

ABSTRAK

Masitah, 1601281942. *Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Management untuk Mengurangi Perilaku Tidak Bertanggung Jawab terhadap Tugas di SMAN 1 Tamban Catur Kabupaten Kapuas*, Pembimbing Bidang Konten dan Metodologi Dr. Hidayat Ma'ruf, M.Pd., dan Pembimbing Bidang Bahasa dan Teknik Penulisan Mufida Istaty, M.Pd., pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin. 2023.

Kata Kunci: Efektivitas, Layanan Bimbingan Kelompok, *Self Management*, Bertanggung Jawab.

Perilaku tidak bertanggung jawab terhadap tugas merupakan kebiasaan yang berujung dengan kerugian hal ini di alami oleh beberapa siswa yang terbiasa dengan kehidupan sehari-harinya santai dan tidak disiplin terhadap peraturan dan kebiasaan yang menyepelkan suatu tugas tidak menghargai waktu. Permasalahan seperti ini yang terjadi di sekolah dapat diatasi dengan adanya bantuan guru BK. Berdasarkan hasil observasi awal di SMAN 1 Tamban Catur, penulis menemukan beberapa peserta didik yang teridentifikasi permasalahan tersebut.

Teknik perubahan perilaku *self management* merupakan salah satu dari penerapan teori modifikasi perilaku dan merupakan gabungan teori behavioristik dan teori kognitif sosial. Teknik ini menekankan pada konseli untuk mengubah tingkah lakunya ke arah yang lebih baik. Sehingga teknik ini menjadi hal baru dalam menyelesaikan permasalahan siswa di SMAN 1 Tamban catur.

Penelitian ini berjenis eksperimen dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini menggunakan *onetest grup design*. Objek penelitian ini adalah peserta didik dari SMA Negeri 1 Tamban Catur berjumlah 10 orang. Adapun teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, dokumentasi, dan angket. Setelah data terkumpul dilakukan analisis data, dengan deskripsi data menggunakan SPSS, serta dilakukan uji prasyarat analisis.

Berdasarkan data hasil penelitian, perilaku tidak bertanggung jawab siswa sebelum dilakukan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Management* pada kategori tinggi. Setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Management*, terdapat penurunan yang signifikan dan berada di kategori sedang. Efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Management* untuk mengurangi perilaku tidak bertanggung jawab terhadap tugas di SMAN 1 Tamban Catur dapat dilihat dari taraf signifikan yakni $> 0,05$.