

BAB IV

LAPORAN HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Singkat Lokasi Penelitian

1. Latar Belakang Berdirinya SMA Negeri 1 Karang Intan

Sejarah singkat pada awal berdirinya SMA Negeri 1 Karang Intan menerima siswa baru yang pertama kali pada tahun pelajaran 2003/2004, pada tahun itu masih menempati SMP Negeri 2 Karang Intan, sebagai PJS kepala sekolah dijabat oleh Bapak Muhammad Saleh, yang dibantu oleh 7 orang guru bantu. Seiring berkembangnya waktu setelah satu semester pembangunan Gedung SMA Negeri 1 Karang Intan telah selesai dan SMA Negeri 1 Karang Intan menempati tempat yang baru, tidak jauh dari SMP Negeri 2 Karang Intan. Sekolah ini diresmikan oleh bapak Dr (HC) Mawardi Abbas (wakil bupati Banjar) pada tanggal 18 maret 2004, dan sebagai kepala sekolah definitive bapak DRs. Haderiyanadi, M.M.

2. Visi dan Misi SMA Negeri 1 Karang Intan

a. Visi Sekolah

Terwujudnya SMA Negeri 1 Karang Intan yang disiplin, Imtaq, prestasi unggul, peduli lingkungan, akhlakul karimah dan adil (DIPPA).

b. Misi Sekolah

- 1) Mewujudkan sekolah yang religius melalui peningkatan iman dan taqwa serta pembiasaan budaya akhlakul karimah melalui

kegiatan keagamaan di sekolah, seperti PHBI, pesantren Ramadhan, shalat dhuha, talimul Quran.

- 2) Menanamkan kedisiplinan melalui budaya bersih, budaya tertib, budaya kerja bagi seluruh warga sekolah.
- 3) Memberdayakan dan mengoptimalkan seluruh peserta didik untuk dapat berprestasi unggul.
- 4) Baik akademik maupun non akademik melalui kegiatan pengembangan diri maupun ekstrakurikuler.
- 5) Mampu berdaya saing dan kompetitif dalam menghadapi tantangan abad 21.
- 6) Mewujudkan pelayanan Pendidikan yang berorientasi pada mutu dengan pemenuhan SNP.
- 7) Menumbuh kembangkan budaya peduli lingkungan yang bersih, indah, terpelihara, dan lestari untuk mendukung terwujudnya sekolah peduli dan berbudaya lingkungan hidup (SPBLN).
- 8) Berperan serta dalam upaya pelestarian lingkungan sekolah secara lokal maupun global.
- 9) Mencegah terjadinya pencemaran dan atau kerusakan lingkungan sekolah secara lokal maupun global.
- 10) Menyediakan sarana dan prasarana, fasilitas Pendidikan yang bermutu dan efektif bagi semua peserta didik baik yang regular maupun yang berkebutuhan khusus (ABK).

- 11) Menjadikan Pendidikan inklusi sebagai tempat peduli anak berkebutuhan khusus (ABK).

Tabel 4.1

Fasilitas SMA Negeri 1 Karang Intan

No	Ruangan	Jumlah ruangan
1.	Ruang Kepala Sekolah	1
2.	Ruang Guru	1
3.	Ruang Tata Usaha	1
4.	Ruang Osis	1
5.	Ruang UKS	1
6.	Ruang BK	1
7.	Perpustakaan	1
8.	Ruang Kelas Teori	13
9.	Mess Guru	-
10.	WC Kepsek	1
11.	WC Guru	1
12.	WC Siswa	8
13.	Laboratorium Biologi	1
14.	Laboratorium Bahasa	1
15.	Laboratorium Komputer	1

Dari hasil tabel di atas dapat diketahui bahwa fasilitas yang dimiliki SMA Negeri 1 Karang Intan dapat dikatakan memadai. Hal tersebut merupakan faktor pendukung yang baik untuk keberhasilan pembelajaran secara efektif di SMA Negeri 1 Karang Intan. Jumlah keseluruhan siswa di SMA Negeri 1 Karang Intan, yaitu:

Tabel 4.2 Jumlah Siswa

Kelas	Laki-Laki	Perempuan	Jumlah
X	61	76	137
XI	74	71	145
XII	81	67	148
Jumlah	216	214	430

B. Penyajian Data

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui “efektivitas teknik *self-management* dengan menggunakan nilai-nilai budaya Banjar untuk mengurangi prokrastinasi akademik siswa kelas XI SMA Negeri Karang Intan Kabupaten Banjar”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen dengan desain *single subject research*. Adapun pengambilan sampel dengan cara non random sampling, dengan cara pengambilan sampel yang tidak semua anggota populasi diberi kesempatan untuk menjadi sampel, sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI MIPA 2 anggota populasi yang perlu diberikan layanan agar perilaku prokrastinasi akademiknya menurun atau berkurang. Sampel berjumlah 6 (enam) orang siswa, sesuai dengan hasil wawancara dengan guru BK dan 3 guru mata pelajaran yaitu mata pelajaran matematika wajib, sejarah dan PKN dan berdasarkan hasil baseline-1 (A-1), bahwa 6 siswa tersebut yang memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi.

Peneliti menetapkan tempat penelitian di SMA Negeri 1 Karang Intan, karena di sekolah tersebut belum ada dilakukan penelitian terkait konseling behavioral dengan menggunakan nilai-nilai budaya Banjar untuk

mengurangi prokrastinasi akademik siswa dan di sekolah ini peneliti menemukan permasalahan prokrastinasi akademik siswa. Peneliti melakukan wawancara dan observasi awal baseline-1 (A-1) untuk mengetahui tingkat prokrastinasi akademik siswa.

C. Analisis Data

Penelitian ini telah dilaksanakan di SMA Negeri 1 Karang Intan tahun ajaran 2021/2022 pada bulan November 2021. Populasi pada penelitian ini berjumlah 30 orang siswa kelas XI MIPA II. Sedangkan sampel pada penelitian ini berjumlah 6 orang siswa yang memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi.

Pada penelitian yang peneliti telah lakukan, peneliti dapat mendeskripsikan hasil pengamatan yang dilakukan kepada subjek. Untuk mengetahui pengaruh penggunaan teknik *self-management* dengan menggunakan nilai-nilai budaya Banjar untuk mengurangi prokrastinasi akademik siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Karang Intan kabupaten Banjar.

1. Deskripsi *Baseline-1* (kemampuan awal sebelum diberikan intervensi).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas teknik *Self-management* dengan menggunakan nilai-nilai budaya banjar untuk mengurangi prokrastinasi akademik kelas XI SMA Negeri 1 Karang Intan kabupaten Banjar. Prokrastinasi akademik yang tinggi tentunya akan mengganggu proses pembelajaran di sekolah. Ketika siswa memiliki prokrastinasi yang tinggi maka dampak negatif yang timbul adalah waktu yang terbuang sia-sia, stress yang meningkat, nilai yang

rendah dan penurunan Kesehatan.oleh karena itu, dalam menangani permasalahan prokrastinasi akademik pada siswa, peneliti menggunakan teknik *self-management* dengan menggunakan nilai-nilai budaya banjar pada kelas XI.

Peneliti mengawali dalam mencari data awal dengan pengumpulan data yaitu dengan menggunakan instrumen observasi untuk melihat tingkat prokrastinasi akademik subjek pada saat pembelajaran tengah berlangsung secara daring melalui aplikasi WhatsApp. Pembelajaran subjek di sekolah dimulai pada pukul 08.00-14.00. pengumpulan data subjek dilakukan dengan mengumpulkan perilaku-perilaku yang dimunculkan subjek pada saat pembelajaran daring. Pada tahap *Baseline-1* dilaksanakan sebanyak 3 sesi. Pada tahap ini peneliti memasuki kelas pembelajaran online (daring) dengan menggunakan aplikasi whatsapp untuk mengetahui perilaku prokrastinasi akademik subjek sebelum diberikan intervensi. Sebelum tahap ini dimulai adapun persiapan peneliti diantaranya adalah menyiapkan alat-alat yang digunakan pada tahap *baseline-1*, intervensi dan *baseline-2*. Dalam tahap *baseline-1* media yang digunakan adalah lembar observasi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru mata pelajaran matematika, guru mata pelajaran sejarah dan guru mata pelajaran PKN dan guru bimbingan dan konseling ada 6 orang siswa yang memiliki

prokrastinasi yang tinggi, inisial nama siswa yang memiliki prokrastinasi akademik tinggi diantaranya: MN, MA, H, NN, FH dan F.

Adapun data perilaku prokrastinasi akademik subjek pada *baseline-1* adalah sebagai berikut:

a. Observasi ke-1

Pelaksanaan observasi ke-1 dilakukan pada hari selasa, 09 November 2021. Berdasarkan hasil observasi awal menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik subjek dalam kategori tinggi, hal ini dilihat dari perilaku subjek saat diberikan tugas oleh guru mata pelajaran matematika, adapun perilaku subjek diantaranya: tidak aktif dalam pembelajaran daring, subjek tidak mengerjakan tugas, subjek menunda mengumpulkan tugas, subjek kesulitan dalam mengambil keputusan, dan siswa tidak bisa mengatur waktu dengan baik. Maka dapat disimpulkan frekuensi perilaku prokrastinasi akademik siswa berjumlah 5.

a. Observasi ke-2

Pelaksanaan observasi ke-2 dilakukan pada hari selasa, 09 November 2021. Berdasarkan hasil observasi awal menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik subjek masih dalam kategori tinggi, hal ini dilihat dari perilaku subjek saat diberikan tugas oleh guru mata pelajaran sejarah,

adapun perilaku subjek diantaranya: tidak aktif dalam pembelajaran daring, subjek tidak mengerjakan tugas, subjek menunda mengumpulkan tugas, subjek kesulitan dalam mengambil keputusan, dan siswa tidak bisa mengatur waktu dengan baik. Maka dapat disimpulkan frekuensi perilaku prokrastinasi akademik siswa berjumlah 5.

b. Observasi ke-3

Pelaksanaan observasi ke-3 dilakukan pada hari rabu, 10 November 2021. Berdasarkan hasil observasi awal menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik subjek masih sama dengan hasil observasi ke-1 dan observasi ke-2 yaitu kategori tinggi, hal ini dilihat dari perilaku subjek saat diberikan tugas oleh guru mata pelajaran PKN, adapun perilaku subjek diantaranya: tidak aktif dalam pembelajaran daring, subjek tidak mengerjakan tugas, subjek menunda mengumpulkan tugas, subjek kesulitan dalam mengambil keputusan, dan siswa tidak bisa mengatur waktu dengan baik. Maka dapat disimpulkan frekuensi perilaku prokrastinasi akademik siswa berjumlah 5.

2. Deskripsi Pelaksanaan Intervensi (pemberian treatment)

Adapun deskripsi pelaksanaan intervensi dapat dijabarkan sebagai berikut:

a. Pertemuan 1

Hari/Tanggal : jumat, 12 November 2021

Waktu : 09.00-09.45

Tempat : Kelas XI MIPA 2

Kegiatan konseling kelompok dengan menggunakan nilai-nilai budaya Banjar dengan teknik *self management* diawali dengan mengucapkan salam. Kemudian peneliti mengucapkan terimakasih kepada anggota kelompok atas kesediannya untuk mengikuti proses konseling behavioral dengan menggunakan nilai-nilai budaya Banjar. peneliti memimpin doa dengan harapan agar konselingnya berjalan dengan lancar dan memberi manfaat. Kegiatan selanjutnya adalah menjelaskan pengertian, tujuan, asas dan cara pelaksanaan kegiatan konseling kelompok dengan menggunakan nilai-nilai budaya Banjar dengan teknik *self management*. Selanjutnya peneliti bersama dengan anggota kelompok menetapkan kontrak waktu untuk melaksanakan konseling, waktu yang disepakati sekitar 45 menit untuk konseling pada pertemuan pertama.

Selanjutnya peneliti menjelaskan kembali maksud dan tujuan dari pelaksanaan konseling kelompok dengan menggunakan nilai-nilai budaya Banjar dengan teknik *self management*. Sebelum konseling dimulai peneliti memberikan *game* tujuannya agar anggota kelompok merasa rileks dan nyaman untuk tahap selanjutnya. Setelah pemberian *game* peneliti menanyakan kesiapan peserta didik untuk memasuki tahap selanjutnya, yakni tahap inti konseling kelompok dengan menggunakan nilai-nilai budaya Banjar dengan teknik *self management*. Setelah dipastikan bahwa anggota kelompok terlihat siap untuk melanjutkan ke tahap berikutnya, kegiatan konseling kelompok dengan menggunakan nilai-nilai budaya Banjar dengan teknik *self management* pun dilanjutkan. Pada pertemuan pertama peneliti menjelaskan mengenai prokrastinasi akademik. Peneliti menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok dengan menggunakan nilai-nilai budaya Banjar dengan teknik *self management*. Selanjutnya peneliti memberikan materi mengenai apa itu prokrastinasi akademik.

Peneliti memberi kesempatan kepada anggota kelompok untuk bertanya kembali terkait proses konseling dan materi yang diberikan. Selanjutnya, peneliti

menanyakan pesan dan kesan anggota kelompok secara bergantian serta membahas untuk pertemuan konseling kelompok berikutnya, kegiatan konseling kelompok diakhiri dengan doa dan salam. Pada pertemuan pertama ini belum terlihat adanya perubahan perilaku dari para anggota kelompok. Maka dapat disimpulkan frekuensi perilaku prokrastinasi akademik siswa berjumlah 5.

b. Pertemuan ke-2

Hari/Tanggal : Rabu, 17 November 2021

Waktu : 09.00-09.45

Tempat : Kelas XI MIPA 2

Kegiatan konseling kelompok pada tahap awal dibuka dengan mengucapkan salam. Kemudian peneliti mengucapkan terimakasih kepada anggota kelompok atas kesediaannya dan dilanjutkan dengan memimpin doa. peneliti mengulas secara singkat mengenai kegiatan konseling kelompok pada pertemuan sebelumnya. Kegiatan selanjutnya yaitu melakukan penstrukturan dengan menjelaskan kembali kepada anggota kelompok tentang cara pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *self management* menggunakan nilai-nilai budaya Banjar.

Selanjutnya peneliti bersama dengan anggota kelompok menetapkan kontrak waktu. Pada tahap ini anggota kelompok terlihat lebih rileks dibandingkan dengan konseling sebelumnya. Pada tahap peralihan, peneliti mengajak anggota kelompok melakukan *ice breaking* berupa *game* untuk membangkitkan semangat para anggota kelompok. Setelah itu anggota kelompok dipastikan siap untuk ke tahap selanjutnya, kegiatan konseling kelompok dengan teknik *self management* menggunakan nilai-nilai budaya Banjar dilanjutkan.

Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini yakni memberi kesempatan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok yaitu prokrastinasi akademik. Pembahasan dan pemecahan masalah akan dilakukan oleh anggota kelompok sesuai kesepakatan bersama. Satu persatu anggota kelompok mengungkapkan permasalahan yang dialaminya. Permasalahan yang terjadi kepada anggota kelompok kebanyakan karena mereka bingung tugas mana yang harus diselesaikan terlebih dahulu dan tidak bisa mengatur waktu antara belajar dan kegiatan lain. Masih terdapat beberapa anggota kelompok yang belum mengeluarkan pendapat.

Selanjutnya peneliti pembahasan topik mengenai prokrastinasi akademik yang judulnya adalah tips mengatasi kebiasaan menunda/ prokrastinasi akademik, dengan tujuan anggota kelompok dapat mengurangi perilaku prokrastinasi akademik. Setelah penyampaian materi, peneliti memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk bertanya dan berdiskusi mengenai materi tersebut.

Pada pertemuan kedua ini peneliti melakukan teknik *self management (self monitoring)* dimana peneliti memberikan penjelasan kepada anggota kelompok tentang apa yang akan dimonitor. Anggota kelompok dibimbing untuk mengamati dan mencatat tingkah lakunya sendiri serta mengobservasi apakah dirinya sudah bertanggung jawab terhadap tugas sekolahnya atau belum. Peneliti memberi waktu kepada anggota kelompok untuk mencatat perilakunya selama 10 menit.

Selanjutnya peneliti menyimpulkan seluruh kegiatan konseling kelompok yang telah berlangsung. Peneliti menyampaikan bahwa kegiatan akan segera diakhiri. Selanjutnya peserta didik diminta untuk mengungkapkan pesan dan kesan terhadap kegiatan konseling kelompok dengan teknik *self management* menggunakan nilai-nilai budaya Banjar pertemuan kedua ini. Peneliti bersama dengan

anggota kelompok membuat jadwal konseling kelompok berikutnya, setelah disepakati konseling kelompok dengan menggunakan nilai-nilai budaya Banjar dengan teknik *self management*, kemudian ditutup dengan doa dan salam. Pada pertemuan kedua ini anggota kelompok sudah mulai menyadari bahwa perilakunya tersebut dapat merugikan dirinya dan dalam proses pembelajarannya disekolah namun masih belum bisa mengatur waktunya. Maka dapat disimpulkan frekuensi perilaku prokrastinasi akademik siswa berjumlah 5.

c. Pertemuan ke-3

Hari/Tanggal : Jumat, 19 November 2021

Waktu : 09.00-09.45

Tempat : Kelas XI MIPA 2

Kegiatan konseling kelompok pada tahap awal dibuka dengan mengucapkan salam. Kemudian peneliti mengucapkan terimakasih kepada anggota kelompok atas kesediaannya dan dilanjutkan dengan memimpin doa. peneliti mengulas secara singkat mengenai kegiatan konseling kelompok pada pertemuan sebelumnya. Selanjutnya peneliti bersama dengan anggota kelompok menetapkan kontrak waktu. Pada tahap peralihan, peneliti

mengajak anggota kelompok melakukan *ice breaking* berupa *game* untuk membangkitkan semangat para anggota kelompok. Setelah itu anggota kelompok dipastikan siap untuk ke tahap selanjutnya, kegiatan konseling kelompok dengan teknik *self management* menggunakan nilai-nilai budaya Banjar dengan dilanjutkan.

Pada pertemuan ketiga ini peneliti membahas tentang mengurangi prokrastinasi akademik dengan menggunakan nilai-nilai budaya banjar (waja sampai kaputing). Tujuannya adalah agar anggota kelompok dapat mengambil nilai yang terkandung dalam semboyan waja sampai kaputing yang didalamnya terdapat nilai kerja keras, Tangguh, jujur, tekun, tanggung jawab dan disiplin. Setelah penyampaian materi, peneliti memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk bertanya dan berdiskusi mengenai materi tersebut. Para anggota kelompok sudah mulai aktif dalam berdiskusi. Peneliti memberi dorongan semangat kepada para anggota yaitu apabila memulai suatu pekerjaan, harus sampai selesai pelaksanaannya dan setiap orang itu harus bertanggung jawab untuk menuntaskan pekerjaannya jangan sampai sampai menggantung terutama dalam hal mengerjakan tugas sekolah. Peneliti mengarahkan anggota kelompok untuk mencatat target tingkah laku yang ingin dicapai. Selanjutnya

peneliti mengarahkan anggota kelompok untuk membandingkan hasil catatan tingkah laku yang sekarang dan tingkah laku yang ingin dicapai, yang dulunya perilaku negatif diganti dengan perilaku yang positif.

Selanjutnya peneliti mengarahkan anggota kelompok untuk membuka catatan kembali dan melihat berapa lama anggota kelompok belajar setiap hari dan berapa lama anggota kelompok melakukan aktivitas lainnya. Setelah itu peneliti meminta kepada anggota kelompok untuk membuat kontrak perjanjian pada diri sendiri untuk mengubah tingkah lakunya. Anggota kelompok dibimbing untuk menyusun perencanaan dan mengubah lingkungan sosial sehingga lingkungan sosial ikut mengontrol tingkah laku anggota kelompok. Orang-orang yang dipilih oleh para anggota kelompok untuk mengubah tingkah laku mereka adalah ibu dan kakak mereka. Konselor memberikan tugas kepada anggota kelompok untuk membuat jadwal belajar dan bermain yang bertujuan untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik.

Selanjutnya peneliti menyimpulkan seluruh kegiatan konseling kelompok yang telah berlangsung. Peneliti menyampaikan bahwa kegiatan akan segera diakhiri. Selanjutnya peserta didik diminta untuk mengungkapkan

pesan dan kesan terhadap kegiatan konseling behavioral dalam bentuk konseling kelompok dengan menggunakan nilai-nilai budaya Banjar dengan teknik *self management* pertemuan ketiga ini. Peneliti bersama dengan anggota kelompok membuat jadwal konseling kelompok berikutnya, setelah disepati konseling kelompok dengan teknik *self management* menggunakan nilai-nilai budaya Banjar, kemudian ditutup dengan doa dan salam. Pada pertemuan ketiga ini anggota kelompok sudah bisa mengatur waktu antara belajar dan melakukan hal lain. Maka dapat disimpulkan frekuensi perilaku prokrastinasi akademik siswa berjumlah 4.

Berdasarkan hasil wawancara dengan anggota kelompok mengenai pemahaman siswa tentang waja sampai kaputing yaitu mereka sudah memiliki kesadaran bahwa perilakunya tersebut dapat merugikan diri mereka, mereka juga mengambil nilai-nilai yang terkandung di dalam semboyan waja sampai kaputing bahwa Ketika memulai suatu pekerjaan, harus sampai selesai pelaksanaannya dan setiap orang itu harus bertanggung jawab untuk menuntaskan pekerjaannya jangan sampai sampai menggantung terutama dalam hal mengerjakan tugas sekolah.

d. Pertemuan ke-4

Hari/Tanggal : Rabu, 24 November 2021

Waktu : 09.00-09.45

Tempat : Kelas XI MIPA 2

Kegiatan konseling kelompok pada tahap awal dibuka dengan mengucapkan salam. Kemudian peneliti mengucapkan terimakasih kepada anggota kelompok atas kesediaannya dan dilanjutkan dengan memimpin doa. Peneliti mengulas secara singkat mengenai kegiatan konseling kelompok pada pertemuan sebelumnya. Selanjutnya peneliti bersama dengan anggota kelompok menetapkan kontrak waktu. Pada tahap peralihan, peneliti mengajak anggota kelompok melakukan *ice breaking* berupa *game* untuk membangkitkan semangat para anggota kelompok. Setelah itu anggota kelompok dipastikan siap untuk ke tahap selanjutnya, kegiatan konseling kelompok dengan teknik *self management* menggunakan nilai-nilai budaya Banjar dilanjutkan.

Pada pertemuan keempat ini peneliti membahas tentang mengurangi prokrastinasi akademik dengan menggunakan nilai-nilai budaya Banjar (gawi menuntung). Tujuannya adalah agar anggota kelompok dapat mengambil nilai yang terkandung dalam semboyan gawi manuntung

yang didalamnya terdapat nilai kerja keras, Tangguh, jujur, tekun, tanggung jawab dan disiplin. Setelah penyampaian materi, peneliti memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk bertanya dan berdiskusi mengenai materi tersebut. Para anggota kelompok sudah mulai aktif dalam berdiskusi. Peneliti memberi dorongan semangat kepada para anggota yaitu apabila mempunyai tugas maka tugas tersebut harus diselesaikan, hal ini sesuai dengan kandungan makna dari semboyan gawi manuntung yang menggambarkan kerja etos dari orang Banjar sendiri yang harus konsisten dalam mengerjakan setiap pekerjaan sampai dengan selesai. Peneliti memberikan penjelasan mengenai *punishment* dan *reward*, anggota kelompok mendengarkan penjelasan peneliti dengan seksama. Anggota kelompok menyepakati pemberian *punishment* dan *reward* untuk diri mereka sendiri. Apabila anggota kelompok telah menunjukkan sikap tanggung jawab terhadap belajarnya maka akan diberikan *reward*, sebaliknya apabila anggota kelompok belum menunjukkan sikap tanggung jawab terhadap belajarnya ataupun tugasnya maka akan diberikan *punishment* yang telah ditentukan sebelumnya. Anggota kelompok menentukan *punishment* dan *reward*. Adapun *punishment* yang mereka pilih adalah waktu belajar mereka

ditambah, waktu bermain mereka dikurangi dan diam dirumah untuk mengerjakan tugas. *Reward* yang mereka pilih adalah jalan-jalan, main game dan nonton film.

Peneliti menginformasikan bahwa kegiatan konseling kelompok akan segera diakhir. Anggota kelompok diminta untuk memberikan kesan maupun pesan terkait kegiatan konseling kelompok pada pertemuan keempat ini. Peneliti menyimpulkan kegiatan konseling kelompok pada pertemuan keempat ini. Selanjutnya peneliti dan anggota kelompok membahas waktu dan tempat untuk melaksanakan konseling tahap berikutnya. Kegiatan dalam bentuk konseling kelompok dengan teknik *self management* menggunakan nilai-nilai budaya Banjar ditutup dengan membaca doa dan mengucapkan salam. Pada pertemuan keempat ini sama seperti pertemuan sebelumnya para anggota kelompok sudah bisa mengatur waktu antara belajar dan melakukan hal lain. Maka dapat disimpulkan frekuensi perilaku prokrastinasi akademik siswa berjumlah 4.

Berdasarkan hasil wawancara dengan anggota kelompok mengenai pemahaman siswa tentang gawi manuntung yaitu mereka mengambil nilai yang terkandung dalam semboyan gawi manuntung bahwa Ketika

mendapatkan suatu tugas maka harus konsisten dalam mengerjakan setiap pekerjaan sampai dengan selesai.

e. Pertemuan ke-5

Hari/Tanggal : Kamis, 25 November 2021

Waktu : 09.00-09.45

Tempat : Kelas XI MIPA 2

Kegiatan konseling kelompok pada tahap awal dibuka dengan mengucapkan salam. Kemudian peneliti mengucapkan terimakasih kepada anggota kelompok atas kesediaannya dan dilanjutkan dengan memimpin doa. Peneliti mengulas secara singkat mengenai kegiatan konseling kelompok pada pertemuan sebelumnya. Selanjutnya peneliti bersama dengan anggota kelompok menetapkan kontrak waktu. Pada tahap peralihan, peneliti mengajak anggota kelompok melakukan *ice breaking* berupa *game* untuk membangkitkan semangat para anggota kelompok. Setelah itu anggota kelompok dipastikan siap untuk ke tahap selanjutnya, kegiatan konseling kelompok dengan dengan teknik *self management* menggunakan nilai-nilai budaya Banjar dilanjutkan.

Pada pertemuan kelima ini peneliti membahas tentang mengurangi prokrastinasi akademik dengan menggunakan nilai-nilai budaya Banjar (kawa beucap, kawa

menggawi, kawa menyandang). Tujuannya adalah agar anggota kelompok dapat mengambil nilai yang terkandung dalam semboyan sarabakawa yang didalamnya terdapat nilai kerja keras, Tangguh, jujur, tekun, tanggung jawab dan disiplin. Setelah penyampaian materi, peneliti memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk bertanya dan berdiskusi mengenai materi tersebut. Para anggota kelompok sudah mulai aktif dalam berdiskusi. Peneliti memberi dorongan semangat kepada para anggota yaitu apabila sesuai dengan isi kandungan yang terdapat dari semboyan sarabakawa terdapat pesan bahwa seseorang harus dapat mempertanggung jawabkan setiap ucapannya dengan cara melaksanakan yang terbaik sesuai dengan apa yang telah diucapkan atau direncanakannya.

Pada pertemuan kelima ini peneliti meminta untuk setiap anggota kelompok menceritakan tentang perkembangan yang mereka rasakan setelah mengikuti konseling terakhir ini. Anggota kelompok menceritakan mengenai perubahan yang mereka rasakan yaitu mereka merasa sudah memiliki semangat untuk berubah menjadi pribadi yang lebih baik lagi, sudah bisa mengatur waktunya dengan baik dan sudah bisa mengambil keputusan mengenai tugas yang mana dulu yang harus dikerjakan.

Peneliti menginformasikan bahwa kegiatan konseling kelompok akan segera diakhir. Anggota kelompok diminta untuk memberikan kesan maupun pesan terkait kegiatan konseling kelompok pada pertemuan kelima ini. Peneliti menyimpulkan kegiatan konseling kelompok pada pertemuan terakhir ini. Selanjutnya peneliti dan anggota kelompok membahas waktu dan tempat untuk melaksanakan konseling tahap berikutnya. Kegiatan konseling kelompok dengan dengan teknik *self management* menggunakan nilai-nilai budaya Banjar ditutup dengan membaca doa dan mengucapkan salam. Pada pertemuan terakhir ini anggota kelompok sudah memiliki semangat untuk berubah menjadi pribadi yang lebih baik lagi, sudah bisa mengatur waktunya dengan baik dan sudah bisa mengambil keputusan mengenai tugas yang mana dulu yang harus dikerjakan. Maka dapat disimpulkan frekuensi perilaku prokrastinasi akademik siswa berjumlah ~

Berdasarkan hasil wawancara dengan anggota kelompok mengenai pemahaman siswa tentang sarabakawa yaitu mereka sudah menyadari tanggung jawab mereka sebagai pelajar diantaranya adalah bertanggung jawab terhadap tugas yang diberikan oleh guru, mengerjakannya sampai selesai dan sesuai dengan waktu yang ditentukan.

Anggota kelompok juga mengambil nilai yang terkandung dalam semboyan sarabakawa bahwa seseorang harus dapat mempertanggung jawabkan setiap ucapannya dengan cara melaksanakan yang terbaik sesuai dengan apa yang telah diucapkan atau direncanakannya.

3. Deskripsi *Baseline- 2* (Kemampuan Akhir Setelah diberikan Intervensi)

Data kemampuan akhir subjek tentang perilaku prokrastinasi akademik akan diukur pada *baseline-2*. Berikut ini adalah gambaran dari pelaksanaan *baseline-2* yang dilakukan sebanyak 3 kali observasi:

a. Observasi-1

Pelaksanaan observasi ke-1 dilakukan pada hari selasa, 30 November 2021. Pada pelaksanaan observasi ke-1 ini peneliti mengamati pembelajaran pada mata pelajaran matematika wajib. Pada saat proses pembelajaran berlangsung guru mata pelajaran matematika memberikan tugas, waktu pengumpulan paling lambat dikumpul pada tanggal 1 Desember 2021. Berdasarkan hasil observasi menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik anggota subjek sudah menurun, hal ini dilihat dari perilaku subjek saat diberikan tugas oleh guru mata pelajaran matematika, adapun perilaku anggota subjek adalah subjek tidak menunda mengumpulkan tugas, subjek mengumpulkan tugas tepat waktu, subjek tidak kesulitan dalam mengambil

keputusan antara tugas mana yang harus dikerjakan terlebih dahulu dan subjek sudah bisa mengatur waktunya. Jadi dapat disimpulkan perilaku prokrastinasi akademik subjek yang berinisial MN dan MA hanya tersisa 1 yaitu subjek tidak aktif dalam pembelajaran daring. Adapun subjek yang berinisial NN, H, FH dan F perilaku anggota subjek adalah subjek mengumpulkan tugas, subjek tidak kesulitan dalam mengambil keputusan antara tugas mana yang harus dikerjakan terlebih dahulu dan subjek sudah bisa mengatur waktunya. Jadi dapat disimpulkan perilaku prokrastinasi akademik subjek yang berinisial NN, H, FH dan F berjumlah 3 yaitu subjek tidak aktif dalam pembelajaran daring, menunda mengumpulkan tugas dan tidak bisa mengatur waktunya dengan baik.

b. Observasi ke-2

Pelaksanaan observasi ke-2 dilakukan pada hari selasa, 30 November 2021. Pada pelaksanaan observasi ke-2 ini peneliti mengamati pembelajaran pada mata pelajaran Sejarah Indonesia. Pada saat proses pembelajaran berlangsung guru mata pelajaran Sejarah Indonesia memberikan tugas, waktu pengumpulan paling lambat dikumpul pada tanggal 1 Desember 2021. Berdasarkan hasil observasi menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi

akademik anggota subjek sudah menurun, hal ini dilihat dari perilaku subjek saat diberikan tugas oleh guru mata pelajaran sejarah Indonesia, adapun perilaku anggota subjek adalah subjek tidak menunda mengumpulkan tugas, subjek mengumpulkan tugas tepat waktu, subjek tidak kesulitan dalam mengambil keputusan antara tugas mana yang harus dikerjakan terlebih dahulu dan subjek sudah bisa mengatur waktunya. Jadi dapat disimpulkan perilaku prokrastinasi akademik subjek yang berinisial H, hanya tersisa 1 yaitu subjek tidak aktif dalam pembelajaran daring. Adapun subjek yang berinisial NN, MN, MA, FH dan F, perilaku anggota subjek adalah subjek mengumpulkan tugas, subjek tidak kesulitan dalam mengambil keputusan antara tugas mana yang harus dikerjakan terlebih dahulu dan subjek sudah bisa mengatur waktunya. Jadi dapat disimpulkan perilaku prokrastinasi akademik subjek yang berinisial NN, MN, MA, FH dan F berjumlah 3 yaitu subjek tidak aktif dalam pembelajaran daring, menunda mengumpulkan tugas dan tidak bisa mengatur waktunya dengan baik.

c. Observasi ke-3

Pelaksanaan observasi ke-3 dilakukan pada hari rabu, 1 Desember 2021. Pada pelaksanaan observasi ke-3 ini peneliti mengamati pembelajaran pada mata pelajaran PKN. Pada saat proses pembelajaran berlangsung guru mata

pelajaran PKN memberikan tugas, waktu pengumpulan paling lambat dikumpul pada tanggal 2 Desember 2021. Berdasarkan hasil observasi menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik anggota subjek sudah menurun, hal ini dilihat dari perilaku subjek saat diberikan tugas oleh guru mata pelajaran PKN, adapun perilaku anggota subjek adalah subjek tidak menunda mengumpul tugas, subjek mengumpul tugas tepat waktu, subjek tidak kesulitan dalam mengambil keputusan antara tugas mana yang harus dikerjakan terlebih dahulu dan subjek sudah bisa mengatur waktunya. Jadi dapat disimpulkan perilaku prokrastinasi akademik subjek yang berinisial NN, MN, F dan FH hanya tersisa 1 yaitu subjek tidak aktif dalam pembelajaran daring. Adapun subjek yang berinisial H dan MA perilaku anggota subjek adalah subjek mengumpul tugas, subjek tidak kesulitan dalam mengambil keputusan antara tugas mana yang harus dikerjakan terlebih dahulu dan subjek sudah bisa mengatur waktunya. Jadi dapat disimpulkan perilaku prokrastinasi akademik subjek yang berinisial H dan MA berjumlah 3 yaitu subjek tidak aktif dalam pembelajaran daring, menunda mengumpul tugas dan tidak bisa mengatur waktunya dengan baik.

4. Data *Baseline* (A-1)

Mengurangi prokrastinasi akademik subjek pada kondisi A-1 atau sebelum diberikannya sebuah perlakuan atau sebuah intervensi. Digambarkan dengan tabel sebagai berikut:

Tabel 4.3
Pemerolehan Frekuensi pada Tahapan A-1 Subjek NN, MN, H, MA, FH, F Perilaku Prokrastinasi Akademik

No	Nama Subjek	Sesi 1	Sesi 2	Sesi 3
1.	NN	5	5	5
2.	MN	5	5	5
3.	H	5	5	5
4.	MA	5	5	5
5.	FH	5	5	5
6.	F	5	5	5

Dari data *baseline* A-1 pada tabel di atas diperoleh hasil pengamatan peneliti terhadap perilaku yang dimunculkan selama waktu pengamatan bahwa jumlah prokrastinasi akademik subjek tinggi.

5. Data intervensi (B)

Data subjek pada saat dilakukannya tahapan intervensi (B1) dapat digambarkan pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.4
Pemerolehan Frekuensi pada Tahap Intervensi (B)
Subjek NN,
MN, H, MA, FH, F Perilaku Prokrastinasi Akademik

No	Nama Subjek	Sesi 1	Sesi 2	Sesi 3	Sesi 4	Sesi 5
1.	NN	5	5	4	4	3
2.	MN	5	5	4	4	3
3.	H	5	5	4	4	3
4.	MA	5	5	4	4	3
5.	FH	5	5	4	4	3
6.	F	5	5	4	4	3

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa adanya penurunan jumlah frekuensi perilaku prokrastinasi akademik yang ditunjukkan oleh subjek pada saat dilakukannya tahapan intervensi (B-1) menggunakan konseling kelompok dengan teknik *self management* menggunakan media nilai-nilai budaya Banjar.

6. Data *Baseline-2* (A-2)

Data subjek pada saat dilakukannya tahapan intervensi (B-1) dapat digambarkan pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4.5
Pemerolehan Frekuensi pada Tahapan A-2 Subjek NN,
MN, H, MA, FH, F Perilaku Prokrastinasi Akademik

No	Nama Subjek	Sesi 1	Sesi 2	Sesi 3
1.	NN	3	3	1
2.	MN	1	3	1
3.	H	3	1	3
4.	MA	1	3	3
5.	FH	3	3	1
6.	F	3	3	1

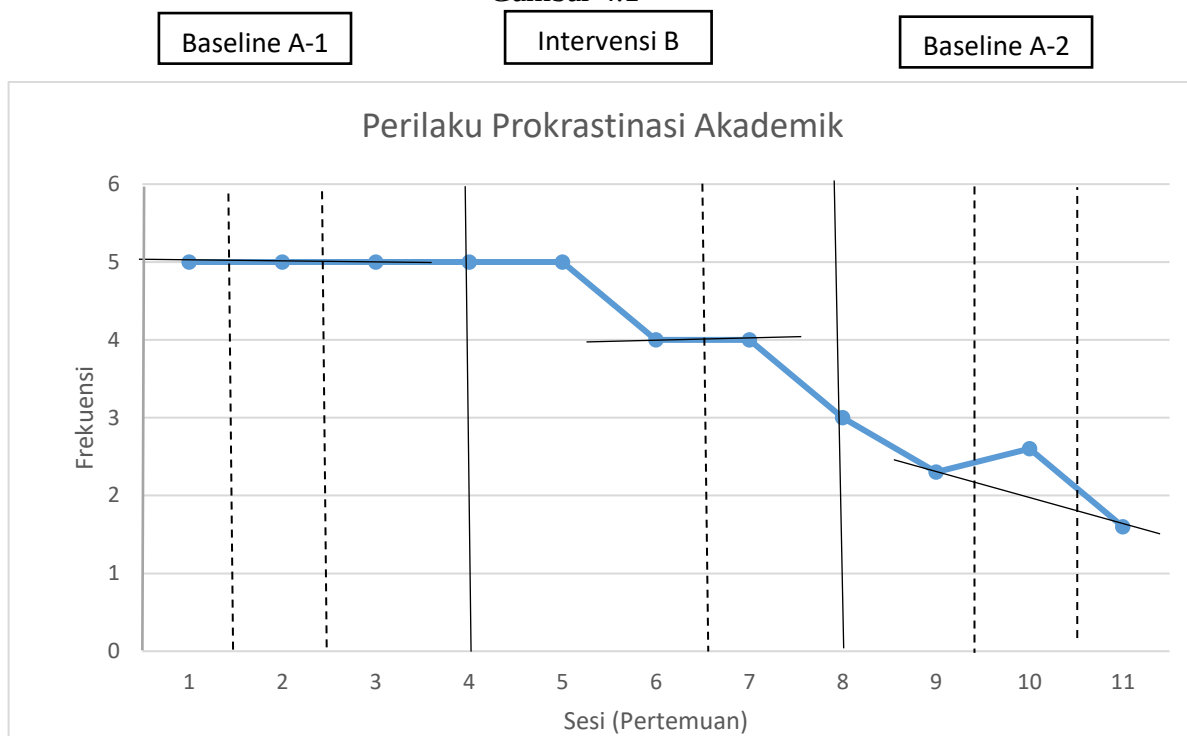
Dari data di atas dapat dilihat bahwa adanya penurunan jumlah frekuensi perilaku prokrastinasi akademik yang ditunjukkan oleh subjek pada saat setelah dilakukannya perlakuan atau intervensi menggunakan konseling kelompok dengan teknik *self management* menggunakan media nilai-nilai budaya Banjar.

Tabel keseluruhan frekuensi lebih jelasnya dapat digambarkan dengan tabel sebagai berikut:

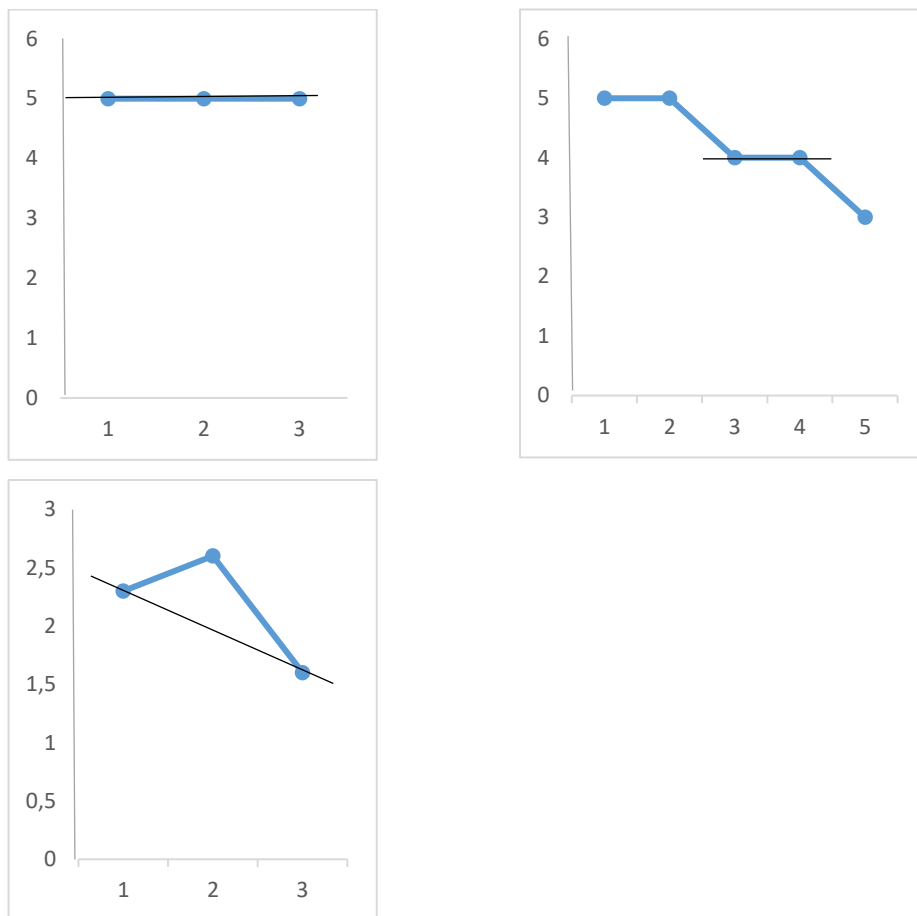
Tabel 4.6
Perilaku prokrastinasi akademik

No	Subjek	Baseline (A1)			Intervensi (B1)					Baseline (A2)		
		sesi			Sesi					sesi		
		1	2	3	1	2	3	4	5	1	2	3
1.	NN	5	5	5	5	5	4	4	3	3	3	1
2.	MN	5	5	5	5	5	4	4	3	1	3	1
3.	H	5	5	5	5	5	4	4	3	3	1	3
4.	MA	5	5	5	5	5	4	4	3	1	3	3
5.	FH	5	5	5	5	5	4	4	3	3	3	1
6.	F	5	5	5	5	5	4	4	3	3	3	1
Mean		5	5	5	5	5	4	4	3	2,3	2,6	1,6

Gambar 4.1



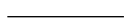
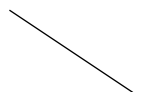
Keterangan : — = Garis batas kondisi
 - - - = Garis belah bawah
 — = Garis Kecenderungan arah



Dapat diberikan kesimpulan yaitu grafik perilaku prokrastinasi akademik pada saat pembelajaran daring dan proses konseling diatas, adanya penurunan perilaku prokrastinasi akademik dengan menggunakan konseling behavioral menggunakan media nilai-nilai budaya Banjar. Dapat diberikan kesimpulan pada Baseline 1 (A-1) grafik mengarah pada mendatar, kemudian pada Baseline 2 (B-1) grafik mengarah walaupun mendatar namun mengalami penurunan jumlah frekuensi semula 5x menjadi 4x. perilaku pada Baseline 3 (A-2) grafik mengarah pada penurunan perilaku setelah diberikannya perlakuan/

intervensi. Maka apabila dapat dilihat pada kecenderungan arahnya yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.7
Kecenderungan Arah Perilaku Prokrastinasi Akademik

Kondisi	A-1	B-1	A-1
Estimasi Kecenderungan Arah	 (=)	 (+)	 (+)

7. Kecenderungan Stabilitas

Menentukan kecenderungan stabilitas dapat dihitung dengan menggunakan cara sebagai berikut:

- Perilaku Prokrastinasi Akademik

a. Baseline (A-1)

1. Rentang Stabilitas

Skor Tertinggi x kriteria Stabilitas = Rentang Stabilitas

$$5 \times 0,15 = 0,75 \longrightarrow \text{setengahnya } 0,375$$

2. Mean Level

$$\frac{\text{Jumlah Presentase}}{\text{Sesi}}$$

$$\frac{5 + 5 + 5}{3} = 5$$

3. Batas Atas

Mean level + setengah rentang stabilitas

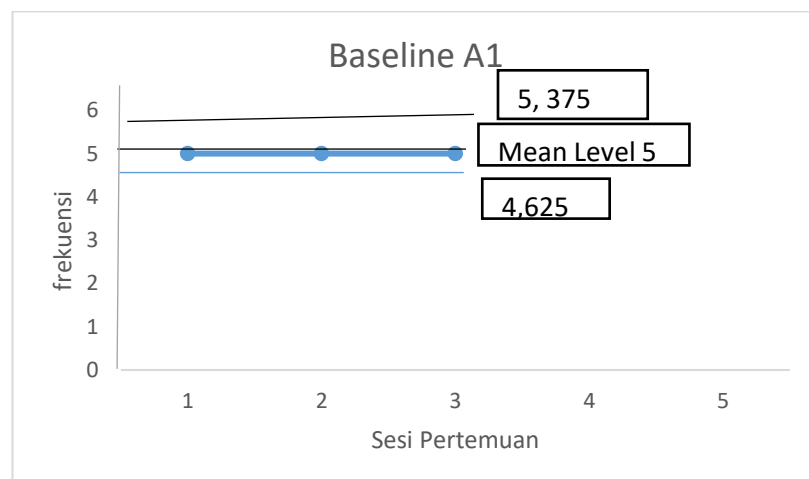
$$5 + 0,375 = 5,375$$

4. Batas Bawah

Mean – setengah rentang stabilitas

$$5 - 0,375 = 4,625$$

Gambar 4.2
Menghitung Stabilitas Baseline (A-1)
Pada Perilaku Prokrastinasi Akademik



Dari gambar di atas diketahui bahwa batas atas yaitu 5,375, mean level yaitu 5 dan batas bawah yaitu 4,625. Maka dapat disimpulkan pemerolehan data yang ada dalam rentang waktunya adalah dapat dilihat di bawah ini:

Banyaknya data point yang ada dalam rentang	Banyaknya data	Presentase stabilitas
3	3	100%

b. Intervensi (B)

1. Rentang Stabilitas

Nilai tertinggi x kriteria

$$5 \times 0,15 = 0,75 \longrightarrow \text{setengahnya } 0,375$$

2. Mean level

$$\frac{\text{Jumlah presentase}}{\text{Sesi}}$$

$$\frac{5 + 5 + 4 + 4 + 3}{5} = 4,2$$

3. Batas atas

Mean level + setengah rentang stabilitas

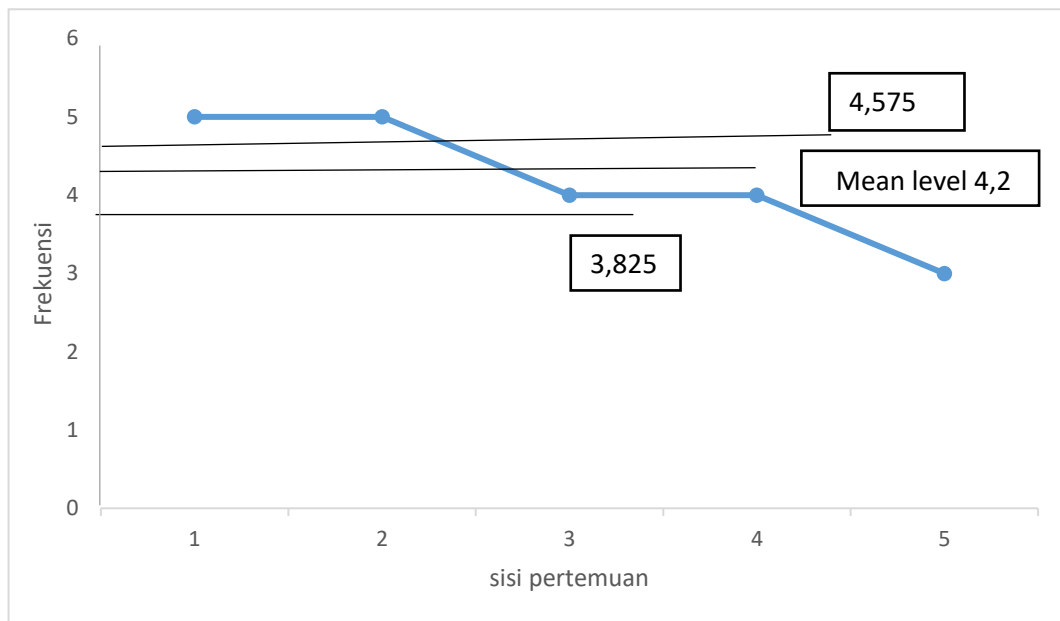
$$4,2 + 0,375 = 4,575$$

4. Batas bawah

Mean level – setengah rentang stabilitas

$$4,2 - 0,375 = 3,825$$

Gambar 4.3
Menghitung Stabilitas Intervensi (B)
Perilaku Prokrastinasi Akademik



Dari gambar di atas diketahui bahwa batas atas yaitu 4,575, mean level yaitu 4,2 dan batas bawah yaitu 3,825. Maka didapatkan perolehan data yang ada dalam rentang waktunya adalah dapat dilihat dibawah ini:

Banyaknya data Point yang ada dalam rentang	Banyaknya Data	Presentase stabilitas
2	5	40%

Maka didapatkan pemerolehan presentase stabilitas pada perilaku prokrastinasi akademik yaitu 40 %.

c. Baseline (A-2)

1. Rentang Stabilitas

Nilai tertinggi x kriteria

$$2,6 \times 0,15 = 0,39 \longrightarrow \text{setengahnya } 0,195$$

2. Mean level

Jumlah presentase

Sesi

$$\frac{2,3 + 2,6 + 1,6}{3} = 2,16$$

3. Batas Atas

Mean level + setengah rentang stabilitas

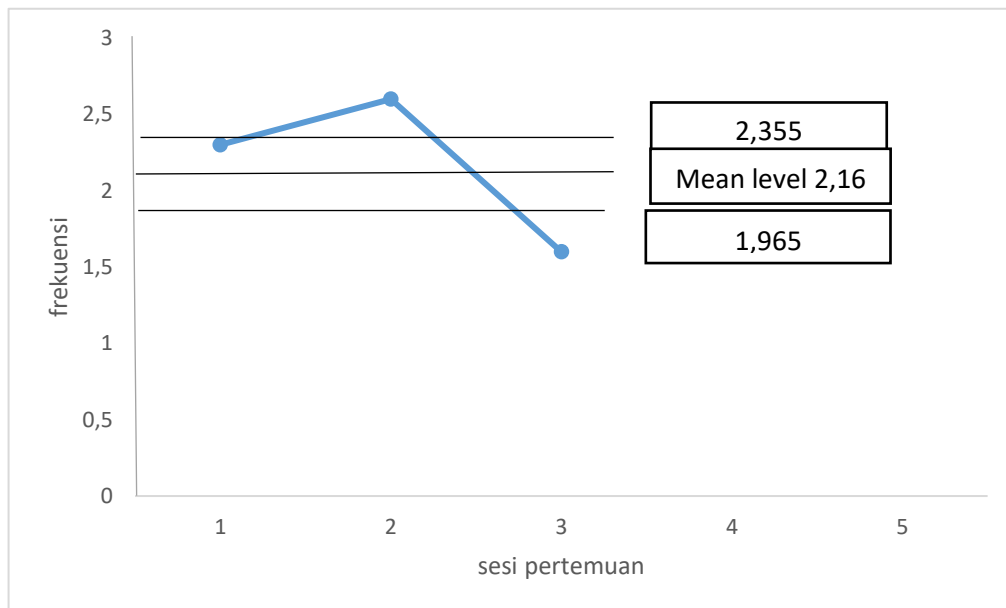
$$2,16 + 0,195 = 2,355$$

4. Batas Bawah

Mean level – setengah rentang stabilitas

$$2,16 - 0,195 = 1,965$$

Gambar 4.4
Menghitung stabilitas baseline (A-2)
Perilaku prokrastinasi akademik



Dari gambar di atas diketahui bahwa batas atas yaitu 2,355, mean level yaitu 2,16 dan batas bawah yaitu 1,965. Maka didapatkan pemerolehan data yang ada dalam rentang waktunya adalah dapat dilihat di bawah ini:

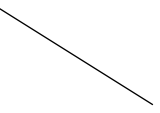
Banyaknya data point yang ada dalam rentang	Banyaknya data	Presentase stabilitas
2	3	66,7%

Tingkat stabilitas yang diperoleh dalam tiap baseline dapat dilihat agar semakin memudahkan untuk dipahami sebagai berikut:

Kondisi	A-1	B	A-2
Kecenderungan pada stabilitas	100%	40%	66,7%

Maka didapatkan kecenderungan stabilitas pada baseline (A-1) adalah sebesar 100% kemudian pada baseline (B) memperoleh 40% dan pada baseline (A-2) memperoleh 66,7%.

8. Jejak Data

Kondisi	A-1	B	A-2
Kecenderungan jejak	 (=)	 (+)	 (+)

Berdasarkan data yang telah didapatkan maka data yang diperoleh adalah pada fase baseline (A-1) mendatar, kemudian untuk baseline (B) menurun perilakunya sudah mulai mengurang, pada baseline (A-2) yaitu menurun.

Perhitungan yang didapatkan pada saat menentukan kecenderungan stabilitas maka diperoleh baseline (A-1) yaitu 100%, kemudian untuk intervensi atau diberikannya perlakuan namun tidak stabil (B) yaitu 40% dan yang terakhir yaitu pada baseline (A-2) yaitu memperoleh data dengan tidak stabil 66,7%.

9. Level Stabilitas dan Rentang

Menentukan suatu rentang yang dapat terlihat pada data memperoleh pada sesi pertama sampai dengan sesi yang terakhir pada setiap kondisi. Hasil data yang dapat dilihat sebagai berikut:

Kondisi	A-1	B	A-2
Level Perubahan	5 - 5	3 - 5	1,6 – 2,6

Maka dapat dijabarkan data level stabilitas dan rentang pada baseline (A-1) datanya stabil. Adapun rentangnya yaitu 5-5. Kemudian pada baseline (B) datanya variabel atau tidak stabil. Adapun rentangnya yaitu 3-5. Dan pada baseline (A-2) datanya variabel atau tidak stabil. Adapun rentangnya yaitu 1,6-2,6.

10. Level Perubahan

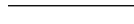
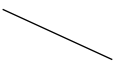
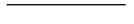
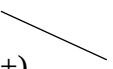
Data perhitungan sebelumnya maka didapatkan hasil sebagai berikut:

Kondisi	A-1	B	A-2
Level perubahan	5 – 5 (0)	3 – 5 (+2)	1,6 – 2,6 (+1)

Maka dapat disimpulkan data tentang level perubahan yaitu pada baseline A-1 menunjukkan kondisi yang memburuk, kemudian pada baseline (B) menunjukkan kondisi yang membaik dan pada baseline (A-2) menunjukkan kondisi yang membaik.

Komponen analisis dalam kondisi dimasukkan dalam sebuah tabel yaitu:

Tabel 4.8
Analisis dalam Kondisi

Kondisi	A-1	B	A-2
1. Panjang Kondisi	3	5	3
2. Kecenderungan Arah	 (=)	 (+)	 (+)
3. Kecenderungan Stabilitas	Stabil (100%)	Tidak Stabil (40%)	Tidak Stabil (66,7%)
4. Jejak Data	 (=)	 (+)	 (+)
5. Level Stabilitas dan Rentang	Stabil 5-5	Variabel 3-5	Variabel 1,6-2,6
6. Perubahan Level	5-5 (=0)	3-5 (+2)	1,6-2,6 (+1)

Deskripsi hasil data di atas yaitu sebagai berikut

1. Panjang kondisi dilakukan di dalam penelitian ini yaitu pada tahapan baseline (A-1) sebanyak 3 sesi, untuk tahapan baseline (B) sebanyak 5 sesi, dan tahapan terakhir baseline (A-2) sebanyak 3 sesi.
2. Kecenderungan arah dalam kondisi baseline (A-1) yaitu mendatar, pada baseline (B) adalah menurun, dan baseline (A-2) menurun.
3. Kecenderungan pada stabilitas akan diperoleh data pada baseline (A-1) adalah data stabil yaitu (100%), kemudian pada baseline (B) adalah tidak stabil yaitu (40%), dan baseline (A-2) adalah tidak stabil yaitu (66,7%).

4. Jejak data dalam kondisi baseline (A-1) yaitu mendatar (=), kemudian pada baseline (B) yaitu menurun (+), dan baseline (A-2) yaitu menurun (+).
5. Level stabilitas dan rentang dalam kondisi baseline (A-1) didapatkan kecenderungan mendatar (5-5) (=), pada kondisi baseline (B) kecenderungan menurun (3-5) (+), dan pada kondisi baseline (A-2) kecenderungan menurun (1,6-2,6) (+).
6. Perubahan level dalam kondisi baseline (A-1) yaitu 0, kemudian dalam kondisi baseline (B) yaitu 2, dan baseline (A-2) yaitu 1.

11. Interpretasi hasil analisis data

Penelitian ini dapat dikatakan berhasil atau tidak berhasil terlihat pada data yang didapatkan pada tahap (A-1), (B), dan (A-2). Frekuensi yang terjadi pada saat dilakukannya intervensi mengalami penurunan perilaku prokrastinasi akademik. Penurunan perilaku prokrastinasi akademik sendiri yang pada awalnya sebelum diberikan sebuah intervensi sebanyak 5 kali berkurang, yang awalnya sangat tinggi sekarang sudah mengalami penurunan. Maka, dapat diartikan perilaku prokrastinasi akademik siswa menurun.

Hasil penelitian ini mendukung teori bab II tentang *self-management* merupakan teknik yang mengarahkan pada pikiran dan perilaku individu untuk membantu siswa dalam mengelola dan mengubah perilaku ke arah yang lebih positif melalui belajar tingkah laku baru. *Self management*

memfasilitasi proses belajar bagi klien untuk merubah dirinya dalam kehidupan sehari-hari. Dengan manajemen diri, siswa bisa mengatur hidupnya, siswa yang masih menunda-nunda mengerjakan tugas maka akan membentuk sikap disiplin dalam mengerjakan tugas seperti tidak menunda-nunda dalam mengerjakan tugas.

Adapun nilai-nilai budaya Banjar yang di dalamnya terdapat nilai falsafat seperti waja sampai kaputing, gawi manuntung dan sarabakawa. Dimana semboyan ini akan menumbuhkan semangat dan motivasi dalam jiwa siswa untuk disiplin dalam mengerjakan dan mengumpulkan tugas tepat waktu karena di dalam semboyan ini terdapat nilai kerja keras, Tangguh, jujur, tekun, tanggung jawab dan disiplin.