BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan fondasi utama dalam pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pendidikan didefinisikan sebagai usaha sadar dan terencana untuk menciptakan suasana belajar serta proses pembelajaran yang memungkinkan peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya. Potensi tersebut mencakup kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan untuk kehidupan pribadi, masyarakat, bangsa, dan negara. Definisi ini menegaskan bahwa pendidikan tidak hanya berorientasi pada aspek kognitif, tetapi juga mencakup dimensi afektif dan psikomotorik yang berperan penting dalam pembentukan karakter dan jati diri peserta didik.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Dalam konteks implementasinya, pendidikan menjadi instrumen strategis untuk menumbuhkembangkan kualitas individu melalui proses pembelajaran yang efektif dan efisien. Sekolah sebagai lembaga formal memiliki peran sentral dalam menyelenggarakan pendidikan yang terstruktur dan berjenjang. Di dalamnya, peserta didik tidak hanya memperoleh pengetahuan akademik, tetapi juga dibina untuk menjadi pribadi yang paripurna—yakni individu yang seimbang secara fisik, intelektual, sosial, moral, dan spiritual. Melalui proses pembelajaran yang dirancang secara sistematis, sekolah diharapkan mampu menciptakan lingkungan yang kondusif bagi pengembangan potensi peserta

didik secara holistik. Dengan demikian, pendidikan di sekolah bukan sekadar transfer ilmu, melainkan juga proses pembentukan karakter yang berkelanjutan dan berorientasi pada nilai-nilai luhur bangsa dan agama.

Pendidikan bukan hanya bertujuan membentuk kecerdasan intelektual, tetapi juga membina karakter dan spiritual peserta didik. Salah satu indikator keberhasilan pendidikan karakter adalah kedisiplinan dalam menjalankan ibadah, khususnya shalat berjamaah. Shalat berjamaah memiliki nilai spiritual, sosial, dan edukatif yang tinggi, namun kenyataannya banyak peserta didik yang belum konsisten melaksanakannya, baik di sekolah maupun di luar sekolah.

Dalam proses pendidikan, peserta didik dituntut untuk mengembangkan sikap dan perilaku yang mendukung keberhasilan di masa depan. Salah satu sikap fundamental yang harus dimiliki adalah disiplin, baik dalam konteks akademik maupun spiritual. Disiplin bukan sekadar kepatuhan terhadap aturan, tetapi juga mencerminkan kemampuan individu dalam mengelola diri, menjalankan tanggung jawab secara konsisten, dan berkomitmen terhadap nilai-nilai yang diyakini. Dalam hal ini, disiplin beribadah—khususnya dalam melaksanakan shalat berjamaah—merupakan bentuk nyata dari pengendalian diri dan kesadaran spiritual.

Menurut Didin Hafidhuddin, shalat berjamaah membentuk disiplin spiritual yang berdampak pada perilaku sehari-hari. Keteraturan dalam beribadah mencerminkan kemampuan mengelola waktu dan tanggung jawab pribadi dengan baik, yang penting dalam kehidupan professional maupun sosial

(Hafidhuddin, 2002). Sedangkan menurut M. Quraish Shihab menyatakan bahwa shalat berjamaah melatih umat islam untuk disiplin waktu dan keteraturan dalam kehidupan sosial. Kedisiplinan dalam berjamaah membantu membentuk etos kerja yang tertib dan penuh tanggung jawab (Shihab, 2007). Jadi dapat disimpulkan bahwa kedisiplinan dalam shalat berjamaah tidak hanya bernilai ibadah, tetapi juga merupakan media pembentukan kedisiplinan individu dan sosial. Melalui keteraturan waktu dan rutinitas seseorang dilatih untuk menjadi pribadi yang bertanggung jawab, taat aturan, dan teratur dalam kehidupan dan itu akan berpengaruh pada spiritualitas seseorang.

Menurut Masrohan (2015:5), disiplin belajar adalah kecenderungan sikap mental untuk mematuhi aturan dan tata tertib, serta menunjukkan kesadaran terhadap tanggung jawab dan kewajiban. Konsep ini dapat diperluas ke dalam ranah religius, di mana disiplin beribadah shalat mencerminkan kesungguhan peserta didik dalam menjalankan perintah agama secara konsisten, meskipun dihadapkan pada berbagai tantangan lingkungan. Kedisiplinan dalam shalat berjamaah tidak hanya memperkuat hubungan spiritual dengan Tuhan, tetapi juga membentuk karakter yang bertanggung jawab, menghargai waktu, dan mampu hidup dalam keteraturan sosial.

Dalam lingkungan sekolah, kedisiplinan belajar dan beribadah saling melengkapi sebagai bagian dari pembentukan karakter yang utuh. Perilaku seperti mematuhi jadwal pelajaran, menyelesaikan tugas tepat waktu, serta aktif mengikuti kegiatan pembelajaran dan ibadah bersama menjadi indikator penting dalam menilai kualitas kedisiplinan peserta didik. Namun, kenyataan di

lapangan menunjukkan bahwa tidak semua siswa mampu menunjukkan kedisiplinan yang optimal, terutama di jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP), di mana mereka berada dalam fase transisi perkembangan yang rentan terhadap pengaruh eksternal seperti tekanan teman sebaya, dinamika keluarga, dan paparan media sosial.

Oleh karena itu, pembinaan disiplin beribadah shalat berjamaah perlu menjadi bagian dari strategi pendidikan karakter di sekolah. Melalui pendekatan konseling yang tepat, seperti layanan *Self-Management*, peserta didik dapat dibantu untuk mengenali nilai-nilai spiritual, mengatur waktu ibadah, dan membentuk kebiasaan positif yang berkelanjutan. Dengan demikian, pendidikan tidak hanya menghasilkan siswa yang cerdas secara akademik, tetapi juga matang secara spiritual dan berkarakter kuat.

Melalui layanan konseling *Self-Management*, peserta didik diharapkan mampu meningkatkan kesadaran dan komitmen terhadap ibadah shalat berjamaah. Oleh karena itu, penelitian perlu dilakukan agar dapat mengetahui seberapa efektif layanan konseling *Self-Management* dalam meningkatkan disiplin ibadah shalat berjamaah terhadap peserta didik di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Plus Al-Ittihad Selaawi.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini ialah:

1. Bagaimanakah tingkat kedisiplinan ibadah shalat berjamaah peserta didik SMP Plus Al-Ittihad Selaawi Kabupaten Garut sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling Self-Management?
2. Apakah terdapat peningkatan yang signifikan pada kedisiplinan ibadah shalat berjamaah peserta didik setelah diberikan layanan konseling Self-Management?
3. Seberapa besar efektivitas layanan konseling Self-Management dalam meningkatkan kedisiplinan ibadah shalat berjamaah peserta didik SMP Plus Al-Ittihad Selaawi Kabupaten Garut??

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini ialah:

1. Mengetahui tingkat kedisiplinan ibadah shalat berjamaah peserta didik SMP Plus Al-Ittihad Selaawi Kabupaten Garut sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling Self-Management.
2. Menganalisis peningkatan kedisiplinan ibadah shalat berjamaah peserta didik setelah diberikan layanan konseling Self-Management.
3. Menganalisis efektivitas layanan konseling Self-Management dalam meningkatkan kedisiplinan ibadah shalat berjamaah peserta didik SMP Plus Al-Ittihad Selaawi Kabupaten Garut.

D. Kegunaan Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah keilmuan dan

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

pengembangan layanan bimbingan konseling Islam, disamping menambah wawasan dan kajian bagi praktisi atau akademisi yang konsen di bidang Bimbingan Konseling Islam. Hasil dari penelitian ini pun diharapkan dapat menjadi rujukan bagi Lembaga Pendidikan/satuan Pendidikan dalam melaksanakan layanan bimbingan konseling.

2. Manfaat Praktis

Bagi peserta didik dapat menjadi pedoman dalam upaya meningkatkan kedisiplinan diri. Bagi konselor dapat dijadikan acuan untuk melaksakan layanan konseling self-managemen sebagai upaya meningkatkan kedisiplinan peserta didik/konseli di sekolah.

Bagi peneliti, dapat menambah wawasan dan pemahaman tentang efektivitas layanan konseling *self-management* dari tataran teori sampai praktik di sekolah menengah, atau dengan target konseli usia remaja sekolah menengah pertama. Pun bagi peneliti lain, hasil dari penelitian ini dapat dijadikan masukan dalam pengembangan penelitian serupa serta menjadi acuan untuk penelitian lanjutan mengenai kedisiplinan ibadah shalat pada pesera didik atau mengenai layanan konseling *self-management* pada peserta didik

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

E. Kerangka Pemikiran

1. Konseling *Self-Management*

Konseling merupakan bagian integral dari sistem pendidikan yang bertujuan membantu peserta didik mencapai perkembangan optimal, baik secara pribadi, sosial, belajar, maupun religius. Dalam konteks pendidikan

formal, layanan konseling diarahkan untuk memfasilitasi peserta didik agar mampu memahami diri, mengarahkan perilaku, serta mengambil keputusan yang bertanggung jawab sesuai dengan nilai dan norma yang berlaku. Konseling tidak hanya berorientasi pada pemecahan masalah, tetapi juga pada pengembangan potensi dan pembentukan karakter positif.

Pada lingkungan sekolah yang berbasis nilai-nilai religius, konseling memiliki peran strategis dalam membentuk perilaku keberagamaan peserta didik. Perilaku ibadah, termasuk shalat berjamaah, bukan semata-mata aktivitas ritual, melainkan wujud internalisasi nilai disiplin, tanggung jawab, dan kepatuhan terhadap ajaran agama. Oleh karena itu, pendekatan konseling yang menekankan pada perubahan perilaku secara sadar dan berkelanjutan menjadi relevan untuk diterapkan (Aydin et al., 2024; Haryani, 2024).

Self-Management merupakan kemampuan individu untuk mengatur, mengarahkan, dan mengendalikan perilaku dirinya sendiri guna mencapai tujuan tertentu. Konsep ini berakar pada teori regulasi diri dan modifikasi perilaku yang menekankan bahwa individu memiliki potensi untuk menjadi agen aktif dalam perubahan perilaku. *Self-Management* tidak bersifat instan, melainkan dibangun melalui proses belajar yang sistematis dan berkelanjutan (Aydin et al., 2024).

Secara operasional, *self-management* mencakup beberapa komponen utama, yaitu: (1) penetapan tujuan (goal setting), (2) pemantauan diri (self-monitoring), (3) pengendalian rangsangan (stimulus control), (4) penguatan diri (self-reinforcement), dan (5) evaluasi diri. Penetapan tujuan membantu

individu menentukan perilaku yang ingin dicapai secara jelas dan terukur. Pemantauan diri berfungsi meningkatkan kesadaran individu terhadap perilaku aktual yang ditampilkan. Pengendalian rangsangan bertujuan mengatur lingkungan agar mendukung munculnya perilaku yang diharapkan, sedangkan penguatan diri memberikan konsekuensi positif terhadap keberhasilan yang dicapai.

Dalam konteks pendidikan, *self-management* dipandang sebagai keterampilan penting yang mendukung pembentukan disiplin dan tanggung jawab peserta didik (Haryani, 2024). Peserta didik yang memiliki kemampuan *self-management* yang baik cenderung mampu mengatur waktu, mematuhi aturan, serta konsisten dalam menjalankan aktivitas yang bernilai positif, termasuk aktivitas ibadah.

Konseling *self-management* merupakan layanan konseling yang secara khusus dirancang untuk membantu individu mengembangkan keterampilan *self-management* melalui proses konseling yang terstruktur. Konselor berperan sebagai fasilitator yang membimbing konseli dalam mengenali perilaku yang perlu diubah, menetapkan tujuan perubahan, serta melatih strategi pengelolaan diri yang efektif.

Dalam praktiknya, konseling *self-management* dilaksanakan melalui tahapan-tahapan yang sistematis, meliputi identifikasi masalah, penetapan tujuan perilaku, perencanaan strategi *self-management*, pelaksanaan rencana, serta evaluasi hasil. Teknik-teknik yang digunakan dapat berupa kontrak perilaku, pencatatan perilaku harian, pemberian penguatan, dan refleksi diri.

Melalui proses ini, konseli diharapkan mampu menginternalisasi keterampilan pengelolaan diri sehingga perubahan perilaku tidak bergantung sepenuhnya pada kontrol eksternal.

Pendekatan konseling *self-management* dinilai sesuai dengan karakteristik peserta didik karena menempatkan mereka sebagai subjek aktif dalam proses perubahan. Dengan demikian, perubahan perilaku yang terjadi cenderung lebih bertahan lama dan bermakna (Aydin et al., 2024).

2. Disiplin Ibadah Shalat Berjamaah

Disiplin ibadah dapat dimaknai sebagai konsistensi individu dalam melaksanakan ibadah sesuai dengan ketentuan waktu, tata cara, dan ketentuan yang telah ditetapkan. Disiplin tidak hanya berkaitan dengan kepatuhan terhadap aturan, tetapi juga mencerminkan kesadaran dan komitmen internal individu terhadap nilai-nilai ibadah.

Shalat berjamaah merupakan salah satu bentuk ibadah yang memiliki dimensi individual sekaligus sosial (Syafi'i, 2024). Selain bernilai ibadah, shalat berjamaah melatih kedisiplinan waktu, kebersamaan, dan tanggung jawab sosial. Dalam konteks peserta didik, disiplin shalat berjamaah dapat diindikasikan melalui frekuensi keikutsertaan, ketepatan waktu kehadiran, serta konsistensi dalam mengikuti jamaah secara berkelanjutan.

Namun demikian, realitas di lapangan menunjukkan bahwa tidak semua peserta didik memiliki tingkat disiplin yang memadai dalam melaksanakan shalat berjamaah (Supriadi, 2023). Faktor internal seperti rendahnya motivasi

dan kontrol diri, serta faktor eksternal seperti pengaruh teman sebaya dan lingkungan, sering menjadi penghambat. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang tidak hanya bersifat instruktif, tetapi juga mampu membangun kesadaran dan pengelolaan diri peserta didik.

Secara teoretis, konseling *Self-Management* memiliki keterkaitan erat dengan peningkatan disiplin shalat berjamaah. Melalui teknik penetapan tujuan, peserta didik diarahkan untuk menetapkan target perilaku ibadah yang jelas, misalnya jumlah keikutsertaan shalat berjamaah dalam satu minggu. Teknik pemantauan diri membantu peserta didik menyadari pola perilaku ibadahnya, sehingga dapat melakukan koreksi apabila terjadi penyimpangan dari target yang telah ditetapkan.

Pengendalian rangsangan, seperti pengaturan jadwal dan pengingat waktu shalat, membantu menciptakan lingkungan yang kondusif bagi pelaksanaan shalat berjamaah. Sementara itu, penguatan diri berfungsi memperkuat motivasi internal peserta didik ketika berhasil menjalankan ibadah sesuai rencana. Melalui mekanisme ini, konseling *self-management* diharapkan mampu membentuk kebiasaan positif dan meningkatkan konsistensi perilaku shalat berjamaah (Aydin et al., 2024; Religion-Based *Self-Management* Study, 2023).

Dengan demikian, konseling *self-management* tidak hanya berfokus pada aspek kognitif pemahaman ibadah, tetapi juga pada aspek perilaku nyata yang dapat diamati dan diukur. Disiplin ibadah shalat berjamaah pada peserta didik dipengaruhi oleh kemampuan pengelolaan diri, khususnya dalam mengatur

waktu, mengendalikan perilaku, dan mempertahankan konsistensi.

Layanan konseling *self-management* dipandang sebagai variabel yang dapat memengaruhi peningkatan disiplin shalat berjamaah. Melalui pelatihan penetapan tujuan, pemantauan diri, pengendalian rangsangan, dan penguatan diri, peserta didik diharapkan mengalami peningkatan kemampuan regulasi diri. Peningkatan kemampuan regulasi diri tersebut selanjutnya berdampak pada meningkatnya frekuensi, ketepatan waktu, dan konsistensi peserta didik dalam melaksanakan shalat berjamaah.

Secara konseptual, hubungan antarvariabel dapat digambarkan sebagai berikut: layanan konseling *Self-Management* berperan sebagai variabel independen yang memengaruhi disiplin ibadah shalat berjamaah sebagai variabel dependen, dengan kemampuan regulasi diri sebagai mekanisme utama yang menjembatani pengaruh tersebut.

Secara konseptual, alur kerangka pemikiran dalam penelitian ini disajikan dalam tabel keterkaitan variabel berikut:

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Tabel 1. Variabel Operasional

No	Variabel	Definisi	Indikator	Pengumpulan Data
1.	Layanan Konseling *Self-Management*	Layanan konseling yang secara khusus dirancang untuk membantu individu mengembangkan keterampilan *Self-*	(1) penetapan tujuan (goal setting), (2) pemantauan diri (self-monitoring), (3) pengendalian rangsangan (stimulus	Angket & Observasi

		Management melalui proses konseling yang terstruktur.	control), (4) penguatan diri (self-reinforcement), dan (5) evaluasi diri.	
2.	Disiplin Ibadah Shalat Berjama'ah	Konsistensi individu dalam melaksanakan ibadah shalat sesuai dengan ketentuan waktu, tata cara, dan ketentuan yang telah ditetapkan.	Frekuensi keikutsertaan, ketepatan waktu kehadiran, serta konsistensi dalam mengikuti jamaah secara berkelanjutan.	Angket & Observasi

Kerangka pemikiran ini menjadi dasar dalam perumusan hipotesis penelitian, yaitu bahwa layanan konseling *self-management* efektif dalam meningkatkan disiplin ibadah shalat berjamaah pada peserta didik (Aydin et al., 2024; Haryani, 2024).

F. Hipotesis

Hipotesis penelitian disusun berdasarkan kerangka pemikiran yang mengaitkan layanan konseling *self-management* sebagai variabel independen dengan disiplin ibadah shalat berjamaah sebagai variabel dependen. secara teoretis, konseling *self-management* menekankan pengembangan kemampuan regulasi diri peserta didik, khususnya dalam hal pengelolaan waktu, pengendalian perilaku, serta pembentukan kebiasaan positif melalui proses penetapan tujuan, pemantauan diri, dan penguatan perilaku.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Disiplin ibadah shalat berjamaah pada peserta didik tidak hanya ditentukan oleh pemahaman normatif mengenai kewajiban beribadah, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam mengatur dan mengendalikan perilakunya secara konsisten. Peserta didik yang memiliki kemampuan *self-management* yang baik cenderung lebih mampu menetapkan target ibadah, memantau pelaksanaannya, serta mempertahankan konsistensi perilaku religius dalam kehidupan sehari-hari.

Layanan konseling *self-management* dipandang sebagai intervensi yang relevan karena memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat secara aktif dalam proses perubahan perilaku ibadah. Melalui konseling ini, peserta didik tidak hanya diarahkan untuk melaksanakan shalat berjamaah sebagai bentuk kepatuhan eksternal, tetapi juga dilatih untuk menumbuhkan kesadaran internal dan tanggung jawab pribadi terhadap pelaksanaan ibadah tersebut. Dengan demikian, perubahan perilaku yang terjadi diharapkan bersifat lebih stabil dan berkelanjutan.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Berdasarkan landasan teori dan hasil penelitian terdahulu yang menunjukkan efektivitas konseling *self-management* dalam meningkatkan disiplin dan perilaku adaptif peserta didik, maka dapat diasumsikan bahwa penerapan layanan konseling *self-management* akan memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan disiplin ibadah shalat berjamaah.

Atas dasar uraian tersebut, hipotesis penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

1. Hipotesis Kerja (H_1):

   Layanan konseling *self-management* efektif dalam meningkatkan disiplin ibadah shalat berjamaah pada peserta didik.

2. Hipotesis Nol (H_0):

   Layanan konseling *Self-Management* tidak efektif dalam meningkatkan disiplin ibadah shalat berjamaah pada peserta didik.

G. Langkah-langkah Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Plus Al-Ittihad Selaawi yang beralamat di Kampung Cigawir, RT 003/RW 008, Desa Cigawir, Kecamatan Selaawi, Kabupaten Garut. Sekolah ini merupakan satuan pendidikan tingkat menengah pertama yang mengintegrasikan pendidikan formal dengan penanaman nilai-nilai keagamaan dalam kegiatan pembelajaran dan kehidupan sekolah sehari-hari.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

SMP Plus Al-Ittihad Selaawi dipilih sebagai lokasi penelitian dengan pertimbangan bahwa sekolah ini memiliki program pembinaan keagamaan yang mendorong peserta didik untuk melaksanakan ibadah, termasuk shalat berjamaah. Meskipun demikian, berdasarkan hasil pengamatan awal dan informasi dari pihak sekolah, masih ditemukan variasi tingkat kedisiplinan peserta didik dalam mengikuti shalat berjamaah, baik dari segi frekuensi maupun konsistensi kehadiran. Kondisi tersebut menunjukkan adanya

kebutuhan akan layanan bimbingan dan konseling yang mampu membantu peserta didik meningkatkan disiplin ibadah secara sadar dan berkelanjutan.

Jumlah peserta didik di SMP Plus Al-Ittihad Selaawi pada tahun pelajaran berjalan adalah sebanyak 86 peserta didik. Jumlah tersebut dinilai memadai untuk dijadikan subjek penelitian karena memungkinkan peneliti untuk melakukan pengukuran perilaku secara lebih terkontrol serta memudahkan pelaksanaan layanan konseling *self-management* secara terstruktur. Sehingga ini pun menjadi alasan peneliti melakukan penelitian di lokasi ini ialah kareana adanya data.

Pemilihan lokasi ini juga didasarkan pada pertimbangan aksesibilitas dan kesiapan pihak sekolah dalam mendukung pelaksanaan penelitian, khususnya dalam penyediaan data, waktu, serta kerja sama selama proses pemberian layanan konseling. Dengan karakteristik tersebut, SMP Plus Al-Ittihad Selaawi dipandang sebagai lokasi yang relevan dan representatif untuk mengkaji efektivitas layanan konseling *self-management* dalam meningkatkan disiplin ibadah shalat berjamaah pada peserta didik.

2. Paradigma dan Pendekatan

Penelitian ini menggunakan paradigma positivistik. Paradigma positivistik memandang fenomena sosial sebagai realitas objektif yang dapat diamati, diukur, dan dianalisis secara sistematis melalui prosedur ilmiah. Dalam paradigma ini, pengetahuan ilmiah diperoleh melalui pengumpulan data empiris dan pengujian hubungan antarvariabel secara logis dan terukur.

Pemilihan paradigma positivistik dalam penelitian ini didasarkan pada tujuan penelitian yang berfokus pada pengukuran tingkat disiplin ibadah shalat berjamaah peserta didik serta pengaruh layanan konseling *self-management* terhadap perilaku tersebut. Disiplin shalat berjamaah dipandang sebagai perilaku nyata yang dapat diobservasi dan dinilai melalui indikator-indikator terukur, seperti frekuensi, ketepatan waktu, dan konsistensi pelaksanaan.

Penelitian-penelitian mutakhir menunjukkan bahwa kajian mengenai efektivitas layanan konseling dan *self-management* dalam konteks pendidikan umumnya menggunakan paradigma positivistik karena berorientasi pada pengukuran perubahan perilaku dan pengujian hubungan kausal secara empiris (Aydin et al., 2024; Haryani, 2024). Oleh karena itu, paradigma positivistik dinilai sesuai untuk mendasari penelitian ini.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif non-eksperimental. Pendekatan kuantitatif non-eksperimental menekankan pada pengumpulan dan analisis data numerik tanpa memberikan perlakuan atau manipulasi variabel secara langsung oleh peneliti. Penelitian ini tidak bertujuan menciptakan kondisi buatan, melainkan mengkaji fenomena yang terjadi secara alami di lingkungan sekolah.

Pendekatan non-eksperimental dipilih karena layanan konseling *self-management* telah dilaksanakan sebagai bagian dari layanan bimbingan dan konseling di sekolah, sehingga peneliti berperan untuk mengukur dan menganalisis pengaruhnya terhadap disiplin ibadah shalat berjamaah, bukan untuk mengatur atau memanipulasi pelaksanaan layanan tersebut. Dengan

demikian, penelitian ini berfokus pada pengamatan kondisi faktual sebagaimana adanya.

Menurut Creswell dan Creswell (2021), pendekatan kuantitatif non-eksperimental tepat digunakan ketika peneliti ingin meneliti hubungan atau perbedaan antarvariabel berdasarkan data yang telah ada tanpa intervensi langsung. Selaras dengan hal tersebut, penelitian-penelitian terkini dalam bidang bimbingan dan konseling banyak menggunakan desain non-eksperimental untuk mengkaji pengaruh layanan konseling terhadap perilaku peserta didik dalam konteks pendidikan formal (Haryani, 2024).

Jenis pendekatan kuantitatif non-eksperimental yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan korelasional**.** Pendekatan korelasional bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan serta tingkat keeratan hubungan antara variabel layanan konseling *self-management* dengan disiplin ibadah shalat berjamaah pada peserta didik.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Melalui pendekatan korelasional, peneliti dapat menganalisis sejauh mana layanan konseling *self-management* berkaitan dengan peningkatan disiplin shalat berjamaah, tanpa harus melakukan manipulasi variabel. Pendekatan ini dianggap relevan karena variabel penelitian telah terbentuk secara alami dalam lingkungan sekolah.

Penelitian-penelitian lima tahun terakhir menunjukkan bahwa pendekatan korelasional banyak digunakan dalam studi disiplin dan perilaku religius

peserta didik karena mampu memberikan gambaran empiris yang objektif mengenai keterkaitan antarvariabel perilaku (Syafi'i, 2024; Supriadi, 2023).

3. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain non-eksperimental**,** khususnya desain korelasional. Penelitian kuantitatif bertujuan untuk mengukur fenomena secara objektif melalui data numerik serta menganalisis hubungan antarvariabel menggunakan teknik statistik. Desain korelasional digunakan untuk mengetahui hubungan dan kontribusi antara layanan konseling *self-management* dengan disiplin ibadah shalat berjamaah pada peserta didik tanpa melakukan manipulasi atau perlakuan khusus terhadap variabel penelitian.

Pemilihan desain korelasional didasarkan pada karakteristik penelitian yang berfokus pada fenomena yang telah berlangsung secara alami di lingkungan sekolah. Peneliti tidak memberikan intervensi secara langsung, melainkan mengkaji hubungan antara variabel berdasarkan data empiris yang diperoleh dari subjek penelitian. Menurut Creswell (2021), desain korelasional tepat digunakan ketika peneliti ingin mengetahui hubungan antarvariabel dalam konteks alami tanpa perlakuan eksperimental. Pendekatan ini juga banyak digunakan dalam penelitian bimbingan dan konseling untuk mengkaji efektivitas layanan terhadap perilaku peserta didik (Haryani, 2024).

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

4. Jenis Data dan Sumber Data

a. Jenis Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kuantitatif. Data kuantitatif merupakan data yang berbentuk angka dan dapat diolah secara statistik untuk menjelaskan fenomena yang diteliti secara objektif. Dalam penelitian ini, data kuantitatif digunakan untuk mengukur tingkat layanan konseling *self-management* dan tingkat disiplin ibadah shalat berjamaah pada peserta didik.

Data kuantitatif diperoleh melalui skor hasil pengisian angket skala Likert yang disusun berdasarkan indikator masing-masing variabel penelitian. Selain itu, data kuantitatif juga diperoleh dari hasil observasi terstruktur mengenai frekuensi dan ketepatan waktu peserta didik dalam melaksanakan shalat berjamaah. Penggunaan data kuantitatif memungkinkan peneliti untuk menganalisis hubungan antarvariabel secara empiris dan menarik kesimpulan yang dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Creswell (2021) menyatakan bahwa data kuantitatif sangat sesuai digunakan dalam penelitian yang bertujuan mengukur perilaku dan menguji hubungan antarvariabel melalui analisis statistik. Pendekatan ini juga banyak diterapkan dalam penelitian bimbingan dan konseling untuk mengkaji disiplin dan perilaku peserta didik secara objektif (Haryani, 2024).

b. Sumber Data

1) Sumber Data Primer

Sumber data primer merupakan sumber data yang diperoleh secara langsung dari subjek penelitian. Dalam penelitian ini, sumber data primer adalah peserta didik SMP Plus Al-Ittihad Selaawi yang berjumlah 86 orang. Data primer diperoleh melalui pengisian angket oleh peserta didik terkait layanan konseling *self-management* dan disiplin ibadah shalat berjamaah, serta melalui observasi langsung terhadap pelaksanaan shalat berjamaah.

Data primer dipilih karena mampu memberikan informasi yang aktual dan relevan sesuai dengan kondisi nyata subjek penelitian. Menurut Creswell (2021), data primer memiliki tingkat akurasi yang tinggi karena dikumpulkan langsung dari responden yang mengalami fenomena yang diteliti. Dalam konteks penelitian perilaku religius, penggunaan data primer juga direkomendasikan untuk menangkap praktik ibadah peserta didik secara lebih objektif (Syafi'i, 2024).

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

2) Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan data pendukung yang diperoleh secara tidak langsung dari subjek penelitian. Data sekunder dalam penelitian ini meliputi dokumen sekolah, seperti data jumlah peserta didik, profil sekolah, jadwal kegiatan keagamaan, serta catatan kehadiran shalat berjamaah yang tersedia di sekolah. Selain itu, data sekunder juga diperoleh dari buku, jurnal

ilmiah, dan hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan konseling *self-management* dan disiplin ibadah shalat berjamaah.

Data sekunder digunakan untuk memperkuat dan melengkapi data primer serta memberikan konteks yang lebih komprehensif terhadap hasil penelitian. Sugiyono (2021) menjelaskan bahwa data sekunder berfungsi sebagai data pendukung yang membantu peneliti memahami latar belakang penelitian dan menafsirkan temuan secara lebih tepat. Penggunaan sumber data sekunder juga penting untuk memastikan kesesuaian penelitian dengan kajian teoritis dan empiris yang telah ada (Aydin et al., 2024).

5. Populasi dan Sampel

a. *Populasi Penelitian*

Populasi penelitian merupakan keseluruhan subjek yang memiliki karakteristik tertentu dan menjadi sasaran generalisasi hasil penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik SMP Plus Al-Ittihad Selaawi yang berjumlah 86 peserta didik**.**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Populasi tersebut dipilih karena seluruh peserta didik berada dalam lingkungan pendidikan yang sama, mengikuti kebijakan dan program sekolah yang seragam, serta memiliki kesempatan yang relatif setara dalam mengakses layanan bimbingan dan konseling, khususnya layanan konseling *Self-Management*. Selain itu, seluruh peserta didik juga terlibat dalam kegiatan keagamaan sekolah, termasuk pelaksanaan shalat berjamaah, sehingga sesuai dengan karakteristik variabel yang diteliti.

Menurut Creswell (2021), populasi adalah kelompok target yang menjadi fokus penelitian dan dasar penarikan kesimpulan. Dalam penelitian kuantitatif, penentuan populasi yang jelas penting untuk menjamin validitas eksternal dan ketepatan generalisasi hasil penelitian.

b. Sampel Penelitian

Sampel penelitian merupakan bagian dari populasi yang dijadikan subjek penelitian dan dianggap mewakili karakteristik populasi. Mengingat jumlah populasi dalam penelitian ini relatif kecil, yaitu kurang dari 100 peserta didik. Menurut Arikunto (2016: 104) jika jumlah populasinya kurang dari 100 orang, maka jumlah sampelnya diambil secara keseluruhan, tetapi jika populasinya lebih besar dari 100 orang, maka bisa diambil 10%-15% atau 20%-25% dari jumlah populasinya.

Sampling jenuh adalah teknik pengambilan sampel dengan menjadikan seluruh anggota populasi sebagai sampel penelitian. Teknik ini dipilih agar data yang diperoleh lebih komprehensif dan representatif, serta untuk meminimalkan kesalahan sampling. Sugiyono (2021) menyatakan bahwa sampling jenuh tepat digunakan apabila jumlah populasi relatif kecil sehingga seluruh anggota populasi dapat dijadikan sampel.

Dengan menggunakan teknik sampling jenuh, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 86 peserta didik**,** yang sekaligus mencerminkan keseluruhan populasi penelitian. Penggunaan seluruh anggota populasi sebagai sampel diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih akurat mengenai

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

hubungan antara layanan konseling *self-management* dan disiplin ibadah shalat berjamaah pada peserta didik SMP Plus Al-Ittihad Selaawi.

6. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah penting dalam penelitian untuk memperoleh data yang relevan, akurat, dan sesuai dengan tujuan penelitian. Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data digunakan untuk memperoleh informasi mengenai layanan konseling *Self-Management* dan disiplin ibadah shalat berjamaah pada peserta didik SMP Plus Al-Ittihad Selaawi. Teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi angket (kuesioner) dan observasi**.**

a. Angket (Kuesioner)

Angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab sesuai dengan kondisi yang dialami. Dalam penelitian ini, angket digunakan untuk mengumpulkan data kuantitatif mengenai persepsi peserta didik terhadap layanan konseling *self-management* serta tingkat disiplin ibadah shalat berjamaah.

Instrumen penelitian ini disusun dalam bentuk angket dengan pernyataan tertutup menggunakan skala Likert. Skala Likert dipilih karena mampu mengubah fenomena subjektif, seperti sikap, persepsi, dan perilaku, menjadi data kuantitatif yang dapat dianalisis secara statistik. Melalui kategori tingkat persetujuan yang sistematis, skala ini memfasilitasi peneliti dalam mengukur

variabel-variabel psikososial secara lebih terstruktur. Penggunaan skala Likert juga telah terbukti efektif dalam berbagai bidang penelitian, termasuk pendidikan, manajemen, dan psikologi, karena kesederhanaannya dalam penyusunan serta kemampuannya menghasilkan data yang reliabel untuk analisis lebih lanjut (Simamora, 2022).

Menurut Creswell (2021), angket skala Likert efektif digunakan dalam penelitian kuantitatif untuk mengukur konstruk psikologis dan perilaku secara objektif. Selain itu, penelitian-penelitian terkini dalam bidang bimbingan dan konseling menunjukkan bahwa penggunaan angket merupakan teknik yang umum dan relevan untuk mengukur layanan konseling dan disiplin peserta didik (Haryani, 2024).

b. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui pengamatan secara langsung terhadap perilaku subjek penelitian dalam situasi tertentu. Dalam penelitian ini, observasi digunakan untuk memperoleh data pendukung mengenai pelaksanaan shalat berjamaah peserta didik, khususnya yang berkaitan dengan frekuensi keikutsertaan dan ketepatan waktu kehadiran.

Observasi yang digunakan bersifat observasi terstruktur, yaitu pengamatan yang dilakukan dengan menggunakan pedoman observasi yang telah disusun sebelumnya. Pedoman tersebut memuat indikator-indikator disiplin shalat berjamaah yang diamati secara sistematis. Penggunaan observasi terstruktur

bertujuan untuk meningkatkan objektivitas dan konsistensi data yang diperoleh.

Sugiyono (2021) menjelaskan bahwa observasi terstruktur cocok digunakan dalam penelitian kuantitatif karena memungkinkan data perilaku dicatat secara terukur dan sistematis. Dalam penelitian perilaku religius peserta didik, observasi juga dipandang penting untuk melengkapi data angket agar hasil penelitian lebih akurat dan tidak semata-mata bergantung pada laporan diri responden (Syafi'i, 2024).

7. Validitas dan Reliabilitas

Uji validitas dan reliabilitas dilakukan terhadap instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur masing-masing variabel penelitian, yaitu layanan konseling *self-management* sebagai variabel independen dan disiplin ibadah shalat berjamaah sebagai variabel dependen. Pengujian ini bertujuan untuk memastikan bahwa instrumen yang digunakan benar-benar mampu mengukur variabel penelitian secara tepat dan konsisten.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

a. Uji Validitas

Validitas dalam penelitian menunjukkan derajat ketepatan alat ukur terhadap konstruk yang sebenarnya diukur. Uji validitas digunakan untuk mengetahui apakah setiap butir pernyataan dalam kuesioner mampu mengungkapkan variabel yang diteliti. Suatu kuesioner dikatakan valid apabila butir pertanyaannya dapat mengukur aspek yang hendak diukur secara tepat.

Dalam penelitian ini, uji validitas dilakukan dengan bantuan program Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment**,** yaitu dengan mengorelasikan skor setiap butir pernyataan dengan skor total variabel. Kriteria pengambilan keputusan adalah apabila nilai r hitung lebih besar daripada nilai r tabel pada taraf signifikansi 0,05, maka butir pernyataan dinyatakan valid.

1) *Uji Validitas Variabel Layanan Konseling Self-Management*

Uji validitas pada variabel layanan konseling *self-management* dilakukan terhadap seluruh butir pernyataan yang disusun berdasarkan indikator-indikator *self-management*, yaitu penetapan tujuan, pemantauan diri, pengendalian rangsangan, penguatan diri, dan evaluasi diri. Setiap butir pernyataan diuji untuk mengetahui sejauh mana mampu merepresentasikan pelaksanaan layanan konseling *self-management* yang diterima peserta didik.

Butir pernyataan dinyatakan valid apabila memiliki korelasi yang signifikan dengan skor total variabel layanan konseling *Self-Management*. Butir yang tidak memenuhi kriteria validitas akan direvisi atau dieliminasi agar instrumen hanya memuat pernyataan yang benar-benar mengukur layanan konseling *Self-Management* secara sahih.

2) *Uji Validitas Variabel Disiplin Ibadah Shalat Berjamaah*

Uji validitas pada variabel disiplin ibadah shalat berjamaah dilakukan terhadap butir-butir pernyataan yang disusun berdasarkan indikator frekuensi keikutsertaan, ketepatan waktu kehadiran, dan konsistensi pelaksanaan shalat

berjamaah. Pengujian validitas bertujuan untuk memastikan bahwa setiap pernyataan mampu menggambarkan tingkat kedisiplinan peserta didik dalam melaksanakan shalat berjamaah.

Sebagaimana variabel sebelumnya, butir pernyataan dinyatakan valid apabila nilai r hitung lebih besar daripada r tabel pada taraf signifikansi 0,05. Dengan demikian, instrumen yang digunakan benar-benar mengukur perilaku disiplin ibadah shalat berjamaah secara empiris.

b. Uji Reliabilitas

Reliabilitas menunjukkan tingkat konsistensi suatu instrumen dalam mengukur variabel penelitian. Instrumen dikatakan reliabel apabila memberikan hasil yang relatif sama apabila digunakan berulang kali pada kondisi yang serupa. Reliabilitas berkaitan dengan stabilitas, konsistensi, daya prediksi, dan akurasi alat ukur.

Dalam penelitian ini, uji reliabilitas dilakukan menggunakan rumus Alpha Cronbach, karena instrumen penelitian berbentuk angket dengan skala bertingkat (skala Likert). Pengujian reliabilitas dilakukan dengan bantuan program SPSS untuk mengetahui konsistensi internal antarbutir pernyataan dalam masing-masing variabel penelitian.

1) Reliabilitas Variabel Layanan Konseling Self-Management

Instrumen variabel layanan konseling *Self-Management* dinyatakan reliabel apabila nilai koefisien Alpha Cronbach ≥ 0,70. Nilai tersebut menunjukkan bahwa butir-butir pernyataan dalam instrumen memiliki

konsistensi internal yang baik dalam mengukur layanan konseling *Self-Management*.

2) Reliabilitas Variabel Disiplin Ibadah Shalat Berjamaah

Instrumen variabel disiplin ibadah shalat berjamaah juga dinyatakan reliabel apabila nilai Alpha Cronbach yang diperoleh ≥ 0,70. Hal ini menunjukkan bahwa butir-butir pernyataan dalam instrumen mampu mengukur tingkat kedisiplinan ibadah peserta didik secara konsisten dan dapat dipercaya.

Creswell (2021) menyatakan bahwa koefisien reliabilitas sebesar 0,70 atau lebih menunjukkan tingkat keandalan yang dapat diterima dalam penelitian pendidikan dan sosial. Pendapat ini sejalan dengan Sugiyono (2021) yang menegaskan bahwa instrumen dengan nilai Alpha Cronbach yang memenuhi kriteria tersebut layak digunakan sebagai alat pengumpul data penelitian.

8. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan untuk mengolah data kuantitatif yang diperoleh dari angket dan observasi, sehingga dapat memberikan gambaran kondisi variabel penelitian serta menguji hipotesis yang telah dirumuskan. Analisis data dilakukan dengan bantuan program Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)**.**

Secara umum, analisis data dalam penelitian kuantitatif terdiri atas analisis deskriptif dan analisis inferensial**.** Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik data, sedangkan analisis inferensial digunakan

untuk menarik kesimpulan dan menguji hipotesis berdasarkan data sampel (Pallant, 2020).

a) Analisis Kuantitatif Deskriptif

Analisis kuantitatif deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran umum mengenai kondisi variabel penelitian, yaitu layanan konseling *Self-Management* dan disiplin ibadah shalat berjamaah pada peserta didik. Analisis ini meliputi perhitungan nilai rata-rata (mean), skor minimum, skor maksimum, dan standar deviasi.

Menurut Gravetter, Wallnau, dan Forzano (2021), statistik deskriptif bertujuan untuk menyederhanakan data dalam bentuk yang lebih mudah dipahami sehingga peneliti dapat melihat pola, kecenderungan, dan variasi data. Dalam penelitian pendidikan, analisis deskriptif sering digunakan untuk mengetahui tingkat atau kategori suatu variabel berdasarkan skor yang diperoleh responden.

Hasil analisis deskriptif dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui kecenderungan tingkat layanan konseling *Self-Management* dan tingkat disiplin ibadah shalat berjamaah peserta didik, yang selanjutnya dapat diklasifikasikan ke dalam kategori rendah, sedang, dan tinggi. Analisis ini memberikan dasar awal sebelum dilakukan pengujian statistik lanjutan.

b) Analisis Kuantitatif Inferensial

Analisis kuantitatif inferensial digunakan untuk menguji hipotesis penelitian dan menarik kesimpulan mengenai hubungan serta pengaruh antarvariabel berdasarkan data yang diperoleh. Analisis inferensial

memungkinkan peneliti melakukan generalisasi dari data sampel terhadap populasi penelitian (Creswell & Creswell, 2021).

1. Uji Prasyarat Analisis

Sebelum dilakukan analisis inferensial, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat analisis yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal, sedangkan uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah hubungan antarvariabel bersifat linear.

Field (2020) menyatakan bahwa uji prasyarat analisis penting dilakukan untuk memastikan bahwa data memenuhi asumsi statistik parametrik, sehingga hasil analisis inferensial dapat diinterpretasikan secara tepat.

2. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan dan pengaruh layanan konseling *self-management* terhadap disiplin ibadah shalat berjamaah. Mengingat penelitian ini bersifat kuantitatif non-eksperimental, maka teknik analisis inferensial yang digunakan adalah korelasi Pearson Product Moment dan regresi sederhana.

Analisis korelasi digunakan untuk mengetahui arah dan kekuatan hubungan antara dua variabel, sedangkan analisis regresi sederhana digunakan untuk mengetahui sejauh mana variabel layanan konseling *self-management* memberikan kontribusi terhadap perubahan variabel disiplin ibadah shalat berjamaah. Menurut Pallant (2020), kombinasi korelasi dan regresi sederhana

banyak digunakan dalam penelitian pendidikan untuk menjelaskan hubungan dan pengaruh antarvariabel tanpa perlakuan eksperimen.

Hasil analisis inferensial digunakan sebagai dasar dalam menerima atau menolak hipotesis penelitian, dengan kriteria pengambilan keputusan berdasarkan nilai signifikansi ($\alpha = 0{,}05$).

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG