok sehubungan dengan suatu objek tertentu.

Indikator *self management* juga terdiri dari 4 aspek menurut Gie dalam (Al-Qadri & Rahmi, 2022) yaitu sebagai berikut:

1) Pendorong Diri (*Self Motivation*)

Dorongan dorongan yang lahir dari dalam diri akan menentukan terbentuk atau tidaknya *self management* dalam kedisiplinan.

Motivasi diri merupakan syarat pertama seorang mahasiswa untuk mencapai tujuan pendidikannya. Karena pendidikan memotivasi diri kita untuk lebih baik dalam segala aspek kehidupan, dan meningkatkan kinerja akademik, serta mampu mengembangkan keterampilan yang di perlukan dalam dunia pendidikan atau karier di masa mendatang (Harnita, Set.al.2017).

2) Penyusunan Diri (*Self Organization*)

Apabila segala sesuatunya telah diatur sebaik mungkin, maka akan tercapai kehidupan individu menjadi lebih efisien. Menurut Gie (2000) dalam (Widyana & Yunika, 2021) penyusunan diri adalah pengaturan sebaik-baiknya terhadap pikiran, tenaga, waktu, tempat, benda, dan semua sumberdaya lainnya dalam kehidupan seorang mahasiswa sehingga tercapai efisiensi pribadi.

3) Pengendalian Diri (*Self Control*)

Menurut Nibras (2020) Kontrol diri adalah kemampuan atau kecakapan seseorang dalam mengendalikan tingkah laku dengan cara menahan, menekan, mengatur atau mengarahkan dorongan keinginan dengan berbagai pertimbangan agar pengambilan keputusan yang salah dapat dihindari. Kontrol diri menyangkut seberapa kuat seseorang memegang nilai dan kepercayaan untuk dijadikan acuan ketika bertindak atau mengambil suatu keputusan.

#### 4) Pengembangan Diri (*Self Development*)

Menurut Gie (2000) dalam (Nibras, 2020) pengembangan diri akan menyempurnakan atau meningkatkan diri sendiri dalam berbagai hal. Dalam hal ini, meningkatkan diri supaya lebih disiplin dalam mengembangkan diri sesuai potensi diri.

Berdasarkan beberapa pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa indikator *Self Management* meliputi *Finding the best in you, Lifetime improvments, Networking, Pengendalian Diri (Self Control), Trustworthiness, Conscientiousness, Adaptability, Achievement Orientation, Initiative, Pendorong Diri (Self Motivation), Penyusunan Diri (Self Organization), Pengembangan Diri (Self Development)* sehingga dalam penelitian ini, peneliti memilih indikator *Self Management* sebagai berikut :

- a. Penyusunan Diri (*Self Organization*)
- b. Pengendalian Diri (*Self Countrol*)
- c. Pengembangan Diri (*Self Development*).

## 2. Tinjauan Tentang Sikap Kedisiplinan

### a. Pengertian Sikap Kedisiplinan

Sikap Kedisiplinan adalah rasa ketaatan dan kepatuhan terhadap nilai-nilai yang dipercaya dan menjadi tanggung jawabnya. Dengan kata lain, disiplin adalah rasa kepatuhan terhadap aturan atau pengawasan dan pengendalian (Sevilla, 2022). Kedisiplinan berasal dari bahasa inggris yakni "*discipline*" yang berarti bahwa seseorang yang sedang belajar atau secara suka rela mengikuti seorang pemimpin, pendidik (guru) dan orang tua merupakan pemimpin dan anak merupakan murid yang belajar dari mereka cara hidup menuju ke hidupan yang baik dan berguna, sehingga di tanamnya kedisiplinan dalam diri anak akan memberikan pembelajaran tentang perilaku moral yang disetujui oleh kelompok.

Menurut (Maryati dan sutopo, 2008) menyatakan bahwa kata yang mendapatkan diawali dengan kalimat ke- dan di akhiri –an mempunyai

makna salah satunya untuk menunjukkan hasil dari perbuatan. Sehingga kedisiplinan berarti hasil yang diperoleh seseorang apabila seseorang tersebut terus menerus melakukan tindakan disiplin secara tetap dan konsisten. Kemudian Menurut Gie dalam (Imron, 2016) Kedisiplinan adalah suatu keadaan tertib dimana orang-orang yang tergabung dalam organisasi tunduk pada peraturan-peraturan yang telah ada dengan rasa senang hati. Kedisiplinan adalah modal utama untuk meraih keberhasilan, dengan disiplin seseorang akan terbiasa dengan hal-hal yang membuat dirinya bisa berkembang, mengerjakan sesuatu tepat pada waktunya dan mengembangkan potensi yang ada pada dirinya (Suropati, L., et.al 2017).

Disiplin adalah suatu keadaan tertib dimana orang-orang yang tergabung dalam suatu organisasi tunduk pada peraturan-peraturan yang telah ada dengan senang hati. Penerapan peraturan yang konsisten bagi peserta didik, merupakan salah satu bentuk sikap disiplin terhadap peraturan yang berlaku (Oktaria, et.al., 2015). Selanjutnya menurut Imron dalam (Mirdanda & Marzuki, 2016) menyatakan disiplin adalah suatu keadaan tertib dan teratur yang dimiliki peserta didik di sekolah, tanpa pelanggaran-pelanggaran yang merugikan baik secara langsung maupun tidak langsung terhadap peserta didik sendiri maupun terhadap sekolah secara keseluruhan.

Pada Teori Pilihan, yang dikembangkan oleh William Glasser, menekankan pentingnya memberikan pilihan kepada mahasiswa dalam mengembangkan kedisiplinan mereka. Teori ini berfokus pada lima konsep dasar: kebutuhan dasar, pilihan, kontrol, keterlibatan, dan ketercapaian (Gabriel & Matthews, 2011). Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa sikap kedisiplinan merupakan perilaku seseorang yang menghargai tata tertib, mematuhi peraturan tanpa ada dorongan dari orang lain, seseorang dapat dikatakan disiplin bila ia mampu menghargai waktu serta dapat mengerjakan sesuatu dengan tepat waktu tanpa mengulur-ngulur waktu.

## **b. Faktor-Faktor Sikap Kedisiplinan**

Faktor-faktor yang mempengaruhi sikap kedisiplinan mahasiswa meliputi beberapa aspek penting. Berikut adalah beberapa faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi sikap kedisiplinan mahasiswa yaitu:

### 1) Faktor Internal

- a) **Pembawaan:** Sifat dasar seseorang yang dapat mempengaruhi kemampuan mereka untuk menunjukkan disiplin. Individu dengan pembawaan yang lebih positif cenderung lebih disiplin.
- b) **Kesadaran:** Kemampuan seseorang untuk menyadari pentingnya disiplin dan mengerti konsepnya. Kesadaran yang tinggi dapat meningkatkan kemampuan seseorang untuk menunjukkan disiplin.
- c) **Minat dan Motivasi:** Minat dan motivasi yang tinggi dapat memotivasi seseorang untuk berdisiplin. Ketika seseorang memiliki minat yang kuat terhadap suatu hal, mereka lebih cenderung untuk menunjukkan disiplin dalam mencapainya.
- d) **Pola Pikir:** Pola pikir yang positif dan sistematis dapat membantu seseorang untuk berdisiplin. Pola pikir yang terstruktur dapat membantu dalam perencanaan dan pengorganisasian tugas-tugas (Septirahmah et al., 2021).

### 2) Faktor Eksternal

- a) **Lingkungan Sekolah:** Lingkungan sekolah yang kondusif dapat mempengaruhi kedisiplinan belajar siswa. Lingkungan yang teratur dan memiliki aturan yang jelas dapat meningkatkan disiplin belajar.
- b) **Lingkungan Keluarga:** Lingkungan keluarga yang mendukung dan memiliki aturan yang jelas juga dapat mempengaruhi kedisiplinan anak. Orang tua yang berperan sebagai contoh dapat meningkatkan disiplin anak.

- c) Lingkungan Masyarakat: Lingkungan masyarakat yang memiliki norma-norma yang jelas dan dihormati juga dapat mempengaruhi kedisiplinan seseorang. (Syarifudin Zuhri, 2017).

### c. Tujuan Sikap Kedisiplinan

Sebuah aktivitas yang selalu dilakukan pastilah mempunyai suatu tujuan. Sama halnya dengan sikap disiplin yang dilakukan oleh seseorang. Orang melakukan sikap disiplin karena ia mempunyai suatu tujuan yang hendak dicapai setelah ia melakukan sikap tersebut. bertujuan agar mahasiswa belajar hidup dengan pembiasaan yang baik, positif, dan bermanfaat bagi dirinya dan lingkungannya.

Tujuan utama dari sebuah sikap kedisiplinan adalah untuk mengarahkan anak supaya ia mampu untuk mengontrol dirinya sendiri. Menurut Bistak Sirait (Febriantoro, 2019) selain itu juga supaya anak dapat melakukan aktivitas dengan terarah, sesuai dengan peraturan yang berlaku. Dari pendapat tersebut di atas maka dapat dilihat bahwa tujuan kewibawaan adalah untuk mengarahkan anak supaya ia mampu untuk mengontrol dirinya sendiri, dapat melakukan aktivitas dengan terarah belajar hidup dengan pembiasaan yang baik, positif, dan bermanfaat bagi dirinya dan lingkungannya. Sehingga jika pada suatu saat tidak ada pengawasan dari orang luar, maka ia akan dengan sadar akan selalu berbuat sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku baik tertulis (seperti: Undang-undang, tata tertib sekolah dan lain-lain) maupun yang tidak tertulis ( seperti norma adat, norma kesusilaan, norma kesopanan dan lain-lain) yang ada di dalam masyarakat.

Tujuan sikap kedisiplinan ini dapat disimpulkan untuk membiasakan perilaku mahasiswa kearah yang lebih positif baik dengan adanya pengawasan maupun tidak adanya pengawasan dari orang tua, namun di harapkan mereka akan selalu sadar akan adanya norma norma yang tertulis seperti undang undang atau tata tertib maupun norma yang tidak tertulis seperti norma adat, norma kesusilaan yang ada di dalam masyarakat maupun di lingkungan kampus.

#### **d. Jenis-Jenis Sikap Kedisiplinan**

Jenis-jenis disiplin menurut Ahmad Susanto dalam (Vivi Novianti, 2020) yaitu:

1) Disiplin Waktu

Disiplin waktu adalah kemampuan untuk mengatur dan memanfaatkan waktu dengan efektif. Disiplin waktu diterapkan dalam konteks pendidikan, seperti masuk kuliah tepat waktu, mengikuti jadwal pelajaran, dan menaati jam istirahat. Hal ini penting untuk meningkatkan produktivitas dan kinerja mahasiswa.

2) Disiplin Menegakkan Aturan

Disiplin menegakkan aturan melibatkan ketaatan dan kepatuhan terhadap peraturan dan nilai-nilai yang telah disepakati. Contoh disiplin menegakkan aturan adalah memakai aturan berpakaian sesuai norma dan aturan yang ada di kampus, dan menjalankan ibadah sesuai dengan ajaran agamanya. Hal ini membantu menciptakan lingkungan yang tertib dan hormat.

3) Disiplin Sikap

Disiplin sikap melibatkan perilaku baik dan patuh terhadap peraturan. Contoh disiplin sikap adalah berperilaku baik di perkuliahan dan di luar, tidak mengikuti hasutan yang buruk. Hal ini penting untuk membangun karakter positif dan menghindari perilaku negatif.

4) Disiplin Ibadah

Disiplin ibadah melibatkan ketaatan dan kepatuhan terhadap ajaran agama. Contoh disiplin ibadah adalah menjalankan ibadah sesuai dengan ajaran agamanya dan mengikuti aturan yang berlaku di masyarakat. Hal ini membantu meningkatkan kesadaran spiritual dan moral.

5) Disiplin Pendidikan

Disiplin pendidikan melibatkan dedikasi dan ketekunan dalam belajar. Contoh disiplin pendidikan adalah fokus pada pelajaran di kelas dan mengikuti kegiatan extra kampus dengan baik. Hal ini penting untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mahasiswa.

Berdasarkan jenis jenis kedisiplinan peneliti dapat menyimpulkan bahwa jenis disiplin dapat dilihat dari disiplin waktu, disiplin menegakkan aturan, disiplin sikap dan disiplin ibadah serta disiplin pendidikan.

#### e. **Dampak Sikap Kedisiplinan**

Kedisiplinan adalah salah satu sikap yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari. Melalui pendidikan karakter yang menitikberatkan pada pengembangan nilai moral dan perilaku positif peserta didik (Adha, M. M., et.al 2023). Menurut buku Pendidikan Karakter Disiplin, (Imam Musbikin, Rizal 2021), disiplin diperlukan seseorang di mana pun ia berada. Hal ini didasarkan pada bahwa di mana saja orang itu berada di sana selalu ada peraturan dan tata tertib. Berikut adalah beberapa dampak kedisiplinan yang perlu dipahami:

##### 1) Mengajarkan Keteraturan

Kebiasaan disiplin mampu mengajarkan keteraturan dalam berbagai aspek kehidupan, seperti mengatur waktu, tugas, dan tujuan. Dengan demikian, seseorang dapat menjadi lebih efisien dan produktif dalam melakukan berbagai aktivitas.

##### 2) Tumbuhnya Kemandirian

Kedisiplinan membantu seseorang menjadi lebih mandiri dan tidak bergantung pada orang lain. Dengan memiliki kedisiplinan, seseorang dapat mengatur waktu dan tugas dengan baik, sehingga tidak perlu menunggu orang lain untuk melakukan sesuatu.

##### 1) Membantu Bekerja Lebih Optimal

Kedisiplinan sangat penting dalam pekerjaan, karena membantu seseorang menjadi lebih fokus dan efisien dalam melakukan tugas. Dengan demikian, seseorang dapat mencapai tujuan dan meningkatkan prestasinya.

##### 2) Lebih Dihormati Orang

Kedisiplinan juga membantu seseorang menjadi lebih dihormati oleh orang lain. Dengan memiliki kedisiplinan, seseorang dapat menjadi contoh bagi orang lain dan meningkatkan rasa percaya diri.

### 3) Meningkatkan Keterampilan

Kedisiplinan membantu seseorang meningkatkan keterampilan dan kemampuan dalam berbagai bidang, seperti olahraga, seni, dan akademik. Dengan demikian, seseorang dapat menjadi lebih kompeten dan sukses dalam berbagai aspek kehidupan.

### 4) Meningkatkan Kesehatan

Kedisiplinan juga membantu seseorang menjadi lebih sehat, baik fisik maupun mental. Dengan memiliki kedisiplinan, seseorang dapat mengatur pola makan, tidur, dan aktivitas dengan baik, sehingga meningkatkan kesehatan dan keselamatan.

Dampak dari kedisiplinan dapat peneliti simpulkan adalah salah satu sikap yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari. Dengan memiliki kedisiplinan, seseorang dapat mencapai berbagai keuntungan yang berdampak positif pada kesehatan, pekerjaan, dan hubungan sosial. Oleh karena itu, kedisiplinan harus diterapkan sejak dini dan dipraktikkan secara teratur untuk mencapai kesuksesan di masa depan.

## f. Indikator Sikap Kedisiplinan

Menurut Patmawati dalam (Melati et al., 2021) kedisiplinan memiliki indikator sebagai berikut:

- 1) Datang tepat waktu.
- 2) Patuh pada tata tertip atau aturan bersama/sekolah.
- 3) Mengerjakan/mengumpulkan tugas sesuai dengan waktu yang ditentukan.
- 4) Mengikuti kaidah berbahsa yang baik dan benar.

Sikap kedisiplinan dalam konteks perkuliahan sangat penting untuk mencapai kesuksesan akademis. Menurut Prastika dalam (Melati et al., 2021) menjelaskan bahwa kedisiplinan dapat dilihat dari Indikator sebagai berikut :

- 1) Datang ke sekolah dan pulang dari sekolah tepat waktu.
- 2) Patuh pada tata tertip atau aturan sekolah.

- 3) Mengerjakan setiap tugas yang diberikan.
- 4) Mengumpulkan tugas tepat waktu, mengikuti kaidah berbahasa yang baik dan benar.
- 5) Memakai seragam sesuai ketentuan yang berlaku.
- 6) Membawa perlengkapan belajar sesuai dengan mata Pelajaran

Menurut Uddiin dalam (Melati et al., 2021) terdapat 7 Indikator kedisiplinan yang dapat mengukur sikap kedisiplinan mahasiswa sebagai berikut:

- 1) Datang tepat waktu.
- 2) Dapat memperkirakan waktu yang diperlukan untuk menyelesaikan sesuatu.
- 3) Menggunakan benda sesuai dengan fungsinya.
- 4) Mengambil dan mengembalikan benda pada tempatnya
- 5) Berusaha menaati aturan yang disepakati.
- 6) Tertib menunggu giliran.
- 7) Menyadari akibat bila tidak disiplin.

Berdasarkan beberapa pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa indikator sikap kedisiplinan yang akan digunakan pada penelitian ini meliputi: datang tepat waktu, patuh pada tata tertib atau aturan, dan menyelesaikan tugas dengan tepat waktu.

## **B. Kajian Penelitian yang Relevan**

Peneliti dalam menyusun skripsi ini menggunakan acuan penelitian yang relevan, dalam hal ini peneliti mengangkat penelitian mengenai pengaruh *self management* terhadap sikap kedisiplinan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu pengetahuan Sosial Fakultas Keguruan dan Ilmu Pengetahuan Universitas Lampung. Berikut beberapa penelitian yang relevan:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Anisha Fitri Dewi, Nyoman Dantes, dan Luh Putu Sri Lestari dengan judul “Optimasi konseling behavioral melalui teknik *self management* untuk mengatasi perilaku membolos di

tahun 2023”(Dewi et al., 2023) sejalan dengan penelitian pada skripsi ini dengan pendekatan kuantitatif mendapati kesimpulan berdasarkan analisis data di atas maka pengaruh konseling behavioral dengan menggunakan teknik *self management* efektif dalam meminimalisir perilaku membolos pada siswa kelas XI SMA Negeri 4 Singaraja, diterima.

Perbedaan antara penelitian diatas dengan penelitian yang akan di teliti oleh peneliti terdapat pada variabel penelitian yaitu penelitian ini tidak meneliti variabel sikap kedisiplinan. Namun, penelitian tersebut relevean karena memiliki kesamaan dalam ruang lingkup subyek dan obyek penelitian yaitu Pengaruh *self management*.

2. Adapun penelitian yang dilakukan oleh (Fitri nurul, 2016) dengan judul pengaruh sikap kedisiplinan dan kejujuran peserta didik terhadap hasil belajar biologi. Penelitian ini menggunakan Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *ex post facto*, Penelitian ini membahas pengaruh sikap kedisiplinan dan kejujuran peserta didik terhadap hasil belajar biologi. Penelitian ini melibatkan tiga variabel: sikap kedisiplinan, sikap kejujuran, dan hasil belajar biologi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sikap kedisiplinan dan kejujuran berpengaruh terhadap hasil belajar biologi kelas VIII SMP Negeri 2 Bajeng Barat Kabupaten Gowa. Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang diajukan oleh peneliti yakni tidak adanya variabel bebas yaitu *self management*. Adapun persamaan dalam penelitian tersebut yakni meneilti mengenai sikap kedisiplinan mahasiswa.
3. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh (Aribowo Prijosaksono & Roy Sembel, 2002) dengan judul "*Control Your Life: Aplikasi Manajemen Diri dalam Kehidupan Sehari-hari*" . Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan mengelola diri, dapat di aplikasikan dalam kehidupan sehari hari guna menunjang manajemen diri yang lebih baik pada pribadi seseorang.

Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang diajukan oleh peneliti yakni tidak adanya variabel sikap kedisiplinan mahasiswa. Adapun persamaan dalam penelitian tersebut yakni meneliti mengenai manajemen diri (*self management*).

### C. Kerangka Berpikir

Penelitian ini nantinya akan mencari tahu bagaimana pengaruh *self management* terhadap sikap kedisiplinan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Fakultas keguruan dan ilmu pendidikan, Universitas Lampung. Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa Sebagian mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung angkatan tahun 2021 dan angkatan tahun 2022 masih banyak mahasiswa yang kurang berkomitmen dalam mematuhi aturan yang ditetapkan oleh kampus, hal ini juga dapat dipengaruhi dari kurangnya kemampuan *self management* mahasiswa. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui pengaruh *self management* terhadap sikap kedisiplinan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Fakultas keguruan dan ilmu pendidikan, Universitas Lampung.

Adapun indikator yang digunakan dalam *self management* (Variabel X) yaitu: penyusunan diri (*self organization*), pengendalian diri (*self control*), pengembangan diri (*self development*). Kemudian indikator dari sikap kedisiplinan (Variabel Y) yaitu : datang tepat waktu, patuh pada tata tertib atau aturan, dan menyelesaikan tugas dengan tepat waktu. Berdasarkan uraian diatas maka kerangka penelitian ini adalah sebagai berikut:



**Gambar 2.1 Kerangka Berpikir**

#### **D. Hipotesis**

Berdasarkan latar belakang masalah dan kajian pustaka, maka penulis mengajukan hipotesis sebagai berikut:

1.  $H_0$  : Tidak ada pengaruh *self management* terhadap sikap kedisiplinan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Fakultas Keguruan dan Ilmu Pengetahuan Universitas Lampung.
2.  $H_1$  : Terdapat pengaruh *self management* terhadap sikap kedisiplinan mahasiswa jurusan Pendidikan Ilmu pengetahuan Sosial Fakultas Keguruan dan Ilmu Pengetahuan Universitas Lampung.

### III. METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini juga menggunakan bantuan aplikasi SPSS Versi 25 dan Microsoft Excel 2007. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimanakah pengaruh *self management* terhadap sikap kedisiplinan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung. Data penelitian yang nantinya diperoleh adalah berupa skor (angka) dan proses melalui pengolahan data menggunakan statistik, serta selanjutnya akan dideskripsikan guna mendapatkan gambaran mengenai variabel pengaruh *self management* dengan variabel sikap kedisiplinan.

Penelitian ini juga digunakan oleh peneliti untuk melihat pengaruh antar variabel bebas yaitu *self management* dengan variabel terikat yaitu sikap kedisiplinan. Adapun teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis pengaruh *self management* terhadap sikap kedisiplinan menggunakan teknik analisis *pearson product moment*, karena data yang digunakan adalah data interval.

#### B. Populasi dan Sampel

##### a. Populasi

Populasi merupakan salah satu elemen penting didalam sebuah penelitian, karena keberadaan dari populasi akan menentukan validitas data yang akan diperoleh dari hasil suatu penelitian. Senada dengan pernyataan di atas,

Sujarweni (2022) mengutarakan pengertian populasi yaitu keseluruhan jumlah yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai karakteristik dan kualitas tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini, populasinya yaitu mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung angkatan 2021 dan angkatan tahun 2022. Adapun rincian jumlah mahasiswa dari masing-masing tiap program studi dibawah naungan Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung yaitu sebagai berikut:

**Tabel 3.1** Data Jumlah Populasi Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung Angkatan Tahun 2021 dan Angkatan tahun 2022.

No	Program Studi	Data Jumlah Mahasiswa Angkatan 2021	Data Jumlah Mahasiswa Angkatan 2022
1	Pendidikan Ekonomi	100	103
2	Pendidikan Geografi	90	111
3	Pendidikan PKn	90	120
4	Pendidikan Sejarah	85	116
<b>Total</b>		<b>365</b>	<b>450</b>

**Sumber:** Data Sekunder.

#### **b. Sampel**

Sampel adalah bagian dari sejumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi yang digunakan untuk penelitian. Bila populasi besar, peneliti tidak mungkin mengambil semua untuk penelitian misal karena terbatasnya dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Menurut Arikunto (2019), menjelaskan bahwasannya apabila subjek kurang dari 100 lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika jumlah subyeknya lebih dari 100 dapat diambil antara 10%-15% atau lebih.

Berdasarkan pendapat di atas maka dalam penelitian ini sampel yang diambil adalah 15% dari jumlah populasi yang ada serta dihitung dengan menggunakan rumus *Taro Yamane* sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{N \cdot d^2 + 1}$$

Keterangan :

$N$  = Jumlah Sampel

$N$  = Jumlah Populasi

$d^2$  = Presisi (ditetapkan 15%)

(Riduan dan Akdon, 2009)

a. Jumlah sampel data angkatan 2021:

$$n = \frac{365}{365 \times 0,15^2 + 1}$$

$$n = \frac{365}{365 \times 0,0225 + 1}$$

$$n = \frac{365}{8,2125 + 1} = \frac{365}{9,2125} = 39,62 = 40$$

b. Jumlah sampel data angkatan 2022:

$$n = \frac{450}{450 \times 0,15^2 + 1}$$

$$n = \frac{450}{450 \times 0,0225 + 1}$$

$$n = \frac{450}{10,125 + 1} = \frac{450}{11,125} = 40,45 = 41$$

Dari perhitungan di atas didapatkan jumlah sampel sebanyak 40 responden untuk angkatan tahun 2021 dan jumlah sampel sebanyak 41 responden untuk angkatan 2022. Kemudian ditentukan jumlah masing-masing sampel menurut jumlah mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial

yang berada di masing-masing program studi pada angkatan tahun 2021 dan angkatan tahun 2022 secara *random sampling* dengan rumus sebagai berikut:

$$ni = \frac{Ni}{N} \cdot n$$

Keterangan :

$ni$  = Jumlah sampel menurut jumlah angkatan

$n$  = Jumlah sampel seluruhnya

$Ni$  = Jumlah populasi menurut jumlah kelas

$N$  = Jumlah populasi seluruhnya

(Riduan dan Akdon, 2009)

Berdasarkan rumus di atas, maka dapat diperoleh jumlah sampel menurut jumlah masing-masing program studi sebagai berikut:

a. Jumlah sampel data angkatan 2021 per program studi:

$$\text{Pendidikan Ekonomi} = \frac{100}{365} \times 40 = 10,95 = 11 \text{ mahasiswa}$$

$$\text{Pendidikan Geografi} = \frac{90}{365} \times 40 = 9,86 = 10 \text{ mahasiswa}$$

$$\text{Pendidikan PKn} = \frac{90}{365} \times 40 = 9,86 = 10 \text{ mahasiswa}$$

$$\text{Pendidikan Sejarah} = \frac{85}{365} \times 40 = 9,31 = 9 \text{ mahasiswa}$$

b. Jumlah sampel data angkatan 2022 per program studi:

$$\text{Pendidikan Ekonomi} = \frac{103}{450} \times 41 = 9,38 = 9 \text{ mahasiswa}$$

$$\text{Pendidikan Geografi} = \frac{111}{450} \times 41 = 10,11 = 10 \text{ mahasiswa}$$

$$\text{Pendidikan PKn} = \frac{120}{450} \times 41 = 10,93 = 11 \text{ mahasiswa}$$

$$\text{Pendidikan Sejarah} = \frac{116}{450} \times 41 = 10,56 = 11 \text{ mahasiswa}$$

**Tabel 3.2** Data Jumlah Sampel Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung Angkatan Tahun 2021 dan Angkatan tahun 2022

No	Program Studi	Jumlah Mahasiswa Angkatan 2021	Sampel Angkatan 2021	Jumlah Mahasiswa Angkatan 2022	Sampel Angkatan 2022
1	Pendidikan Ekonomi	100	11	103	9
2	Pendidikan Geografi	90	10	111	10
3	Pendidikan PKn	90	10	120	11
4	Pendidikan Sejarah	85	9	116	11
<b>Jumlah</b>		<b>365</b>	<b>40</b>	<b>450</b>	<b>41</b>

**Sumber:** Data Sekunder

Berdasarkan tabel di atas, sampel pada penelitian ini yang diambil adalah sebesar 15% dari jumlah populasi mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung pada angkatan 2021 dan angkatan 2022 yang melebihi 100 dengan jumlah 365 dan 450 maka didapat sebanyak 81 responden.

### C. Variabel Penelitian

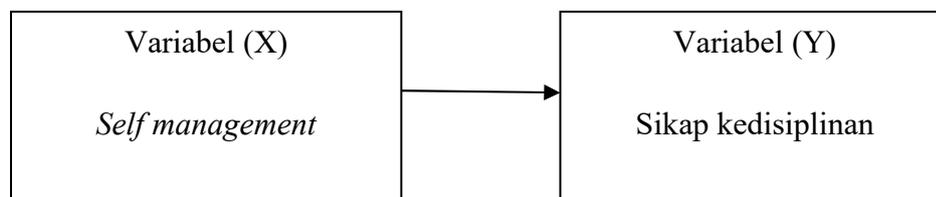
Pengertian variabel penelitian menurut Sugiyono (dalam Sujarweni, 2022) adalah sesuatu hal yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, dan kemudian ditarik kesimpulannya. Pada penelitian ini, variabel penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

#### 1. Variabel Bebas (*Independent Variabel*)

Sujarweni (2022) menuturkan pengertian variabel bebas sebagai sebuah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen. Adapun variabel bebas (*Independent Variabel*) pada penelitian adalah *self management* (X).

## 2. Variabel Terikat (*Dependent Variable*)

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau akibat, karena adanya variabel bebas (Sujarweni, 2022). Pada penelitian kali ini yang menjadi variabel terikat yaitu Sikap kedisiplinan (Y).



**Gambar 3.1** Keterkaitan Antar Variabel X dan Y

## D. Definisi Konseptual dan Definisi Operasional

### 1. Definisi Konseptual

Definisi konseptual merupakan batasan terhadap masalah-masalah variabel yang dijadikan pedoman dalam penelitian sehingga akan memudahkan dalam mengoperasionalkannya di lapangan. Untuk memahami dan memudahkan dalam menafsirkan banyak teori yang ada dalam penelitian ini, maka akan ditentukan beberapa definisi konseptual yang berhubungan dengan yang akan diteliti, sebagai berikut:

#### a. *Self management*

*Self management* adalah kemampuan untuk mengendalikan diri sendiri dalam mengatur perilaku, pikiran, dan emosi dengan cara yang produktif. Dalam konteks pekerjaan dan kehidupan sehari-hari, *self management* meliputi kemampuan untuk membuat skala prioritas, memutuskan apa yang harus dilakukan, dan bertanggung jawab menuntaskan apa yang harus diselesaikan. Dengan *self management* yang baik, seseorang dapat mengatur waktu, emosi, dan tugas dengan lebih efektif, serta membuat keputusan rasional dan bereaksi dengan baik dalam berbagai situasi.

#### b. Sikap kedisiplinan

Sikap kedisiplinan adalah suatu kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dan serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai

ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan, dan ketertiban. Dalam konteks pendidikan, sikap kedisiplinan mahasiswa dapat dilihat dalam tiga aspek: aspek disiplin mahasiswa di dalam kelas, aspek disiplin mahasiswa di luar kelas di lingkungan kampus, dan aspek disiplin mahasiswa di rumah. Sikap kedisiplinan mahasiswa yang tinggi menunjukkan bahwa mereka memiliki kebiasaan yang baik dalam mengikuti peraturan, aturan, dan norma yang berlaku di kampus dan di rumah. Dalam penelitian, sikap kedisiplinan mahasiswa dapat dianalisis melalui teknik wawancara dan observasi untuk mengetahui bagaimana sikap kedisiplinan mahasiswa dalam berbagai aspek, seperti disiplin hadir tepat waktu, disiplin dalam pakaian, disiplin dalam belajar, dan lain-lain.

## 2. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan sebuah bentuk definisi dari variabel-variabel yang akan diteliti secara operasional dalam kaitannya dengan proses pengukuran variabel-variabel tersebut (Sarwono, 2017). Definisi di atas dapat disederhanakan bahwa definisi operasional adalah variabel penelitian dimaksudkan untuk memahami arti setiap variabel penelitian sebelum dilakukan analisis. Oleh karena itu, terdapat beberapa konsep dalam penelitian ini yang perlu untuk di operasionalkan, diantaranya adalah sebagai berikut:

### a. *Self management*

Definisi operasional *self management* adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh yang didapatkan serta ditimbulkan setelah mempelajari pengaruh *self management* mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung, yang dalam fakta dilapangan *self management* mahasiswa cukup memprihatinkan. Dalam penelitian ini untuk mengukur pengaruh *self management*, tataran praksisnya dipengaruhi oleh komponen *self management* sebagai berikut:

1) Penyusunan Diri (*Self Organization*)

Apabila segala sesuatunya telah diatur sebaik mungkin, maka akan tercapai kehidupan individu menjadi lebih efisien. Menurut Gie (2000) dalam (Widyana & Yunika, 2021) penyusunan diri adalah pengaturan sebaik-baiknya terhadap pikiran, tenaga, waktu, tempat, benda, dan semua sumberdaya lainnya dalam kehidupan seorang mahasiswa sehingga tercapai efisiensi pribadi.

2) Pengendalian Diri (*Self Control*)

Menurut Nibras (2020) Kontrol diri adalah kemampuan atau kecakapan seseorang dalam mengendalikan tingkah laku dengan cara menahan, menekan, mengatur atau mengarahkan dorongan keinginan dengan berbagai pertimbangan agar pengambilan keputusan yang salah dapat dihindari. Kontrol diri menyangkut seberapa kuat seseorang memegang nilai dan kepercayaan untuk dijadikan acuan ketika bertindak atau mengambil suatu keputusan.

3) Pengembangan Diri (*Self Development*)

Menurut Gie (2000) dalam (Nibras, 2020) pengembangan diri akan menyempurnakan atau meningkatkan diri sendiri dalam berbagai hal. Dalam hal ini, meningkatkan diri supaya lebih disiplin dalam mengembangkan diri sesuai potensi diri.

b. Sikap kedisiplinan

Sikap kedisiplinan adalah suatu bentuk yang berkenaan dengan pengendalian diri seseorang terhadap bentuk-bentuk aturan. Peraturan dimaksud dapat ditetapkan oleh orang yang bersangkutan maupun yang berasal dari luar. Adapun indikator sikap kedisiplinan yang akan digunakan pada penelitian ini meliputi: datang tepat waktu, patuh pada tata tertib atau aturan, dan menyelesaikan tugas dengan tepat waktu.

## E. Teknik Pengumpulan Data

Pada hakikatnya data merupakan sebuah hasil pencatatan peneliti, baik yang berupa fakta ataupun angka (Arikunto, 2019). Oleh karenanya, teknik pengumpulan data merupakan sebuah cara yang digunakan untuk

memperoleh pencatatan dalam segala informasi berupa fakta dan angka atau hal-hal sebagian atau ukuran keseluruhan mengenai suatu variabel atau seluruh populasi secara lengkap sehingga harapannya dapat menjadi pendukung keberhasilan dalam sebuah penelitian. Adapun teknik yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data yaitu:

### **1. Angket**

Fathoni (2011) memaparkan bahwasannya angket merupakan sebuah teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui penyebaran lembar angket untuk kemudian diisi langsung oleh responden seperti yang dilakukan dalam penelitian untuk menghimpun sebuah informasi data. Penelitian ini menggunakan teknik angket sebagai teknik pokok untuk mengumpulkan data berupa pernyataan tertulis yang diberikan kepada responden. Teknik angket ini bertujuan untuk mendapatkan data dan informasi langsung dari responden.

### **2. Wawancara**

Menurut Esterberg (dalam Sugiyono 2014) wawancara merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan dalam suatu topik tertentu. Sedangkan Sugiyono (2012) mengemukakan bahwa teknik wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang diteliti. Oleh karena itu, wawancara ialah proses pengajuan pertanyaan yang diajukan kepada narasumber untuk mengumpulkan data-data yang mendukung penelitian.

## **F. Instrumen Penelitian**

Sugiyono (2014) menjelaskan instrumen penilaian merupakan suatu alat untuk mengumpulkan data yang bertujuan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diteliti. Oleh karena itu, tujuan dari penggunaan instrumen penelitian yakni guna mencari informasi dan data yang lengkap terkait permasalahan, baik fenomena alam maupun sosial. Adapun instrumen penelitian yang digunakan pada penelitian ini sebagai berikut:

## 1. Lembar Angket

Lembar angket atau disebut juga dengan kuisisioner berisi daftar pertanyaan yang secara tertulis mencakup item-item pertanyaan terkait penelitian dan akan dijawab oleh responden penelitian. Sasaran dalam penelitian atau pemberian lembar angket ini adalah Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung angkatan tahun 2021 dan 2022 mengenai pengaruh *Self Management* terhadap Sikap kedisiplinan Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung yang bertempat di Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung. Skala angket dalam penelitian ini menggunakan skala *Likert*. Sugiyono (2012) menyatakan skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang, atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dengan kata lain, skala *Likert* merupakan skala untuk mengukur sikap atau pendapat seseorang dengan penilaian negatif atau positif pada objek yang akan diukur. Instrumen penelitian dengan skala *Likert* dapat dibuat dalam bentuk *checklist* maupun pilihan ganda. Dalam penggunaan skala ini, peneliti menggunakan bentuk *checklist*. Untuk melakukan kuantifikasi maka skala tersebut kemudian diberi angka sebagai simbol agar dapat dilakukan perhitungan. Umumnya pemberian kode angkanya sebagai berikut:

1. Skor 3 = Jika sesuai dengan yang diharapkan
2. Skor 2 = Jika kurang sesuai dengan yang diharapkan
3. Skor 1 = Jika tidak sesuai dengan yang diharapkan

Berdasarkan keterangan di atas, maka akan diketahui nilai tertinggi adalah skor atau nilai 3 sedangkan nilai terendahnya adalah 1 mendapatkan nilai atau skor .

## 2. Lembar Pedoman

Dalam bentuk wawancara ini, pedoman wawancara ditulis secara rinci, lengkap dengan set pertanyaan dan penjabaran dalam kalimat. Peneliti diharapkan dapat melaksanakan wawancara sesuai sekuensi yang tercantum, serta menanyakan dengan cara yang sama pada responden-responden yang

berbeda (Poerwandari, 2007). Adapun jenis wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara bebas. Dimana pedoman wawancara digunakan untuk mengingatkan peneliti mengenai aspek-aspek yang harus dibahas, sekaligus menjadi daftar pengecek (checklist) apakah aspek-aspek tersebut telah dibahas atau telah ditanyakan.

Wawancara dalam penelitian ini dilakukan dengan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung untuk mendapatkan data tambahan berupa informasi terkait pengaruh *self management* terhadap sikap kedisiplinan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung.

## G. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

### 1. Uji Validitas

Validitas adalah sebuah ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen (Arikunto, 2006). Sedangkan menurut Azhar dan Ardi (2008) menjelaskan bahwa validitas adalah sebuah skala pengukuran dikatakan valid apabila skala tersebut digunakan untuk mengukur apa yang diukur.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat di simpulkan bahwasannya uji validitas adalah suatu kontrol khusus terhadap teori-teori yang telah menghasilkan indikator variabel yang disesuaikan dengan maksud serta isi dari butir soal yang dilakukan melalui koreksi angket dan konsultasi dengan Pembimbing I dan Pembimbing II.

Uji validitas dilakukan pada masing-masing variabel penelitian. Cara mengukur variabel konstruk yaitu mencari korelasi antara masing-masing pertanyaan dengan skor total menggunakan rumus teknik korelasi *pearson product moment*, sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[N \sum x^2 - (\sum x)^2][N \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

Keterangan :

$r_{xy}$  = Koefisien korelasi pearson validitas

$X$  = Skor tanggapan responden atas setiap pertanyaan

$Y$  = Skor tanggapan responden atas seluruh pertanyaan

$N$  = Banyaknya jumlah/subjek responden

(Sujarweni, 2012)

Setelah mengetahui hasil dari rumus *pearson product moment*, kemudian peneliti juga melakukan pengujian kembali angket menggunakan uji dua sisi dengan taraf signifikansi 0,05 dengan kriteria pengambilan keputusan yaitu jika  $r_{hitung} \geq r_{tabel}$  maka instrumen dinyatakan valid. Untuk memudahkan uji coba dalam penelitian ini maka dilakukan dengan menggunakan bantuan program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS). Adapun kriteria diterima atau tidaknya suatu data valid atau tidak dalam program SPSS (Priyanto, 2008).

Berdasarkan nilai korelasi :

- a. Jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$  maka item dinyatakan valid.
- b. Jika  $r_{hitung} < r_{tabel}$  maka item dinyatakan tidak valid.

Berdasarkan signifikansi :

- a. Jika nilai signifikansi  $> \alpha$  (0,05) maka item dinyatakan tidak valid.
- b. Jika nilai signifikansi  $< \alpha$  (0,05) maka item dinyatakan valid.

## 2. Uji Reliabilitas

Menurut Arikunto (2011) menjelaskan bahwasanya reliabilitas menunjuk pada satu pengertian bahwasannya suatu instrumen cukup serta dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut telah baik. Untuk uji reliabilitas dilakukan pada masing-masing variabel penelitian Cara mencari besaran angka reliabilitas dengan menggunakan metode *Cronbach' Alpha* digunakan rumus berikut (Sulisyanto dalam Wibowo, 2012).

$$r_{11} = \left[ \frac{k}{k-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sigma^2} \right]$$

Keterangan:

- $r_{11}$  = Reliabilitas instrumen  
 $K$  = Jumlah butir pertanyaan atau pernyataan  
 $\sum \sigma b^2$  = Jumlah variabel pada butir  
 $\sigma^2$  = Varian total

Menurut Sekara dalam Wibowo (2012) memaparkan bahwasannya kriteria penilaian uji reliabilitas kurang dari 0,6 adalah kurang baik, sedangkan 0.7 dapat diterima dan di atas 0,8 adalah baik. Beberapa peneliti berpengalaman merekomendasikan dengan cara membandingkan nilai dengan tabel kriteria indeks koefisien pada tabel berikut ini:

**Tabel 3.3.** Indeks Koefisien Reliabilitas

No.	Nilai Interval	Kriteria
1	<0,20	Sangat Rendah
2	0,20-0,399	Rendah
3	0,40-0,599	Cukup
4	0,60-0,799	Tinggi
5	0,80-1,00	Sangat Tinggi

**Sumber:** Wibowo (2012)

Selain itu, nilai reliabilitas dapat dicari dengan membandingkan nilai *cronbach's alpha* pada perhitungan SPSS dengan nilai  $r$  tabel menggunakan uji satu sisi pada taraf signifikansi 0,05 (SPSS secara *default* menggunakan nilai ini) dan  $dfN-2$ ,  $N$  adalah banyaknya sampel dan  $K$  adalah jumlah variabel yang diteliti, kriteria reliabilitasnya yaitu (Wibowo, 2012) :

- a. Jika  $r_{hitung} (r_{alpha}) > r_{tabel}$  df maka butir pertanyaan/pernyataan tersebut reliabel.
- b. Jika  $r_{hitung} (r_{alpha}) < r_{tabel}$  df maka butir pertanyaan/pernyataan tersebut tidak reliabel.

## H. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan suatu kegiatan yang dilakukan untuk mengubah hasil data dari penelitian menjadi sebuah informasi baru yang dapat digunakan untuk membuat suatu kesimpulan. Analisis data juga bertujuan untuk menyederhanakan suatu informasi baru yang nantinya akan lebih mudah untuk dipahami. Analisis data pada penelitian ini akan dilakukan adalah uji prasyarat analisis dan analisis akhir atau uji hipotesis.

### 1. Analisis Ditribusi Frekuensi

Analisis data frekuensi dilakukan terhadap hasil pengambilan data dari angket X (*Self management*) dan angket Y (Sikap kedisiplinan). Analisis distribusi frekuensi dilakukan untuk mengetahui klasifikasi beserta presentase tingkat pengaruh dari *self management* terhadap sikap kedisiplinan mahasiswa. Analisis ditribusi frekuensi menggunakan rumus interval yang dikemukakan oleh Hadi dalam Wahab (2021) dengan persamaan sebagai berikut:

$$I = \frac{NT - NR}{K}$$

Keterangan:

$I$	=	Interval
$NT$	=	Nilai tertinggi
$NR$	=	Nilai terendah
$K$	=	Kategori

Selanjutnya untuk mengetahui tingkat presentase digunakan rumus presentase sebagai berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

$P$  = Besarnya presentase

$F$  = Jumlah skor yang diperoleh diseluruh item

$N$  = Jumlah perkalian seluruh item dengan responden

## 2. Uji Prasyarat

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah suatu percobaan untuk mengetahui apakah data sampel berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas menggunakan SPSS 25 untuk memperoleh koefisiennya. Dalam penelitian ini dilakukan dengan uji *kolmogrove smirnov*, karena sampel yang digunakan merupakan mempunyai skala yang besar  $\geq 50$ . Berikut rumus uji *Kolmogrov Smirnov* :

$$D = |F_s(x) - F_t(x)| \max$$

Keterangan:

$F_s(x)$  = Distribusi frekuensi kumulatif sampel

$F_t(x)$  = Distribusi frekuensi kumulatif teoritis

Pedoman dalam pengambilan hasil akhir menggunakan uji *kolmogrov* adalah jika nilai *Sig* atau probabilitas ( $p$ )  $\geq 0,05$  data berdistribusi normal dan jika nilai *Sig* atau probabilitas ( $p$ )  $\leq 0,05$  data berdistribusi tidak normal. Hal ini dilakukan untuk menentukan data statistik yang digunakan. Jika data berdistribusi normal dapat digunakan metode statistik parametrik, sedangkan jika data tidak berdistribusi tidak normal maka dapat menggunakan metode nonparametrik (Sugiyono, 2008).

### b. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah *self management* (Variabel X) dan Sikap kedisiplinan (Variabel Y) mempunyai hubungan yang linier atau tidak secara signifikan. Menurut Prayitno (2008) memaparkan bahwasannya uji linieritas biasanya digunakan sebagai uji prasyarat dalam analisis korelasi atau regresi linier.

Pengujian pada SPSS 25 dengan menggunakan *Test For Liniarty* pada taraf sig 0,05 dan dua variabel dapat dikatakan mempunyai hubungan apabila signifikansi linier berkurang dari 0,05. Uji yang digunakan adalah uji F dengan rumus sebagai berikut :

$$F_{reg} = \frac{RK_{reg}}{RK_{res}}$$

Keterangan :

$F_{reg}$  = Harga bilangan F untuk garis regresi

$RK_{reg}$  = Rerata kuadrat garis regresi

$RK_{res}$  = Rerata kuadrat residu

(Sutrisno Hadi, 2014)

Dasar pengambilan keputusan uji linearitas sebagai berikut:

- 1) Jika nilai Sig > 0.05, maka mempunyai hubungan yang linear secara signifikansi antara variabel X dan variabel Y.
- 2) Jika nilai Sig < 0.05, maka tidak mempunyai hubungan yang linear secara signifikansi antara variabel X dan variabel Y.

### 3. Analisis Data

#### a. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh positif yang signifikan dari *self management* (X) sebagai variabel bebas dengan Sikap kedisiplinan (Y) sebagai variabel terikat. Uji hipotesis dilakukan menggunakan SPSS versi 25 berdasarkan hasil uji analisis regresi linier sederhana untuk memperoleh koefisien signifikannya.

Dasar pengambilan keputusan hasil uji hipotesis adalah sebagai berikut:

- 1) Jika nilai signifikansi (Sig.) lebih kecil < dari probabilitas 0,05 maka ada pengaruh *self management* (X) terhadap Sikap kedisiplinan (Y).
- 2) Jika nilai signifikansi (Sig.) lebih besar > dari probabilitas 0,05 maka tidak ada pengaruh *self management* (X) terhadap Sikap kedisiplinan (Y).

Dalam pengujian hipotesis kali ini penelitian menggunakan uji t Menurut Prayitno (2018) uji t digunakan untuk mengetahui suatu pengaruh pada variabel-variabel bebas (*independent*) secara individu atau parsial terhadap suatu variabel terikat (*dependent*). Adapun rumus t hitung pada analisis regresi adalah sebagai berikut:

$$t_{hitung} = \frac{b}{sb}$$

Keterangan:

$b$  = Koefisien Regresi

$sb$  = Standar Error

Atapun dapat dicari dengan rumus sebagai berikut:

$$t_{hitung} = \frac{r\sqrt{n-1}}{\sqrt{n-r^2}}$$

Keterangan :

$r$  = Koefisien Korelasi Sederhana

$n$  = Jumlah Data atau kasus

Dasar dari pengambilan keputusan Uji t dilakukan sebagai berikut:

- 1) Apabila nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  dengan  $dk = n-2$  atau  $54-2$  dan  $\alpha 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan sebaliknya  $H_1$  diterima.
- 2) Apabila probabilitas ( $sig$ )  $0,05$  maka  $H_0$  diterima dan sebaliknya  $H_1$  ditolak.

Menurut Sugiyono (2014) untuk menafsirkan hipotesis yang diperoleh digunakan pengkategorian atau klasifikasi sebagai berikut:

- 0,00 - 0,199 = kategori sangat rendah
- 0,20 - 0,399 = kategori rendah
- 0,40 - 0,599 = kategori sedang
- 0,60 - 0,799 = kategori kuat
- 0,80 - 1,000 = kategori sangat kuat

### b. Uji Koefisien Determinasi

Menurut Ghozali (2011) Uji koefisien determinasi ( $r^2$ ) digunakan untuk mengetahui presentase sumbangan pengaruh serentak variabel-variabel bebas terhadap variabel terikat. Koefisien determinasi dapat dilihat dari nilai *adjusted*  $r^2$  dimana untuk menginterpretasikan besarnya nilai koefisien determinasi harus diubah kedalam bentuk persentase. Sisa dari total (100%) yang artinya dijelaskan oleh variabel lain yang tidak dimasukkan dalam model penelitian. Koefisien determinasi bertujuan untuk mengukur seberapa jauh kemampuan model dalam menerangkan variasi variabel dependen Nilai koefisien determinasi adalah  $0 < r^2 < 1$ . Jika nilai koefisien determinasi yang mendekati angka nol (0) berarti kemampuan model dalam menerangkan variabel terikat sangat terbatas. Sebaliknya apabila nilai koefisien determinasi variabel mendekati satu (1) berarti kemampuan variabel bebas dalam menimbulkan keberadaan variabel terikat semakin kuat. Uji koefisien determinasi dilakukan untuk mengetahui besarnya kontribusi atau pengaruh variabel X terhadap Y dan dapat menggunakan rumus sebagai berikut :

$$KD = (r^2) \times 100\%$$

Keterangan :

KD = Nilai Koefisien Determinasi

r = Nilai Koefisien Korelasi

(Riduwan, 2009).

## V. KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis yang telah peneliti lakukan mengenai pengaruh *self management* terhadap Sikap kedisiplinan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung, dapat disimpulkan bahwasannya adanya pengaruh *self management* terhadap Sikap kedisiplinan mahasiswa. Selain itu, dari data hasil penelitian dan pengujian hipotesis yang peneliti lakukan bahwa *self management* berpengaruh positif terhadap Sikap kedisiplinan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung. Pengaruh *self management* berpengaruh sebesar 49,2% terhadap Sikap kedisiplinan mahasiswa dan sisanya sebesar 50,8% oleh faktor lain diluar faktor *self management* mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial yaitu motivasi diri, karakteristik individu serta lingkungan sosial mahasiswa.

Nilai koefisien regresi memberikan arti bahwa pengaruh *self management* terhadap Sikap kedisiplinan berbanding lurus, artinya semakin baik *self management* mahasiswa dan digunakan dalam segala lini khususnya yang berkaitan dengan perkuliahan maka sikap kedisiplinan mahasiswa juga kemudian akan meningkat dan output kedepan yang diharapkan membentuk mahasiswa yang memiliki sikap kedisiplinan yang tidak hanya cerdas secara akademis tetapi juga memiliki sikap yang kuat dan mampu berkontribusi positif bagi Masyarakat.

## B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dijelaskan oleh peneliti diatas, maka saran yang dapat peneliti berikan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1. Bagi Mahasiswa

Bagi mahasiswa terkhusus mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung diharapkan mampu memahami dan menyerap ilmu pengetahuan mengenai *self management* khususnya mengenai penyusunan diri, pengendalian diri dan pengembangan diri sebagai mahasiswa karena mengingat betapa pentingnya kemampuan tersebut yang terkandung di dalamnya untuk diterapkan di dalam kehidupan sehari-hari sebagai mahasiswa di lingkungan perkuliahan maupun sebagai Masyarakat di lingkungan sosialnya.

### 2. Bagi Tenaga Pendidik (Dosen)

Bagi tenaga pendidik (Dosen) hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai sarana penambahan referensi bagi tenaga pendidik lewat strategi yang baru agar dapat mengembangkan kemampuan *self management* mahasiswa yang terintegrasi pada pendidikan karakter di perguruan tinggi sehingga dapat menjadi salah satu strategi untuk meningkatkan sikap kedisiplinan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial FKIP Universitas Lampung.

### 3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengkaji penelitian lebih lanjut mengenai *self management* dalam memberikan pemahaman terkait Sikap kedisiplinan mahasiswa serta mengkaji lebih banyak sumber referensi yang terkait dengan management diri agar hasil penelitiannya dapat lebih baik lagi. Selain itu, peneliti menyarankan jika peneliti selanjutnya ingin meneliti variabel yang serupa agar hendaknya menggunakan indikator yang belum diteliti sehingga dapat memunculkan lebih banyak pembahasan pengetahuan secara lebih luas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdi, S., Nurfadillah, F., Az, K., Kamila, N. N., Akifah, S. H., Ningrum, Y. S., ... & Budiarsy, A. 2023. Analisis Tingkat Kedisiplinan Mahasiswa dalam Kegiatan Pembelajaran. *Jurnal Ventilator*, 13, 23-29.
- Abdillah, F., & Fitriana, S. 2021. Penerapan Konseling Cognitive Behaviour dengan Teknik Self Management untuk Mengatasi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Sultan Agung Fundamental Research Journal* , 21.  
<https://doi.org/10.30659/safjrj.2.1.11-24>
- Adha, M. M., Putri, D. S., & Mentari, A. 2023, November. Pentingnya Pendidikan Karakter dalam Meningkatkan Kedisiplinan dan Tanggung Jawab Siswa. In *Prosiding Seminar Nasional Ilmu Pendidikan* Vol. 2, No. 1.
- Al-Qadri, A., & Rahmi, A. 2022. Self Management Siswa dalam Belajar Online di SMAN 1 Kuantan Hilir 699 . In *Indonesian Research Journal on Education: Jurnal Ilmu Pendidikan* Vol. 2, Issue 2. <https://irje.org/index.php/irje>
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Bina Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. 2011. *Penelitian Dan Penelitian Bidang Bimbingan Dan Konseling*. Yogyakarta: Aditya Media.
- Arikunto, Suharsimi. 2019. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Astuti, A. D., & Lestari, S. D. 2020. *Teknik Self Management untuk mengurangi perilaku terlambat datang di Sekolah*. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 101, 54. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v10i1.6304>
- Blegur, J. 2019. *Soft Skills*. <https://www.researchgate.net/publication/364358257>
- Daniati, Suci., Yanzi, H., Nurmalisa, Y "Pengaruh Ekstrakurikuler dalam Membina Potensi Diri terhadap Aktualisasi Diri Siswa di Ma." *Jurnal Kultur Demokrasi*, vol.3, no. 6, 2015.

- Dewi, A. F., Dantes, N., & Lestari, L. P. S. 2023. *Optimasi konseling behavioral melalui teknik self management untuk mengatasi perilaku membolos*. Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia, 92, 958. <https://doi.org/10.29210/1202323077>
- Eka Suryanti, D., Parmawati, A., Muhid UIN Sunan Ampel Surabaya, A., Negeri, S., & Sidoarjo, W. 2021. Pentingnya pendekatan teknik self management dalam layanan bimbingan dan konseling di
- Fadillah Fasha, Esterlia Ginting, Murtini Girsang, & Jabal Ahsan. 2024. Pengaruh Motivasi Terhadap Kedisiplinan Mahasiswa Kewirausahaan Universitas Negeri Medan. *Maeswara : Jurnal Riset Ilmu Manajemen Dan Kewirausahaan*, 23, 373–394. <https://doi.org/10.61132/maeswara.v2i3.1047>
- Fajriani, nur janah, dan desi loviana. 2016. Majelis pendidikan daerah aceh self-management untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa: studi kasus di sma negeri 5 banda aceh fajriani, Nur Janah, Desi Loviana.
- Fathoni, Abdurrahmat. 2011. *Metodologi Penelitian Dan Teknik Penyusunan Skripsi*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Febriantoro, Y. Dan T. S. 2019. Implementasi pendidikan karakter melalui program adiwiyata di sma negeri 1 mejayan, madiun.
- Fitri nurul, S. H. M. 2016. pengaruh sikap kedisiplinan dan kejujuran peserta didik terhadap hasil belajar biologi vol. 4.
- Gabriel, E., & Matthews, L. 2011. Choice Theory: An Effective Approach to Classroom Discipline Choice Theory: An Effective Approach to Classroom Discipline and Management and Management Recommended Citation Recommended Citation. <https://digitalcommons.andrews.edu/pubs>
- Harnita, S., Hasyim, A., Nuralisa, Y. "Hubungan Pelaksanaan Tata Tertib Sekolah dengan Perilaku Peserta Didik." *Jurnal Kultur Demokrasi*, vol. 5, no. 4, 2017.
- Hasanah, N., Fitriani, D., Stkip, D., Binjai, B., & Stkip, M. 2023. Pengaruh efektivitas teknik self-management terhadap kedisiplinan siswa kelas xii tamansiswa binjai. In *Jurnal Serunai Ilmu Pendidikan* Vol. 9, Issue 2.
- Imron. 2016. BAB II tinjauan pustaka 2.1 Kedisiplinan 2.
- Indryaningsih, N. L. P. D. K. Dan S. K. 2014. Penerapan teori konseling behavioral dengan teknik self-management untuk meningkatkan motivasi belajar siswa kelas viii b4 smp negeri 4 singaraja. In *Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling* Issue1.

- Inggar Yadi, J. 2014. Tingkat kedisiplinan mahasiswa dalam proses perkuliahan jurusan ilmu keolahragaan prodi penjaskesrek pontianak 2014 level of student discipline in the lecture.
- Junaidi, M. 2010. Makhfudz Junaidi\_B07303070.
- Khairani Syam Br Manurung, & Nefi Darmayanti. 2024. Penerapan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Sekolah Menengah Atas SMA: Systematic Literature Review. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 83, 1574–1590.  
<https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.6092>
- Komalasari Gantina, E. W. 2011. BAB II.
- Lelono, S., Negeri, S., Pandan, M., Tengah, T., & Coressponding, I. 2021. Meningkatkan Kedisiplinan Mengerjakan Tugas Tepat Waktu Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Matauli Pandan. *Indonesian Counseling and Psychology*, 1Juni, 86–100.  
<https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/ergasia/index>
- Manik, S., Sembiring, M., Padang, I., & Manurung, L. 2022. Theory of bandura's social learning in the process of teaching at sma methodist berastagi kabupaten karo. <https://ejournal.uhn.ac.id/index.php/pengabdian>
- Maryati dan sutopo. 2008. Bab ii tinjauan pustaka 2.1 Kedisiplinan 2.
- Mashurin, M., & Fadkhurosi, A. 2023. Self Management dalam Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa. *Jurnal konseling gusjigang*, 92, 190–203.  
<https://doi.org/10.24176/jkg.v9i2.8977>
- Melati, R. S., Ardianti, S. D., & Fardani, M. A. 2021. Analisis Karakter Disiplin dan Tanggung Jawab Siswa Sekolah Dasar pada Masa Pembelajaran Daring. *EDUKATIF : JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 35, 3062–3071.  
<https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i5.1229>
- Mirdanda, A., & Marzuki, M. 2016. Hubungan antara disiplin, motivasi berprestasi dan jumlah jam belajar perminggu dengan hasil belajar ipa.
- Musbikin, I. 2021. *Pendidikan karakter disiplin*. Nusamedia.
- Mustika, I., Supriatna, E., & Studi Bimbingan dan Konseling, P. 2019. Profil kedisiplinan peserta didik kelas viii smp negeri 1 cilawu garut. 25.
- Nibras, n. N. 2020. Hubungan antara kontrol diri dan harga diri dengan perilaku konsumtif terhadap gadget pada siswa kelas xii sman 8 bogor.

- Nurlaeli, s. 2019. Pengaruh konseling kelompok dengan teknik self management untuk mengurangi kebiasaan siswa terlambat ke sekolah.
- Nurzaakiyah, s., & budiman, n. 2013. Teknik self-management dalam mereduksi body dysmorphic disorder. [Http://www.autism.org/selfmanage.html](http://www.autism.org/selfmanage.html)
- Oktaria, S., Pitoewas, B., & Nurmalisa, Y. 2015. Pengaruh penerapan buku kendali terhadap sikap teladan peserta didik dalam tata tertib. *Jurnal Kultur Demokrasi*, 34.
- Prijosaksono, A., & Sembel, R. 2002. *Self Management Series: Control Your Life*. Elex Media Komputindo.
- Putrawijaya, a. 2019. Efektivitas layanan konseling behavioral dengan teknik self-management untuk mengatasi perilaku membolos peserta didik kelas x man 2 bandar lampung.
- Putu megantari, n., nengah madri antari, n., & dantes jurusan bimbingan konseling, n. 2014. Penerapan konseling bahavioral dengan strategi self management untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas x mia-4 sma negeri 3 singaraja. In undiksa jurusan bimbingan konseling issue 1.
- Retno lukitaningsih, d. 2016. Penerapan strategi pengelolaan diri self-management untuk mengurangi kecanduan media sosial pada siswa kelas xi sman 1 pandaan penerapan strategi pengelolaan diri self-management untuk mengurangi kecanduan media sosial pada siswa kelas xi sman 1 pandaan implementation of self-management strategy for reduce addicted social media for students class xi sman 1 pandaan rury indah swastika.
- Retno,d.,hariastuti, t., pd, m., konseling, k. B., setiawati, d., pd, s., titin, d., & pratiwi, i. 2013. Self-management untuk tuna daksa cerebral palsy penerapan strategi self- management untuk meningkatkan disiplin belajar pada siswa tunadaksa cerebral palsy kelas iv sdlb-d ypac surabaya nikmatus sholihah.
- Sari, P. R., Nurmalisa, Y., Susilo, S., Pitoewas, B., & Nurhayati, N. 2024. Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kemampuan Menulis Karya Tulis Ilmiah Pada Mahasiswa PPKn FKIP Universitas Lampung. *Journal of Social Science Education*, 52.
- Septirahmah, a. p., hilmawan, m. r., & penulis, k. 2021. faktor-faktor internal yang mempengaruhi kedisiplinan : pembawaan, kesadaran, minat dan motivasi, serta pola pikir. 22. <https://doi.org/10.38035/jmpis.v2i2>
- Sevilla. 2022. Sikap Disiplin: Pengertian, Macam, Contoh, Manfaat.

- Simba, n. O., agak, j. O., & kabuka, e. K. 2016. Journal of education and practice  
www.iiste.org issn vol. 7, issue 6. Online. [Www.iiste.org](http://www.iiste.org)
- So'imah, l., & hasanah, m. 2022. *Conseils: jurnal bimbingan dan konseling islam*  
pengaruh self management terhadap kedisiplinan belajar santri di pondok  
pesantren sunan drajat.
- So'imah, l., & hasanah, m. 2022. *Conseils: jurnal bimbingan dan konseling islam*  
pengaruh self management terhadap kedisiplinan belajar santri di pondok  
pesantren sunan drajat.
- Sujarweni, v. Wiratna. 2015. *Spss untuk penelitian*. Yogyakarta: pustakabarupress.
- Sujarweni, v. Wiratna. 2022. *Metodologi penelitian*. Yogyakarta: pustakabarupress.
- Sul asari, h. R. 2021. Penerapan konseling behavioral dengan teknik self  
management dalam upaya meningkatkan kedisiplinan santri putri pondok  
pesantren darussalam blokagung tegalsari banyuwangi.
- Suropati, L, Hasyim, A., & Nurmalisa, Y. "Pengaruh Ekstrakurikuler Pramuka  
terhadap Karakter Siswa di SMP Negeri 2 Terbanggi Besar Lampung  
Tengah." *Jurnal Kultur Demokrasi*, vol. 5, no. 7, 2017.
- Suryanti, d. E. P. A. M. A. 2021. Pentingnya pendekatan teknik self management  
dalam layanan bimbingan dan konseling di seklolah untuk meningkatkan  
motivasi belajar siswa dimasa pandemi covid 19 : literatur review. 4, 181–192.  
[Https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j\\_consilia](https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j_consilia)
- Suwanto insan. 2016. Konseling behavioral dengan teknik self management untuk  
membantu kematangan karir siswa smk. In *jurnal bimbingan konseling*  
*indonesia* vol. 1.
- syarifudin zuhri, a. 2017. pengaruh lingkungan sekolah terhadap kedisiplinan belajar  
siswa kelas x ma ma'arif 06 seputih raman lampung tengah tahun pelajaran  
2016/2017