

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan kebutuhan dasar setiap individu untuk menjalani kehidupan yang lebih baik. Sebagai lembaga pendidikan formal, sekolah memiliki peranan penting dalam menciptakan suatu individu yang berkualitas dan mempersiapkan diri untuk mencetak Sumber Daya Manusia (SDM) yang unggul.¹ Berdasarkan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang dikutip oleh Hamidayati dan Syarip Hidayat menyatakan bahwa Penyelenggaraan pendidikan oleh negara yang bertujuan mencerdaskan kehidupan masyarakat dikenal sebagai pendidikan nasional, usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar serta proses pembelajaran dengan pendekatan yang sesuai, potensi peserta didik bisa dikembangkan secara menyeluruh guna memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, budi pekerti yang baik serta kemampuan yang bermanfaat untuk diri sendiri, lingkungan sosial, bangsa, dan negara.²

Salah satu potensi yang perlu ditingkatkan ialah kemampuan pengendalian diri. Pengendalian diri menurut Calhoun dan Acocella yang dikutip oleh Zulfah merupakan kemampuan untuk mengatur proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang guna membentuk pola perilaku dalam

¹ Hamidayati dan Syarip Hidayat, "Pendidikan Karakter: Fenomena Perilaku Mencontek Pada Siswa Di Sekolah Dasar," *Pedadidaktika* 7, no. 4 (2020): 175, <https://doi.org/10.17509/pedadidaktika.v7i4.25403>.

² Ibid, 176.

diri sendiri.³ Sedangkan menurut Averill yang dikutip oleh Zulfah menyatakan bahwa pengendalian diri adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, mengelola informasi yang diinginkan dan tidak diinginkan, serta memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini.⁴ Melalui pengendalian diri, individu dapat menentukan perilaku berdasarkan standar moral, nilai, dan aturan atau adat istiadat agar mengarah pada perilaku positif. Individu dengan pengendalian diri yang baik cenderung terhindar dari perilaku yang dilarang atau merugikan bagi diri sendiri. Kemampuan ini dapat memungkinkan seseorang untuk menentukan tindakan yang harus dipertahankan dan dilakukan serta menghindari perilaku atau hal-hal yang dianggap memiliki nilai-nilai tidak baik.

Berbagai temuan yang ada di sekolah menunjukkan bahwa permasalahan yang banyak dilakukan oleh siswa berkaitan dengan kemampuan pengendalian diri. Siswa masih belum mampu untuk mengendalikan diri sehingga melakukan perilaku yang tidak baik dan seringkali melanggar peraturan yang telah ditetapkan oleh sekolah, seperti berkelahi (tawuran antar pelajar), membolos pada saat jam pelajaran, mengganggu teman sebaya, terlambat untuk datang ke sekolah, tidak mengerjakan tugas akademik (PR), mencontek ketika ujian maupun tugas yang diperintahkan guru, serta permasalahan-permasalahan lainnya yang dialami siswa.⁵ Akan tetapi, pada

³ Zulfah, "Karakter: Pengendalian Diri," *Iqra* 1, no. 1 (Juni, 2021): 29, <https://journal.unismuh.ac.id/index.php/iqra/article/viewFile/5803/3733>.

⁴ Ibid., 30.

⁵ Hamidayati dan Hidayat, "Pendidikan Karakter: Fenomena Perilaku Mencontek Pada Siswa Di Sekolah Dasar," 175.

saat ini permasalahan yang masih banyak dilakukan oleh siswa dan belum terealisasi dengan baik ialah perilaku mencontek.

Menurut Fadillah yang dikutip oleh Ayu Indah Lestari, dkk menyatakan bahwa perilaku mencontek adalah suatu perbuatan yang tidak jujur, curang, dan menghalalkan segala cara untuk mencapai nilai terbaik dalam menyelesaikan tugas terutama pada saat ujian.⁶ Sedangkan menurut Desi, dkk yang dikutip oleh Ayu Indah Lestari, dkk juga memiliki pendapat yang sama bahwa perilaku mencontek merupakan upaya yang dilakukan untuk mendapatkan suatu keberhasilan dengan cara-cara yang tidak jujur.⁷ Lutfiana, dkk yang dikutip oleh Ayu Indah Lestari, dkk juga menegaskan bahwa perilaku mencontek sering dikaitkan dengan kecurangan dikarenakan dapat merugikan diri sendiri hingga orang lain.⁸ Salah satu penyebab suatu individu melakukan perilaku mencontek dikarenakan adanya dorongan, harapan, dan keyakinan untuk sukses dalam bidang akademik. Hal ini seringkali dikenal dengan istilah *expectancy for academic success*.⁹

Mencontek dapat dilakukan dengan berbagai cara, seperti menulis di atas meja, menulis di kertas, menulis di anggota tubuh, bertanya pada teman ketika sedang mengerjakan ujian, menyalin jawaban teman, mencontek di buku, menerima *dropping* jawaban dari pihak luar, mencari bocoran soal, saling tukar untuk mengerjakan tugas dengan teman, menyuruh atau meminta bantuan orang lain dalam menyelesaikan tugas sekolah maupun ujian di kelas, serta bentuk

⁶ Ayu Indah Lestari, dkk, "Analisis Perilaku Menyontek pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan di Kabupaten Jeneponto," *Pinisi* 2, no. 6 (2022): 209, <https://ojs.unm.ac.id/PJAHSS/article/viewFile/38731/18193>.

⁷ Ibid., 211.

⁸ Ibid., 207

⁹ Ibid., 209.

perilaku mencontek lainnya.¹⁰ Akan tetapi, bentuk perilaku mencontek yang sering dijumpai dan dilakukan oleh siswa ialah meminta informasi atau jawaban kepada teman, memberikan izin kepada teman untuk menyalin jawaban, membuat catatan yang berisi kunci jawaban atau materi pelajaran yang sedang diujikan, serta mencontek di buku secara tersembunyi.

Di dalam Islam, perilaku mencontek dilarang oleh agama dikarenakan sebagai bentuk kecurangan dan ketidakjujuran. Mencontek tidak hanya merugikan diri sendiri tetapi juga merusak hubungan dengan sesama, menguburkan kebenaran, dan menghancurkan nilai-nilai moral yang harus dijunjung tinggi. Dalam Islam, setiap individu diwajibkan untuk berusaha sebaik mungkin, menghormati usaha dan kerja keras orang lain, serta selalu bertindak dengan integritas dalam segala aspek kehidupan termasuk dalam pendidikan. Larangan untuk berperilaku mencontek memang tidak secara langsung disebutkan dalam Al-Qur'an. Akan tetapi, prinsip kejujuran dan menghindari kecurangan ditemukan dalam beberapa ayat Al-Qur'an, seperti Q. S. Al-Baqarah (2): 42 berikut.

وَلَا تَلْبِسُوا الْحَقَّ بِالْبَاطِلِ وَتَكُنُمُوهَا الْحَقَّ وَأَنْتُمْ تَعْلَمُونَ¹¹

Artinya: *Janganlah kamu campuradukkan kebenaran dengan kebatilan dan (jangan pula) kamu sembunyikan kebenaran, sedangkan kamu mengetahuinya.*

¹⁰ Ibid., 206

¹¹ <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/24>

Ayat di atas menjelaskan bahwa melarang umat Islam untuk mencampuradukkan kebenaran (yang hak) dengan kebatilan (yang batil) atau jangan pernah menyembunyikan kebenaran atau mencampurkannya dengan kebohongan. Umat Islam diperintahkan untuk memegang teguh kebenaran dan tidak menyembunyikannya. Apabila terdapat tindakan menutupi atau mengaburkan kebenaran, maka hal itu merupakan perbuatan yang dilarang. Apabila dikaitkan dengan perilaku mencontek merupakan perilaku mencampur antara usaha yang sah dan usaha yang tidak sah. Ketika seorang siswa mencontek, mereka berusaha mendapatkan nilai atau hasil yang seharusnya diperoleh melalui usahanya sendiri. Akan tetapi, siswa menggunakan jawaban atau bantuan dari orang lain.

Hal ini juga selaras dengan Q. S. Al-Baqarah (2): 9 berikut.

يُخٰدِعُوْنَ اللّٰهَ وَالَّذِيْنَ اٰمَنُوْا وَمَا يَخٰدِعُوْنَ اِلَّا اَنْفُسَهُمْ وَمَا يَشْعُرُوْنَ¹²

Artinya: Mereka menipu Allah dan orang-orang yang beriman, padahal mereka hanyalah menipu diri sendiri tanpa mereka sadari.

Ayat di atas menjelaskan tentang orang-orang yang berusaha menipu Allah dan berpura-pura beriman padahal hati mereka tidak demikian. Mereka hanya menipu diri mereka sendiri tanpa menyadarinya. Apabila dikaitkan dengan perilaku mencontek, maka mencontek merupakan bentuk penipuan di mana seorang siswa mencoba menipu guru dan teman-temannya dengan cara yang tidak jujur. Padahal pada akhirnya siswa hanya menipu dirinya sendiri

¹² <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/9>

karena tidak belajar dan tidak berkembang secara pribadi. Ayat ini mengingatkan kita bahwa segala bentuk penipuan pada akhirnya akan merugikan diri sendiri meskipun terlihat seperti mendapatkan keuntungan sesaat.

Pada portal berita detik.com terdapat sebuah studi yang dipublikasikan dalam *Journal of Academic Ethics* mengungkapkan bahwa kasus kecurangan akademik seperti perilaku mencontek banyak dilakukan oleh siswa ketika ujian. Penelitian ini dilakukan oleh Profesor Phil Newton seorang pakar integritas akademik dari Swansea University bersama rekan penulis Keioni Essex yang melibatkan lebih dari 4.600 responden. Penelitian terhadap 19 survei menghasilkan sebesar 29.9% siswa melakukan perilaku mencontek pada saat ujian berlangsung sebelum masa pandemi dan sebesar 54.7% siswa mengaku melakukan perilaku mencontek selama masa pandemi ketika terdapat ujian yang dikerjakan secara *online*.¹³ Hal ini dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan kasus perilaku mencontek sebelum dan selama masa pandemi.

Selain itu, studi pendahuluan yang dilakukan oleh Halida yang dikutip oleh Hamidayati dan Syarip Hidayat menyatakan bahwa penelitian pada 6 (enam) kota besar yang ada di Indonesia yakni Makassar, Surabaya, Bandung, Jakarta dan Medan terdapat hampir 70% responden menjawab pernah melakukan perilaku mencontek ketika duduk di bangku sekolah maupun kuliah.¹⁴ Sedangkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Handayani yang

¹³ Fahri Zulfikar, "Ternyata Mayoritas Siswa Menyontek dalam Ujian Online, Ini Alasannya," detik.com, diakses dari <https://www.detik.com/edu/detikpedia/d-6884737/ternyata-mayoritas-siswa-menyontek-dalam-ujian-online-ini-alasannya>, pada tanggal 21 November 2024 pukul 22.52 WIB.

¹⁴ Hamidayati dan Hidayat, "Pendidikan Karakter; Fenomena Perilaku Mencontek Pada Siswa Di Sekolah Dasar," 177.

dikutip oleh Hamidayati dan Syarip Hidayat menunjukkan sekitar 63% hingga 70% siswa mengaku telah melakukan perilaku mencontek setidaknya sekali pada semester sebelumnya atau semester yang sedang berlangsung. Perilaku mencontek dilakukan secara terencana antara siswa, guru, tenaga kependidikan atau pihak-pihak pendidikan lainnya pada saat Ujian Nasional (UN).¹⁵ Berdasarkan hasil survei dan penelitian terdahulu di atas menunjukkan bahwa siswa di Indonesia kemungkinan pernah melakukan perilaku mencontek.

SMK Sumber Bungur Pakong yang terletak di Jalan Pondok Pesantren Sumber Bungur Pakong, Kecamatan Pakong, Kabupaten Pamekasan, Provinsi Jawa Timur juga tidak terlepas dari kasus perilaku mencontek. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti kepada guru BK SMK Sumber Bungur Pakong menyatakan terdapat indikasi siswa melakukan perilaku mencontek. Adapun hasil wawancara kepada guru BK SMK Sumber Bungur Pakong mengemukakan bahwa terdapat laporan dari wali kelas mengenai kasus perilaku mencontek yang dilakukan oleh siswa pada saat pelaksanaan Ujian Tengah Semester (UTS) dan Ujian Akhir Semester (UAS).¹⁶ Di sekolah ini, bentuk perilaku mencontek yang paling sering ditemukan adalah menyalin jawaban dari teman sebangku, menggunakan catatan kecil, dan bekerja sama secara tidak jujur dalam mengerjakan tugas individu maupun kelompok.

Siswa yang terindikasi melakukan perilaku mencontek mempunyai alasan untuk mendapatkan nilai tinggi, tidak belajar dan tidak mengerti terhadap materi pelajaran, serta pengaruh dari teman sebaya untuk melakukan perilaku mencontek. Beberapa guru seringkali menjumpai siswa berdiskusi dengan

¹⁵ Ibid., 178.

¹⁶ Hidayatullah, Guru BK SMK Sumber Bungur Pakong, *Wawancara Langsung* (23 Oktober 2024)

teman-teman lainnya selama ujian berlangsung pada saat pengawas keluar ruangan, saling memberikan dan menyalin jawaban, membuka catatan atau materi pelajaran secara sembunyi-sembunyi, bahkan menggunakan ponsel untuk mencari jawaban atau bertukar informasi. Selain itu, guru seringkali menemukan jawaban yang sama pada saat memeriksa tugas maupun ujian. Bentuk kecurangan akademik yang dilakukan oleh siswa di sekolah ini bukan hanya terjadi pada saat pelaksanaan ujian melainkan pemberian tugas yang telah diperintahkan guru baik tugas individu maupun kelompok.¹⁷ Oleh karena itu, peneliti mempunyai inisiatif untuk melakukan intervensi dengan menerapkan layanan konseling kelompok pada siswa yang terindikasi perilaku mencontek menggunakan teknik *self management*.

Konseling kelompok merupakan salah satu jenis layanan responsif dalam layanan bimbingan dan konseling. Menurut Permendikbud Nomor 111 tahun 2014 yang dikutip oleh Syafaruddin, dkk menyatakan bahwa layanan bimbingan dan konseling adalah upaya sistematis, objektif, logis, berkelanjutan, serta terprogram yang dilakukan oleh konselor atau guru BK untuk memberikan fasilitas terhadap perkembangan konseli atau siswa agar dapat mencapai kemandirian dalam wujud kemampuan memahami, menerima, mengarahkan, mengambil keputusan, dan merealisasikan diri secara bertanggungjawab sehingga mencapai kebahagiaan serta kesejahteraan hidup.¹⁸ Sedangkan konseling kelompok menurut Hallen yang dikutip oleh Syafaruddin, dkk yakni layanan yang memungkinkan siswa memperoleh kesempatan untuk membahas

¹⁷ Ibid., 179

¹⁸ Syafaruddin, dkk, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling: Telaah Konsep, Teori, dan Praktik* (Medan: Perdana Publishing, 2019), 57.

dan mengentaskan permasalahan yang dialami melalui dinamika kelompok.¹⁹ Pada konseling kelompok terdapat interaksi secara langsung antara anggota kelompok yang satu dan lainnya serta hubungan antara siswa dan guru BK dengan penuh rasa penerimaan serta kepercayaan diri.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ika Nur'aini Juni Astuti menyatakan bahwa konseling kelompok dengan teknik *reinforcement* efektif untuk mengurangi perilaku mencontek pada siswa.²⁰ Selanjutnya, penelitian terdahulu oleh Marianna Harahap, dkk mengemukakan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan behavioral efektif untuk mengurangi perilaku mencontek pada siswa.²¹ Selain itu, penelitian terdahulu oleh Maulidia Putri Arfiyani dan Titin Indah Pratiwi mengemukakan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan realita efektif untuk mengurangi kebiasaan mencontek pada peserta didik.²² Demikian pula, penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rusdiana, dkk menyatakan bahwa konseling kelompok efektif untuk mengatasi perilaku mencontek pada siswa.²³ Hal ini menunjukkan bahwa konseling kelompok efektif untuk mengurangi perilaku mencontek pada siswa.

Salah satu teknik yang digunakan dalam layanan konseling kelompok ini ialah teknik *self management* (pengelolaan diri). Teknik *self management*

¹⁹ Ibid., 63.

²⁰ Ika Nur'aini Juni Astuti, "Efektivitas *Reinforcement* dalam Konseling Kelompok untuk Mengurangi Perilaku Menyontek pada Siswa," *Borobudur Counseling Review* 2, no. 1 (2022): 39-44, <https://journal.unimma.ac.id/index.php/bcr/article/download/12155/5326>.

²¹ Marianna Harahap, dkk, "Efektivitas Konseling Kelompok dengan Pendekatan REBT untuk Mengurangi Perilaku Menyontek Siswa," *EDUCATIO* 8, no. 2 (2022): 115-122, <http://dx.doi.org/10.29210/1202222409>.

²² Maulidia Putri Arfiyani dan Titin Indah Pratiwi, "Efektifan Konseling Kelompok Realita untuk Mengurangi Kebiasaan Menyontek Peserta Didik Kelas X-4 di SMAN 1 Keboman Gresik," *t.n. t.v., t.n.* (t.t.): 453-461, <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/54413/43250>.

²³ Rusdiana, dkk, "Efektivitas Konseling Kelompok untuk Mengatasi Perilaku Menyontek Siswa Kelas VIII B di SMP Negeri 4 Alalak Barito Kuala," *An-Nur* 5, no. 3 (2019): 6-12, <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/AN-NUR>.

merupakan salah satu teknik dalam pendekatan behavioral. Pendekatan behavioral memandang bahwa manusia berperilaku berdasarkan hasil belajar dari lingkungan atau pengalaman. Hal ini selaras dengan pendapat Corey yang dikutip oleh Rahmah Winnit Mardhiyyah dan Firawati Indriani bahwa pendekatan behavioral merupakan teori yang menekankan pada perilaku manusia yang dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan berdasarkan proses latihan.²⁴ Selain itu, pendekatan behavioral berfokus pada perubahan perilaku dengan melakukan penekanan pemberian penghargaan bagi konseli agar menerapkan kegiatan yang baik dan menghindari aktivitas buruk. Menurut James dan Gilliland yang dikutip oleh Rahmah Winnit Mardhiyyah dan Firawati Indriani menyatakan bahwa pada dasarnya pendekatan behavioral mengarahkan konseli untuk memperoleh tingkah laku yang baru, menghapus tingkah laku yang maladaptif, dan memperkuat tingkah laku yang adaptif. Pendekatan behavioral diperkarsai oleh John B. Watson, Ivan Pavlov, dan B. F. Skinner melalui teori-teori belajar dalam menjelaskan perilaku manusia.²⁵

Sedangkan teknik *self management* menurut Komalasari yang dikutip oleh Afrizal Rifky Rezaldy, dkk adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri kearah yang lebih positif. Menurut Cormier yang dikutip oleh Afrizal Rifky Rezaldy, dkk mengemukakan bahwa *self management* merupakan suatu proses dimana konseli mengarahkan tingkah lakunya sendiri menggunakan suatu strategi atau kombinasi strategi, meliputi pemantauan diri

²⁴ Rahmah Winnit Mardhiyyah dan Firawati Indriani, "Pendekatan Konseling Behavioral untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Pada Siswa SMA," *Fokus* 1, no. 1 (2018): 161, <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1686431&val=18341&title=PENDEKATAN%20KONSELING%20BEHAVIORAL%20UNTUK%20MENGURANGI%20PERILAKU%20PROKRASTINASI%20PADA%20SISWA%20SMA>.

²⁵ Ibid., 162.

(*self monitoring*), kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*), penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*), serta *reinforcement* positif (*self reward*).²⁶

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Afrizal Rifky Rezaldy, dkk menyatakan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif untuk menurunkan perilaku membolos pada siswa.²⁷ Selanjutnya, penelitian terdahulu oleh Aprilia Setyowati, dkk mengemukakan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif untuk mereduksi kecanduan *game online* pada siswa.²⁸ Selain itu, penelitian terdahulu oleh Aisyah Nur Cita Zakiyyah dan Abdul Muhid mengemukakan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif untuk mengurangi perilaku merokok pada siswa.²⁹ Demikian pula, penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Nur Azizah Imran menyatakan bahwa penerapan teknik *self management* dapat mengurangi kecanduan media sosial pada siswa.³⁰

Berdasarkan riset-riset terdahulu di atas tentang efektifitas layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self management* telah banyak diteliti

²⁶ Afrizal Rifky Rezaldy, dkk “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self-Management* untuk Menurunkan Perilaku Membolos pada Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 2 Kupang,” *Flobamora* 1, no. 3 (Desember, 2023): 144, <http://dx.doi.org/10.35508/jbkf.v1i3.10782>.

²⁷ Ibid., 143-152.

²⁸ Aprilia Setyowati, dkk, “Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Mereduksi Kecanduan *Game Online* (Pada Siswa Kelas VIII) di SMP Negeri 1 Pundong,” *Indonesian Journal of Educational Counseling* 7, no. 1 (2023): 15-22, <https://doi.org/10.30653/001.202371.218>.

²⁹ Aisyah Nur Cita Zakiyyah dan Abdul Muhid, “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self-Management* untuk Mengurangi Perilaku Merokok Siswa: Literature Review,” *Jurnal Bimbingan dan Konseling* 1, no. 1 (Oktober, 2023): 1-10, <https://jurnal.umbarru.ac.id/index.php/bkmb/article/download/663/217>.

³⁰ Nur Azizah Imran, “Penerapan Teknik *Self Management* untuk Mengurangi Kecanduan Media Sosial Pada Siswa Di SMA Negeri 1 Sinjai,” *Universitas Negeri Makassar t.v., t.n.* (2020): 2-16, <https://eprints.unm.ac.id/19360/1/JURNAL%20NUR%20AZIZAH%20IMRAN.pdf>.

oleh peneliti sebelumnya. Akan tetapi, untuk spesifikasi dalam membantu menurunkan perilaku mencontek pada siswa di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) belum dijumpai penelitian yang sama. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Efektivitas Konseling Kelompok Teknik *Self Management* Untuk Menurunkan Perilaku Mencontek Pada Siswa Di SMK Sumber Bungur Pakong”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan konteks penelitian diatas, maka dapat dikemukakan fokus dalam penelitian yang akan dikaji dalam penelitian ini dengan rumusan sebagai berikut.

1. Bagaimana keefektifan teknik *self management* untuk mengurangi perilaku mencontek pada siswa di SMK Sumber Bungur Pakong?
2. Apakah ada perubahan yang signifikan pada skor perilaku mencontek sebelum dan setelah diberikannya *treatment* konseling kelompok dengan teknik *self management*?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dalam penelitian ini sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui keefektifan teknik *self management* dalam mengurangi perilaku mencontek pada siswa di SMK Sumber Bungur Pakong?
2. Untuk mengetahui perubahan yang signifikan pada skor perilaku mencontek sebelum dan setelah diberikannya *treatment* konseling kelompok dengan teknik *self management*?

D. Asumsi Penelitian

Asumsi penelitian adalah anggapan-anggapan dasar tentang suatu hal yang dijadikan pijakan berpikir dan bertindak dalam melaksanakan penelitian. Misalnya, peneliti mengajukan asumsi bahwa sikap seseorang dapat diukur dengan menggunakan skala sikap. Setiap peneliti memiliki asumsi yang berbeda terhadap obyek yang ditentukannya. Dalam kajian penelitian tentang Efektivitas Teknik Self Management Untuk Menurunkan Perilaku Mencontek Pada Siswa Di SMK Sumber Bungur Pakong ini mempunyai asumsi dasar sebagai berikut.

1. Setiap individu memiliki bentuk perilaku mencontek yang berbeda-beda.
2. Teknik *self management* dapat dijadikan sebagai alternatif dalam menurunkan perilaku mencontek pada siswa.

E. Hipotesis Penelitian

Dilihat dari arti katanya, hipotesis berasal dari dua penggalan kata yaitu, hypo yang berarti di bawah, dan thesa yang berarti kebenaran. Cara menuliskan kata hipotesis kemudian disesuaikan dengan ejaan bahasa Indonesia sehingga disebut hipotesa yang berarti suatu jawaban yang bersifat sementara sampai dapat dibuktikan melalui data yang terkumpul dalam suatu penelitian.

1. Hipotesis Alternatif (H_a) : Teknik *self management* efektif untuk menurunkan perilaku mencontek pada siswa di SMK Sumber Bungur Pakong.
2. Hipotesis Nol (H_0) : Teknik *self management* tidak efektif untuk menurunkan perilaku mencontek pada siswa di SMK Sumber Bungur Pakong.

Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah H_a (hipotesis alternatif) yaitu teknik *self management* efektif untuk menurunkan perilaku mencontek pada siswa di SMK Sumber Bungur Pakong.

F. Kegunaan Penelitian

Kegunaan penelitian ini terdapat dua manfaat, yaitu secara teoritis maupun secara praktis sehingga dapat didefinisikan sebagai berikut.

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini secara teoritis bisa bermanfaat sebagai tambahan ilmu pengetahuan bagi siswa, guru BK, peneliti, serta masyarakat luas untuk menambah keilmuan terutama dalam merumuskan pelaksanaan teknik *self management* guna menurunkan perilaku mencontek.

2. Secara Praktis

Hasil dari penelitian ini nantinya dapat memberikan informasi sekaligus memberikan acuan dan pengetahuan khususnya pada pihak-pihak terkait, diantaranya sebagai berikut.

a. Bagi Institut Agama Islam Negeri Madura

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah dan memperkaya koleksi bahan pustaka di Institut Agama Islam Negeri Madura serta dapat menjadi tambahan referensi atau rujukan bagi mahasiswa dalam materi perkuliahan dan untuk kepentingan selanjutnya.

b. Bagi Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Peneliti berharap hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi atau sumber data bimbingan dan konseling yang nantinya dapat dijadikan acuan bagi peneliti selanjutnya.

c. Bagi Kepala Sekolah dan Guru SMK Sumber Bungur Pakong

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi bagi siswa agar siswa dapat menambah pengetahuan tentang mengatasi perilaku mencontek di SMK Sumber Bungur Pakong.

d. Bagi Siswa SMK Sumber Bungur

Hasil penelitian ini dapat membantu siswa mengubah cara pandang terhadap belajar dari bergantung pada cara yang curang menjadi lebih menghargai proses belajar yang jujur.

e. Bagi Pembaca

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pemahaman tentang efektivitas konseling kelompok teknik *self management* untuk menurunkan perilaku mencontek.

G. Ruang Lingkup Penelitian

Agar penelitian ini lebih terarah dan dapat dilakukan secara lebih mendalam serta menghindari kesalahpahaman, maka peneliti perlu menentukan batasan atau adanya ruang lingkup sebagai berikut.

1. Subjek yang diteliti adalah siswa SMK Sumber Bungur Pakong yang terindikasi perilaku mencontek.

2. Penelitian ini terbatas pada penggunaan teknik *self management* dalam konseling kelompok untuk membantu menurunkan perilaku mencontek pada siswa di SMK Sumber Pakong.
3. Lokasi penelitian ini dilaksanakan di SMK Sumber Bungur Pakong, Kecamatan Pakong, Kabupaten Pamekasan, Provinsi Jawa Timur.

H. Definisi Istilah

Ada beberapa istilah yang perlu untuk didefinisikan secara operasional agar pembaca memiliki persepsi dan pemahaman yang sejalan serta menghindari kesalahpahaman dalam memahami istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian ini. Adapun istilah-istilah tersebut dapat diuraikan sebagai berikut.

1. Efektifitas

Efektifitas adalah kemampuan program atau layanan bimbingan konseling untuk mencapai tujuan yang diinginkan, yaitu perubahan positif pada siswa atau klien dalam aspek kognitif, afektif, dan perilaku.

2. *Self Management*

Self management merupakan teknik yang bisa merubah perilaku maladaptif menjadi adaptif. *Self management* adalah kemampuan untuk mengendalikan diri sendiri, emosi, waktu, pikiran dengan cara yang produktif dan profesionalitas tanpa adanya pengaruh eksternal. Dengan kata lain bertanggung jawab atas dirinya sendiri.

3. Konseling Kelompok

Konseling kelompok adalah suatu proses bantuan yang dilakukan oleh seorang konselor kepada sekelompok individu yang memiliki masalah

atau kebutuhan yang sama, dengan tujuan untuk membantu mereka mengatasi masalah atau mencapai tujuan yang diinginkan melalui proses diskusi, sharing, dan dukungan bersama.

4. Perilaku Mencontek

Mencontek merupakan perilaku yang tidak baik atau mencontoh ide, jawaban seseorang dan mengakui bahwa itu hasilnya sendiri. Mencontek disebabkan karena kurangnya percaya diri dalam mengerjakan tugas. Hal ini sering terjadi di lingkungan sekolah dan memiliki dampak negatif pada nilai akademik serta perkembangan psikologis individu secara keseluruhan.

I. Kajian Penelitian Terdahulu

Tabel 1. Kajian Penelitian Terdahulu

No	Penelitian (tahun)	Judul	Hasil	Perbedaan	Persamaan
1	Yoseph ricardo pranata, dkk. (2023) ³¹	Efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik <i>self management</i> untuk mengurangi perilaku mencontek pada siswa kelas XI SMA negeri 4 padang sidempuan.	Hasil penelitian menunjukkan teknik <i>self management</i> efektif untuk mengurangi perilaku mencontek pada siswa kelas XI SMA negeri 4 padang sidempuan	Perbedaannya terletak pada obyek penelitiannya, dalam penelitian yoseph ricardo pranata, dkk adalah peserta didik kelas XI SMA negeri 4 padang sidempuan, sedangkan dalam penelitian ini obyeknya adalah siswa smk sumber bungur pakong.	persamaannya terletak pada teknik yang digunakan, Yoseph ricardo pranata, dkk. dan peneliti sama-sama menggunakan teknik <i>self management</i> . Selain itu persamaannya ingin mengetahui efektifitas tehnik <i>self management</i> untuk mengurangi perilaku mencontek
2	Yospina & Hendra	Efektivitas konseling kelompok	Hasil penelitian menunjukkan	Perbedaannya terletak pada objek	Persamaannya penelitian ini terletak pada

³¹ Yoseph Ricardo Pranata, "Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Management untuk Mengurangi Perilaku Menyontek Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 4 Padang Sidempuan," *Ristekdik* 8, no. 2 (2023): 244-253, <http://dx.doi.org/10.31604/ristekdik.88i2>.

	pribadi (2019) ³²	dengan teknik <i>self management</i> untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik siswa di SMA negeri 3 tarakan.	bahwa layanan konseling kelompok teknik <i>self management</i> efektif untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik siswa di SMA negeri 3 tarakan.	penelitiannya, Yospina & Hendra pribadi meneliti siswa di SMA negeri 3 tarakan. sedangkan peneliti meneliti siswa SMK sumber bungur. Selain itu perbedaan terletak pada permasalahan yang diteliti Yospina & Hendra pribadi meneliti tentang prokrastinasi akademik sedangkan peneliti tentang perilaku prokrastinasi mencontek.	teknik yang digunakan yaitu sama-sama menggunakan Teknik <i>self management</i> .
3	Eny Kusumawati (2024) ³³	Pengaruh konseling kelompok dengan Teknik <i>self control</i> untuk mengurangi perilaku menyontek siswa saat ujian di SMP negeri 5 karang anyar.	Teknik <i>self control</i> efektif untuk mengurangi perilaku menyontek siswa saat ujian.	perbedaannya terletak pada teknik yang digunakan, Eny Kusumawati menggunakan teknik <i>self control</i> sedangkan peneliti ini menggunakan teknik <i>self management</i> . Selain itu perbedaannya terletak pada objeknya, Eny Kusumawati di SMP negeri	Persamaan penelitian ini terletak pada permasalahan yang dihadapi yaitu sama-sama meneliti tentang menyontek.

³² Yospina Yospina dan Hendra Pribadi, "Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa di SMA Negeri 3 Tarakan," *Jurnal Bimbingan dan Konseling Borneo* 1, no. 1 (2019): t.h., <https://doi.org/10.35334/jbkb.v1i1.753>.

³³ Eny Kusumawati, "Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Control* Untuk Mengurangi Perilaku Menyontek Siswa Saat Ujian Di SMP Negeri 5 Karanganyar," *G-Couns* 8, no. 3 (Agustus, 2024): 1845-1856, <http://dx.doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.5745>.

				5 karang anyar, sedangkan peneliti ini meneliti siswa di SMK sumber bungur pakong pamekasan.	
4	Iskhak bagas suryana (2019) ³⁴	efektivitas konseling kelompok teknik <i>self management</i> untuk meningkatkan motivasi belajar siswa kelas XI MM 2 SMK Salaman kabupaten magelang	Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok teknik <i>self management</i> efektif untuk meningkatkan motivasi belajar pada siswa.	Perbedaannya terletak pada objeknya, Iskhak bagas suryana meneliti siswa di SMK Salaman kabupaten magelang, sedangkan peneliti ini meneliti siswa SMK sumber bungur pakong pamekasan. Selain itu perbedaan terletak pada permasalahan, Iskhak bagas suryana meneliti untuk meningkatkan motivasi belajar siswa sedangkan peneliti meneliti tentang perilaku menyontek.	Persamaan penelitian ini terletak pada Teknik yaitu sama-sama meneliti tentang teknik <i>self management</i> .

³⁴ Iskhak Bagas Suryana, “Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa (Penelitian pada Siswa Kelas XI MM 2 SMK Salaman Kabupaten Magelang)” (Skripsi, Universitas Muhammadiyah Magelang, Magelang, 2019).