

**EFEKTIVITAS KONSELING INDIVIDUAL DENGAN  
TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN  
AKHLAK TERPUJI SISWA DI MAN 4 BANJAR**

**SKRIPSI**

**OLEH  
MUHAMMAD RIZKY**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI  
BANJARMASIN  
2026 M/ 1448 H**

**EFEKTIVITAS KONSELING INDIVIDUAL DENGAN TEKNIK  
*SELF MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN  
AKHLAK TERPUJI SISWA DI MAN 4 BANJAR**

**Skripsi**

Diajukan kepada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan  
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan

**Oleh**

**Muhammad Rizky  
NIM. 200101060223**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI  
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
PENDIDIKAN ISLAM  
BANJARMASIN  
TAHUN 2026 M/ 1448 H**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Rizky  
NIM : 200101060223  
Tempat, Tanggal lahir : Banjarbaru, 09 Oktober 2001  
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul “Efektivitas Konseling Individual Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Akhlak Terpuji Siswa di MAN 4 Banjar” adalah benar – benar karya saya, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarmasin, 17 Desember 2025

Yang membuat pernyataan

 Muhammad Rizky



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM  
Jalan Jenderal Ahmad Yani KM. 4,5 Banjarmasin 70235  
Telepon (0511) 3253939 Faksimile (0511) 3274492  
Email: [bkpi@uin-antasari.ac.id](mailto:bkpi@uin-antasari.ac.id) Web: <http://fkk.lain-antasari.ac.id>

**SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI**  
**Nomor: 231/Un.14/III.1.w/PP.00.9/12/2025**

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam menerangkan bahwa mahasiswa dengan identitas berikut:

|               |                                            |
|---------------|--------------------------------------------|
| Nama          | : Muhammad Rizky                           |
| NIM           | : 200101060223                             |
| Program       | : S-1                                      |
| Program Studi | : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam |

**Judul Skripsi:** Efektivitas Konseling Individual Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Akhlak Terpuji Siswa di MAN 4 Banjar

**Hasil Uji Plagiasi:** 11%

Berdasarkan hasil uji plagiasi dengan menggunakan [www.turnitin.com](http://www.turnitin.com) bahwa naskah skripsi ini dinyatakan memenuhi syarat batas maksimal plagiasi 25%.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 22 Desember 2025

Ketua Program Studi

Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Drac Rahmatul Janah, M.Pd

196912011994032005

## PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul : Efektivitas Konseling Individual Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Akhlak Terpuji Siswa di MAN 4 Banjar

Ditulis oleh : Muhammad Rizky

NIM : 200101060223

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Program : Strata Satu (S1)

Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

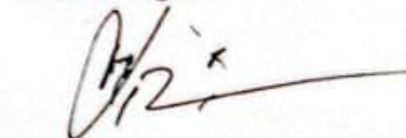
Tahun Akademik : 2025/2026

Tempat dan Tanggal Lahir : Banjarbaru, 09 Oktober 2001

Alamat : Jl. Mentri 4 Gang Sejahtera Rt 12 Rw 05  
Kelurahan Sungai Paring Kec. Martapura  
Kabupaten Banjar No 36

Setelah diteliti dan diadakan perbaikan, kami dapat menyetujuinya untuk dipertahankan di depan Sidang Tim Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin.

Banjarmasin, 23 Desember 2025  
Pembimbing



Dr. H. Hidayat Ma'ruf, M.Pd  
NIP. 196907301995031004

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan  
UIN Antasari Banjarmasin,



Dra. Raihanatul Jannah, M.Pd.  
NIP. 196912011994032005



## PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul: Efektivitas Konseling Individual dengan Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Akhlak Terpuji Siswa di MAN 4 Banjar.

Nama Muhammad Rizky NIM 200101060223 telah diujikan dalam Sidang TIM  
Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin pada:

Hari : Selasa

Tanggal : 06 Januari 2026

Nilai : 90 (A+)



### TIM PENGUJI:

| No | Nama                                  | Tanda Tangan |
|----|---------------------------------------|--------------|
| 1  | Dr. Hidayat Ma'aruf, M. Pd<br>(Ketua) |              |
| 2  | Nurul Rahmi, M. Pd<br>(Anggota)       |              |
| 3  | Ana Rizka Mashud, M. IP<br>(Anggota)  |              |

## ABSTRAK

**Muhammad Rizky.**NIM.200101060223. *Efektivitas Konseling Individual dengan Teknik Self Management untuk Meningkatkan Akhlak Terpuji Siswa di MAN 4 Banjar*, Pembimbing Dr. Hidayat Ma'aruf, M.Pd., pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin 2025.

**Kata Kunci:** Efektivitas, Konseling Individual, *Self Management*, Akhlak Terpuji

Konseling individual merupakan layanan bimbingan dan konseling yang bertujuan membantu siswa mengatasi permasalahan secara tatap muka antara konselor dan siswa. Akhlak terpuji adalah seseorang yang melakukan perbuatan baik atas dasar kemauannya sendiri dan dilakukan dengan sungguh-sungguh. Salah satu teknik yang dapat diterapkan dalam konseling individual adalah teknik *self management*, yaitu teknik yang menekankan kemampuan siswa dalam mengelola, mengontrol, dan mengarahkan perilaku dirinya sendiri secara sadar. Teknik ini dapat membantu siswa dalam membentuk dan meningkatkan akhlak terpuji, seperti sikap disiplin, tanggung jawab, dan pengendalian diri dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi akhlak terpuji siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling individual dengan teknik *self management*, serta untuk mengetahui keefektifan layanan tersebut dalam meningkatkan akhlak terpuji siswa.

Penelitian ini merupakan eksperimen kuantitatif dengan desain *Single Subject Research* (SSR). Subjek dalam penelitian ini yaitu Guru Bimbingan dan Konseling dan Siswa di MAN 4 Banjar. Metode pengumpulan data melalui dokumentasi, observasi, dan wawancara.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi *self management* dalam layanan konseling individual terbukti efektif dalam membantu siswa, hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan positif yang konsisten pada setiap fase pengamatan, baik secara kuantitatif maupun kualitatif.

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ  
وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ، أَمَّا بَعْدُ

Segala puji bagi Allah Swt. Tuhan seru sekalian alam. Salawat dan salam semoga tercurah kepada Nabi Muhammad Saw., yang telah menunjukkan kepada manusia jalan keselamatan di dunia dan di akhirat.

Penulis menyadari dengan sepenuhnya dalam penyelesaian penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan semua pihak, baik dalam bentuk dukungan, bimbingan dan arahan serta motivasi sehingga tugas yang terasa berat ini dapat diselesaikan.

Sehubungan dengan itu, maka dengan segala kerendahan hati, penulis ucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan dimaksud. Khususnya, penulis ucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Dr. H. Hamdan, M.Pd., Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin yang berkenan menerima dan menyetujui judul skripsi ini.
2. Ibu Dra. Raihanatul Jannah, M.Pd., dan Ibu Nurul Rahmi, M.Pd., selaku Ketua dan Sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin, yang memberikan arahan penulisan skripsi yang sesuai dengan pengembangan pada program studi.



3. Bapak Dr. H. Hidayat Ma'aruf, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Akademik sekaligus Skripsi yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan dalam penulisan.
4. Para dosen, karyawan dan karyawan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin yang telah banyak memberikan ilmu dan layanan yang baik selama peneliti berstudi.
5. Bapak Dr. Saifuddin, M.Ag., selaku Kepala Perpustakaan UIN Antasari dan staf yang telah memberikan layanan kepada peneliti.
6. Bapak Husin, S.Pd.I., Kepala Sekolah MAN 4 Banjar, yang telah memberikan izin untuk mengadakan penelitian.
7. Seluruh responden yang bersedia memberikan informasi dan data untuk penelitian ini.

Semoga Allah Swt., melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada mereka dan mencatatnya sebagai kebaikan dengan pahala yang berlipat ganda. Penulis berharap semoga tulisan ini dapat bermanfaat dan menjadi amal ibadah di sisi-Nya.

Banjarmasin, 25 Jumadil Akhir 1447 H  
16 Desember 2025 M

Penulis

## DAFTAR ISI

|                                                  | Halaman                             |
|--------------------------------------------------|-------------------------------------|
| HALAMAN SAMPUL .....                             | i                                   |
| PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN .....              | ii                                  |
| SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI .....            | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| PERSETUJUAN .....                                | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| PENGESAHAN .....                                 | v                                   |
| ABSTRAK .....                                    | vi                                  |
| KATA PENGANTAR .....                             | vii                                 |
| DAFTAR ISI .....                                 | ix                                  |
| DAFTAR TABEL .....                               | xi                                  |
| DAFTAR GAMBAR .....                              | xiii                                |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                            | xiv                                 |
| <br>BAB I PENDAHULUAN .....                      | <br>1                               |
| A. Latar Belakang Masalah .....                  | 1                                   |
| B. Definisi Operasional .....                    | 6                                   |
| C. Rumusan Masalah .....                         | 9                                   |
| D. Tujuan Penelitian .....                       | 10                                  |
| E. Signifikansi Penelitian .....                 | 10                                  |
| F. Penelitian Terdahulu yang Relevan .....       | 11                                  |
| G. Hipotesis Penelitian .....                    | 14                                  |
| H. Asumsi Penelitian .....                       | 15                                  |
| I. Sistematika Penulisan .....                   | 15                                  |
| <br>BAB II KAJIAN TEORI DAN KERANGKA PIKIR ..... | <br>17                              |
| A. Kajian Teoritik .....                         | 17                                  |
| 1. Layanan Konseling Individual .....            | 17                                  |
| 2. Teknik <i>Self Management</i> .....           | 24                                  |
| 3. Akhlak .....                                  | 28                                  |
| B. Kerangka Pikir .....                          | 36                                  |
| <br>BAB III METODE PENELITIAN .....              | <br>37                              |
| A. Jenis dan Pendekatan Penelitian .....         | 37                                  |
| B. Desain Penelitian .....                       | 37                                  |
| C. Setting Penelitian .....                      | 41                                  |
| D. Subjek dan Objek Penelitian .....             | 41                                  |
| E. Data dan Sumber Data .....                    | 41                                  |
| F. Teknik Pengumpulan Data .....                 | 43                                  |
| G. Teknik Pengolahan Data .....                  | 45                                  |
| <br>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN ..... | <br>47                              |
| A. Hasil Penelitian .....                        | 47                                  |
| B. Pembahasan .....                              | 165                                 |

|                                    |     |
|------------------------------------|-----|
| BAB V PENUTUP.....                 | 178 |
| A. Simpulan .....                  | 178 |
| B. Saran.....                      | 179 |
| DAFTAR PUSTAKA .....               | 180 |
| LAMPIRAN-LAMPIRAN.....             | 183 |
| DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENULIS ..... | 33  |

## DAFTAR TABEL

| No.                                                              | Halaman |
|------------------------------------------------------------------|---------|
| 3.1 Rancangan Desain A-B-A SSR.....                              | 36      |
| 3.2 Lembar Observasi .....                                       | 41      |
| 3.3 Matriks Data, Sumber Data, dan Teknik Pengumpulan Data ..... | 41      |
| 4.1 Identitas MAN 4 Banjar .....                                 | 47      |
| 4.2 Responden yang Bersedia Mengikuti Layanan.....               | 75      |
| 4.3 Hasil Observasi .....                                        | 83      |
| 4.4 Target Pembentukan Perilaku Hari-1.....                      | 86      |
| 4.5 Target Pembentukan Perilaku Hari ke-2 .....                  | 87      |
| 4.6 Rekapitulasi Baseline 1 .....                                | 89      |
| 4.7 Intervensi ADS.....                                          | 90      |
| 4.8 Intervensi MIAF.....                                         | 100     |
| 4.9 Rekapitulasi Intervensi .....                                | 107     |
| 4.10 Intervensi MNAF .....                                       | 107     |
| 4.11 Intervensi Hasil MNAF.....                                  | 113     |
| 4.12 Rekapitulasi Hasil Baseline 2.....                          | 115     |
| 4.13 Rangkuman Hasil Perkembangan Perilaku.....                  | 117     |
| 4.14 Rekapitulasi MIAF.....                                      | 117     |
| 4.15 Hasil Akhir Pencapaian.....                                 | 119     |
| 4.16 Rekapitulasi MNAF .....                                     | 120     |
| 4.17 Perkembangan MNAF .....                                     | 122     |
| 4.18 Rekapitulasi Frekuensi Perilaku ADS.....                    | 124     |
| 4.19 Rekapitulasi Frekuensi Perilaku MIAF.....                   | 124     |
| 4.20 Rekapitulasi Frekuensi Perilaku MNAF .....                  | 125     |
| 4.21 Hasil Pencatatan Durasi ADS .....                           | 127     |
| 4.22 Hasil Pencatatan Durasi MIAF .....                          | 129     |
| 4.23 Hasil Pencatatan Durasi MNAF .....                          | 131     |
| 4.24 Hasil Pencatatan Intensitas ADS.....                        | 133     |
| 4.25 Hasil Pencatatan Intensitas MIAF.....                       | 135     |
| 4.26 Hasil Pencatatan Intensitas MNAF .....                      | 137     |
| 4.27 Panjang Kondisi .....                                       | 140     |
| 4.28 Presentase Data dalam Rentang Stabilitas .....              | 146     |
| 4.29 Pencapaian Target Perubahan ADS .....                       | 148     |
| 4.30 Pencapaian Target Perubahan MIAF .....                      | 150     |
| 4.31 Pencapaian Target Perubahan MNAF.....                       | 151     |
| 4.32 Rentang Stabilitas .....                                    | 153     |
| 4.33 Analisis Jejak Data.....                                    | 154     |
| 4.34 Stabilitas dalam Rentang ADS.....                           | 155     |
| 4.35 Stabilitas dalam Rentang MIAF.....                          | 155     |
| 4.36 Stabilitas dalam Rentang MNAF .....                         | 156     |
| 4.37 Perubahan Level ADS.....                                    | 156     |
| 4.38 Perubahan Level MIAF.....                                   | 157     |

|                                          |     |
|------------------------------------------|-----|
| 4.39 Perubahan Level MNAF .....          | 158 |
| 4.40 Jumlah Variabel yang Diubah .....   | 159 |
| 4.41 Pengaruh Perilaku yang Diamati..... | 159 |
| 4.42 Hasil Stabilitas antar Kondisi..... | 160 |
| 4.43 Perbandingan Kondisi .....          | 161 |
| 4.44 Hasil Analisis ADS .....            | 162 |
| 4.45 Hasil Analisis MIAF .....           | 163 |
| 4.46 Hasil Analisis MNAF.....            | 164 |

## DAFTAR GAMBAR

| No.                      | Halaman |
|--------------------------|---------|
| 2.1 Kerangka Pikir ..... | 36      |



## DAFTAR LAMPIRAN

| No.                                              | Halaman |
|--------------------------------------------------|---------|
| 1 Daftar Terjemah Bahasa Asing .....             | 183     |
| 2 Angket Sosiometri.....                         | clxxxiv |
| 3 Pedoman Penelitian Konseling Individual .....  | clxxxv  |
| 4 Validasi Oleh Ahli.....                        | 22      |
| 5 Rekap Angket Sosiometri .....                  | 25      |
| 6 Surat Keterangan Telah Seminar Proposal .....  | 26      |
| 7 SK Pembimbing .....                            | 27      |
| 8 Surat Izin Riset.....                          | 28      |
| 9 Surat Telah Selesai Riset di MAN 4 Banjar..... | 30      |
| 10 Dokumentasi Penelitian .....                  | 31      |