

ABSTRAK

Henisa, Putri Renti. 2025. *Efektivitas Teknik Pengelolaan Diri Pada Layanan Penguasaan Konten Untuk Mengurangi Kebiasaan Belajar Yang Buruk pada Siswa di MTS N 8 Muaro Jambi*: Skripsi, Jurusan Ilmu Pendidikan, FKIP Universitas Jambi, Pembimbing : (I) Prof. Drs. Akmal Sutja, M.Pd. (II) Freddi Sarman S.Pd, M.Pd

Pelaksanaan pendidikan merupakan proses yang harus ditempuh oleh setiap individu dengan tujuan pembangunan dan persiapan untuk kehidupan yang lebih baik. Pendidikan pada kehidupan ditempuh melalui berbagai proses, salah satunya adalah pendidikan formal melalui sekolah. Aktivitas belajar yang dilakukan siswa dalam sekolah menuntut siswa untuk dapat disiplin, berkembang dengan baik dan mengikuti aturan yang telah ditetapkan dengan baik. Namun, pada pelaksanaan pendidikan ini, ditemukan beberapa penyimpangan kebiasaan yang kemudian menghambat proses pembelajarannya, sehingga siswa tidak mampu mengembangkan kemampuannya secara optimal.

Penerapan disiplin berkaitan dengan tugas atau penundaan ini kemudian menjadi permasalahan utama yang ditemukan di sekolah. Siswa SMP (Sekolah Menengah Pertama) merupakan siswa yang dikategorikan remaja, dengan berbagai konsep permasalahannya dan belum matangnya emosional, sosial dan kematangan berfikir salah satu konsep penyelesaian untuk permasalahan ketidaksiplinan ini adalah pengelolaan diri

Penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan metode eksperimen dengan eksperimen *one grup pretst post test*, pelaksanaan penelitian dilaksanakan dengan menggunakan 30 responden yang keseluruhan berasal dari kelas 8 (VIII) disekolah MTS N 8 Muaro Jambi, pemilihan responden dilaksanakan dengan metode *porposive sampling* dimana responden dipilih berdasarkan kebutuhan penelitian. Pemilihan ini dilaksanakan dengan bantuan guru BK dan pihak sekolah. Pelaksanaan penelitian menggunakan angket *pretest* dan *posttest* untuk mengukur hasil sebelum diberikan layanan penguasaan konten dan setelah diberikan layanan penguasaan konten.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perubahan tingkat kebiasaan belajar yang buruk oleh siswa setelah diberikannya *treatmen* berupa layanan penguasaan konten yaitu pengelolaan diri. Hal ini dilihat dari hasil berdasarkan hasil data angket secara kelompok dapat dilihat bahwa terdapat penurunan grafik dari 53% (grafik *pretest*) menjadi 46% (grafik *posttest*) dengan kata lain, hasil grafik batang menunjukkan bahwa bahwa terdapat penurunan perilaku kebiasaan belajar 7% setelah dilaksanakannya layanan penguasaan konten pengelolaan diri. Maka dapat disimpulkan bahwa pemberian layanan penguasaan konten memberikan pengaruh terhadap pengelolaan diri untuk mengurangi kebiasaan belajar yang buruk pada siswa disekolah.

Kata Kunci : Eksperimen, Kebiasaan Belajar Buruk, Penundaan Tugas