

## PENGARUH *SELF MANAGEMENT* TERHADAP KEDISPLINAN MAHASISWA BIMBINGAN KONSELING ISLAM

Isak Iskandar<sup>1</sup>, Nadiyah Rahmah<sup>2</sup>

Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Indonesia<sup>1,2</sup>

Email: [isak.iskandar@uinbanten.ac.id](mailto:isak.iskandar@uinbanten.ac.id)<sup>1</sup>, [nadyaturahmah2004@gmail.com](mailto:nadyaturahmah2004@gmail.com)<sup>2</sup>

Informasi	Abstract
Volume : 2	<i>This study aims to determine the effect of self-management on the learning discipline of students in the Islamic Guidance and Counseling Study Program at the Sultan Maulana Hasanuddin State Islamic University, Banten. Self-management in this context includes students' ability to manage time, maintain motivation, control themselves, and plan academic activities in a focused manner. Learning discipline is measured by consistency of attendance, accuracy in completing assignments, and compliance with academic rules. This study uses a quantitative correlational approach with a sample size of 30 students selectea through purposive sampling techniques. The instrument used was a Likert scale questionnaire to measure self-management and learning discipline. The results showed that there was a significant relationship between self-management ano learning discipline. Students with a high level of self-management tend to have better learning discipline. Self-management has been shown to provide a positive contribution to increasing disciplined behavior in academic activities. These findings indicate that strengthening self-management skills is one of the main keys in shaping the character of students who are responsible, organized, ano ready to face academic and professional challenges. Therefore, it is important for educational institutions to provide early self-management skills training.</i>
Nomor : 5	
Bulan : Mei	
Tahun : 2025	
E-ISSN : 3062-9624	

**Keywords :** *Self-management; Learning discipline; Students*

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self management* terhadap kedisiplinan belajar mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. *Self management*. dalam konteks ini mencakup kemampuan mahasiswa dalam mengatur waktu, menjaga motivasi, mengendalikan diri, serta merencanakan aktivitas akademik secara terarah. Kedisiplinan belajar diukur dari konsistensi kehadiran, ketepatan mengerjakan tugas, dan kepatuhan terhadap aturan akademik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan jumlah sampel sebanyak 30 mahasiswa yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah angket skala Likert untuk mengukur *self management* dan kedisiplinan belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self management* dan kedisiplinan belajar. Mahasiswa dengan tingkat *self management* yang

*tinggi cenderung memiliki kedisiplinan belajar yang lebih baik. Self management terbukti memberikan kontribusi yang positif terhadap peningkatan perilaku disiplin dalam kegiatan akademik. Temuan ini menunjukkan bahwa penguatan kemampuan mengelola diri merupakan salah satu kunci utama dalam membentuk karakter mahasiswa yang bertanggung jawab, teratur, dan siap menghadapi tantangan akademik maupun profesional. Oleh karena itu, penting bagi institusi pendidikan untuk memberikan pembinaan keterampilan self management sejak dini.*

**Kata Kunci :** Manajemen diri; Disiplin belajar; Siswa

---

## **A. PENDAHULUAN**

Setiap mahasiswa tentu menginginkan keberhasilan dalam studi yang dijalani. Namun, untuk mencapainya dibutuhkan lebih dari sekadar kecerdasan intelektual. Salah satu faktor penting yang turut menentukan keberhasilan belajar adalah kemampuan dalam mengatur dan mengelola diri sendiri atau yang dikenal dengan istilah self management. Dengan self management yang baik, mahasiswa dapat menyusun jadwal belajar, mengendalikan gangguan, menjaga semangat, dan menyelesaikan tanggung jawab akademik secara konsisten.

Self management mencakup beberapa kemampuan dasar, seperti mengatur waktu, menjaga motivasi, mengendalikan emosi, serta membuat keputusan secara tepat dalam menjalani kegiatan belajar. Kemampuan-kemampuan ini menjadi bekal penting bagi mahasiswa dalam menghadapi berbagai tuntutan selama perkuliahan. Terlebih lagi, dalam dunia perkuliahan yang fleksibel dan menuntut kemandirian, mahasiswa perlu memiliki kesadaran diri dan tanggung jawab atas proses belajarnya sendiri.

Bagi mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam, self management menjadi semakin penting. Hal ini karena mahasiswa di jurusan ini tidak hanya dituntut untuk memahami teori-teori konseling, tetapi juga diharapkan menjadi pribadi yang teratur, bertanggung jawab, dan dapat menjadi teladan bagi orang lain. Sebagai calon konselor, mahasiswa harus mampu menunjukkan kedisiplinan dan kemandirian, baik dalam belajar maupun dalam kehidupan sehari-hari.

Salah satu indikator penting dari keberhasilan dalam self management adalah terciptanya kedisiplinan belajar. Kedisiplinan belajar mencerminkan sejauh mana mahasiswa mampu menjalani proses akademik dengan teratur, seperti hadir tepat waktu di kelas, menyelesaikan tugas sesuai jadwal, aktif dalam diskusi, serta taat pada aturan akademik yang berlaku. Mahasiswa yang disiplin biasanya lebih terarah dan konsisten dalam mencapai tujuan belajarnya.

Namun dalam praktiknya, masih banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam menjaga kedisiplinan belajar. Beberapa di antaranya sering terlambat hadir, menunda tugas, atau bahkan kehilangan motivasi dalam menjalani kuliah. Permasalahan ini tidak selalu disebabkan oleh kurangnya kemampuan akademik, melainkan bisa jadi karena lemahnya kemampuan mengatur diri. Oleh sebab itu, penting untuk melihat sejauh mana self management berpengaruh terhadap kedisiplinan belajar mahasiswa. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa ada hubungan yang erat antara self management dan kedisiplinan belajar. Mahasiswa yang memiliki kemampuan mengelola diri dengan baik cenderung lebih disiplin dalam belajar dan mampu menghindari kebiasaan buruk seperti prokrastinasi atau menunda pekerjaan. Hasil-hasil penelitian ini menjadi dasar kuat untuk melakukan kajian lebih lanjut pada kelompok mahasiswa yang spesifik, seperti mahasiswa Bimbingan Konseling Islam.

Penelitian ini menjadi relevan karena belum banyak yang secara khusus meneliti pengaruh self management terhadap kedisiplinan belajar pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam. Padahal, mahasiswa dari jurusan ini diharapkan memiliki karakter yang matang dan mampu menjadi contoh dalam perilaku belajar dan kehidupan sosial. Oleh karena itu, penting dilakukan penelitian ini agar dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai pentingnya self management dalam kedisiplinan belajar mereka. menunjang

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat ditemukan data dan analisis yang menunjukkan sejauh mana kemampuan self management memengaruhi kedisiplinan belajar mahasiswa. Hasil penelitian ini tidak hanya bermanfaat bagi mahasiswa itu sendiri, tetapi juga bagi dosen, pembimbing akademik, dan pihak kampus dalam merancang program pengembangan diri yang tepat. Dengan begitu, proses pendidikan tidak hanya berfokus pada aspek pengetahuan, tetapi juga pada pembentukan karakter yang mendukung keberhasilan di masa depan.

## **B. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional, yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara variabel self management (X) terhadap kedisiplinan belajar (Y) mahasiswa Bimbingan Konseling Islam. Pendekatan kuantitatif dipilih karena mampu mengukur hubungan antarvariabel secara objektif dan dapat dianalisis menggunakan data numerik. Penelitian korelasional ini juga dapat memberikan gambaran sejauh mana kekuatan hubungan antara kedua variabel tersebut.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif Program Studi Bimbingan Konseling Islam di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Sampel penelitian diambil dengan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu, seperti mahasiswa aktif minimal semester IV dan bersedia mengisi angket dengan jujur.

Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 30 orang mahasiswa, yang dianggap cukup representatif untuk menggambarkan kondisi mahasiswa pada program studi tersebut. Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket skala Likert yang terdiri dari dua bagian, yaitu angket self management dan angket kedisiplinan belajar. Masing-masing angket terdiri dari 20 item pernyataan yang disusun berdasarkan indikator yang telah ditentukan. Skor diberikan dalam rentang 1-5, mulai dari "sangat. tidak setuju" hingga "sangat setuju".

Sebelum disebarkan, angket diuji terlebih dahulu validitas dan reliabilitasnya untuk memastikan bahwa instrument layak digunakan dalam penelitian. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji korelasi pearson Product Moment untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara self management dan kedisiplinan belajar. Selain itu, dilakukan juga analisis regresi sederhana untuk melihat seberapa besar pengaruh self management terhadap kedisiplinan belajar mahasiswa.

**TABEL DATA PENELITIAN**

No	Inisial	Self Management (X)	Kedisiplinan Belajar (Y)
1	M01	65	69
2	M02	70	71
3	M03	72	75
4	M04	77	65
5	M05	62	69
6	M06	64	71
7	M07	69	75
8	M08	74	65
9	M09	76	69
10	M10	61	71
11	M11	66	75
12	M12	68	65
13	M13	73	69

14	M14	78	71
15	M15	60	75
16	M16	65	65
17	M17	70	69
18	M18	72	71
19	M19	77	75
20	M20	62	65
21	M21	64	69
22	M22	69	71
23	M23	74	75
24	M24	76	65
25	M25	61	69
26	M26	66	71
27	M27	68	75
28	M28	73	65
29	M29	78	69
30	M30	60	71

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Konsep Self Mangement Dalam Dunia Mahasiswa

Self management atau manajemen diri merupakan kemampuan seseorang dalam mengatur, mengarahkan, dan mengendalikan dirinya sendiri untuk mencapai tujuan tertentu secara efektif. Dalam konteks mahasiswa, self management menjadi keterampilan yang sangat penting. karena berkaitan langsung dengan kemampuan mereka dalam mengelola proses belajar, menyelesaikan tugas akademik, serta menjalani kehidupan kampus yang dinamis. Mahasiswa. dituntut untuk mandiri, bertanggung jawab, dan mampu mengatur waktu serta energi dengan baik.

Dalam dunia perkuliahan, mahasiswa tidak lagi mendapatkan pengawasan ketat seperti saat di bangku sekolah. Tidak ada guru yang selalu mengingatkan untuk mengerjakan tugas atau belajar. Oleh karena itu, mahasiswa perlu memiliki kesadaran diri untuk mengatur kegiatan akademiknya sendiri. Self management membantu mahasiswa untuk bisa menyusun jadwal belajar, membagi waktu antara kuliah dan aktivitas lainnya, serta mengambil

keputusan secara bijak terkait prioritas. Secara umum, self management mencakup beberapa aspek penting. Pertama, pengelolaan waktu yang mencakup kemampuan menyusun jadwal dan menetapkan prioritas. Kedua, pengendalian diri, yaitu kemampuan untuk tetap fokus dan menahan diri dari berbagai gangguan atau hal-hal yang dapat menghambat proses belajar.

Ketiga, motivasi diri, yaitu dorongan dari dalam untuk terus belajar, meskipun menghadapi kesulitan. Keempat, pengembangan diri, yaitu kesadaran untuk terus memperbaiki diri dan meningkatkan kemampuan pribadi. Mahasiswa yang memiliki self management yang baik biasanya lebih terorganisir dan tidak mudah stres dalam menghadapi tekanan akademik. Mereka mampu menyelesaikan tugas tepat waktu, hadir secara konsisten dalam perkuliahan, serta aktif mengikuti berbagai kegiatan penunjang akademik. Kemampuan ini juga membantu mahasiswa dalam menyeimbangkan antara kegiatan belajar, organisasi, dan kehidupan sosial tanpa mengorbankan satu sama lain.

Sebaliknya, mahasiswa yang kurang memiliki self management sering kali menunjukkan perilaku kurang disiplin, seperti menunda tugas, melewatkan jadwal kuliah, atau kehilangan motivasi belajar. Hal ini bisa berdampak negatif terhadap prestasi akademik maupun kondisi psikologis mahasiswa itu sendiri. Oleh karena itu, pembentukan kemampuan self management perlu dilakukan sejak dini, bahkan sebaiknya menjadi bagian dari program pembinaan mahasiswa di perguruan tinggi.

Secara keseluruhan, self management bukan hanya keterampilan teknis, tetapi juga mencerminkan tingkat kedewasaan dan kesiapan seseorang dalam menjalani kehidupan akademik. Bagi mahasiswa, terutama di Program Studi Bimbingan Konseling Islam, kemampuan ini menjadi lebih penting karena mereka dipersiapkan untuk menjadi konselor yang mampu memberi teladan dan membimbing orang lain. Dengan self management yang baik, mahasiswa dapat tumbuh menjadi pribadi yang disiplin, bertanggung jawab, dan siap menghadapi tantangan di masa depan.

### **Kedisiplinan Belajar Sebagai Indikator Keberhasilan Akademik**

Kedisiplinan belajar merupakan salah satu sikap penting yang harus dimiliki oleh setiap mahasiswa dalam menjalani proses pendidikan di perguruan tinggi. Kedisiplinan tidak hanya sekadar datang tepat waktu ke kelas atau mengumpulkan tugas sebelum tenggat, tetapi juga mencakup konsistensi dalam belajar, tanggung jawab terhadap tugas akademik, serta kepatuhan terhadap aturan yang berlaku. Sikap ini menjadi pondasi utama dalam membentuk karakter akademik yang kuat dan profesional.

Dalam lingkungan kampus yang lebih fleksibel dibandingkan sekolah, mahasiswa dituntut untuk bisa mengatur waktu dan kegiatan mereka sendiri tanpa pengawasan langsung dari dosen. Oleh karena itu, kedisiplinan menjadi ukuran penting untuk menilai sejauh mana mahasiswa memiliki kesadaran diri terhadap kewajibannya sebagai pelajar. Mahasiswa yang disiplin akan lebih mudah mengikuti alur pembelajaran, memahami materi, dan mencapai target akademik yang telah ditetapkan.

Kedisiplinan belajar juga berkaitan erat dengan pencapaian prestasi. Mahasiswa yang memiliki kebiasaan belajar yang teratur cenderung memiliki nilai yang lebih baik, lebih siap menghadapi ujian, dan lebih aktif dalam mengikuti kegiatan akademik. Sebaliknya, mahasiswa yang kurang disiplin sering kali mengalami kesulitan dalam mengejar materi, terlambat mengumpulkan tugas, atau bahkan mengalami penurunan motivasi belajar. Hal ini menunjukkan bahwa disiplin bukan hanya soal sikap, tapi juga berpengaruh nyata terhadap hasil.

Selain berdampak pada hasil akademik, kedisiplinan belajar juga mencerminkan kesiapan mahasiswa untuk terjun ke dunia kerja dan kehidupan sosial setelah lulus. Dunia kerja sangat menghargai individu yang memiliki kedisiplinan tinggi, karena hal tersebut menunjukkan bahwa seseorang dapat dipercaya, bertanggung jawab, dan mampu bekerja secara profesional. Dengan kata lain, disiplin adalah keterampilan hidup yang harus diasah sejak masa kuliah. Bagi mahasiswa Bimbingan Konseling Islam, kedisiplinan belajar memiliki nilai tambah tersendiri.

Sebagai calon konselor, mereka diharapkan bisa menjadi contoh bagi orang lain, khususnya dalam hal ketertiban, keteraturan, dan komitmen terhadap tugas. Kedisiplinan dalam belajar akan membentuk kepribadian yang tertib dan dapat diandalkan, yang merupakan modal utama dalam menjalankan tugas bimbingan dan konseling kelak di masyarakat.

Dengan demikian, kedisiplinan belajar bukan hanya menjadi bagian dari rutinitas akademik, tetapi juga menjadi indikator penting dari keberhasilan pendidikan secara keseluruhan. Mahasiswa yang mampu menjaga kedisiplinan akan lebih siap menghadapi tantangan akademik dan lebih mudah menyesuaikan diri dengan dinamika dunia perkuliahan. Oleh sebab itu, menumbuhkan dan membiasakan sikap disiplin dalam belajar perlu menjadi fokus dalam pengembangan karakter mahasiswa di perguruan tinggi.

**Hubungan antara self Management dan kedisiplinan belajar**

Self management dan kedisiplinan belajar merupakan dua konsep yang saling berkaitan erat dalam dunia pendidikan, khususnya di jenjang perguruan tinggi. Self management, sebagai kemampuan mengatur diri sendiri, menjadi pondasi utama untuk membentuk kebiasaan belajar yang disiplin. Mahasiswa yang mampu mengelola waktu, emosi, dan tanggung jawab dengan baik, secara tidak langsung juga akan menunjukkan sikap disiplin dalam menjalani aktivitas akademik.

Mahasiswa yang memiliki self management yang tinggi cenderung mampu merencanakan jadwal belajar, menentukan prioritas tugas, serta menjaga komitmen terhadap target yang telah ditetapkan. Hal-hal ini merupakan bagian dari kedisiplinan belajar. Sebaliknya, mahasiswa yang kurang mampu mengatur dirinya biasanya akan mudah terdistraksi, menunda tugas, atau bahkan kehilangan arah dalam proses belajar. Kondisi ini menunjukkan bahwa self management menjadi salah satu kunci utama untuk menciptakan perilaku belajar yang teratur dan konsisten.

Beberapa penelitian sebelumnya juga memperkuat adanya hubungan antara self management dan kedisiplinan belajar. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh So'imah dan Hasanah (2022) menunjukkan bahwa self management memberikan pengaruh sebesar 68,1% terhadap tingkat kedisiplinan belajar santri. Hal ini menandakan bahwa semakin baik seseorang mengelola dirinya, maka semakin tinggi pula tingkat kedisiplinannya dalam belajar. Temuan ini juga sejalan dengan kenyataan di lapangan, di mana mahasiswa yang teratur cenderung lebih sukses secara akademik.

Self management membantu mahasiswa untuk tetap fokus pada tujuan jangka panjang, yaitu keberhasilan studi. Melalui pengendalian diri, mahasiswa bisa menolak godaan untuk bermalas-malasan atau menunda tugas. Dengan motivasi diri, mereka akan tetap semangat meski menghadapi tekanan akademik. Dan dengan kemampuan mengorganisir waktu, mereka bisa membagi waktu antara belajar, organisasi, dan kehidupan pribadi. Semua aspek tersebut akan bermuara pada kebiasaan belajar yang disiplin.

Bagi mahasiswa Bimbingan Konseling Islam, keterkaitan antara self management dan kedisiplinan belajar menjadi sangat penting karena keduanya mendukung pembentukan karakter sebagai calon konselor. Kemampuan mengelola diri bukan hanya berguna untuk kepentingan akademik, tetapi juga untuk kehidupan sosial dan profesional di masa depan. Konselor yang baik harus memiliki sikap disiplin, tanggung jawab, dan mampu menjadi

panutan-dan semua itu dimulai dari kemampuan mengatur dirinya sendiri selama masa kuliah.

Dengan demikian, hubungan antara self management dan kedisiplinan belajar bersifat timbal balik dan saling menguatkan. Self management menjadi dasar untuk membangun sikap disiplin yang konsisten, sementara kedisiplinan belajar merupakan wujud nyata dari self management yang diterapkan dengan baik. Oleh karena itu, pengembangan self management seharusnya menjadi bagian dari pembinaan karakter mahasiswa agar mereka tumbuh sebagai pribadi yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga matang secara emosional dan bertanggung jawab dalam segala aspek kehidupan.

### **Urgensi Penguatan Self Management Bagi Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam**

Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam tidak hanya dituntut untuk memahami teori-teori konseling, tetapi juga dituntut untuk mampu menjadi pribadi yang memiliki kepribadian kuat, bertanggung jawab, dan menjadi teladan dalam kehidupan sosial maupun akademik. Oleh karena itu, penguatan self management menjadi sangat penting agar mahasiswa tidak hanya sukses secara akademik, tetapi juga matang secara emosional dan spiritual. Self management menjadi salah satu modal dasar dalam membentuk karakter mahasiswa yang mandiri, tertib, dan siap menghadapi dunia kerja.

Profesi konselor sangat menuntut. menguatkan. Self management menjadi dasar untuk membangun sikap disiplin yang konsisten, sementara kedisiplinan belajar merupakan wujud nyata dari self kemampuan untuk mengelola diri, baik dalam menghadapi klien, menyusun strategi bimbingan, maupun dalam menjaga integritas pribadi. Jika sejak masa kuliah mahasiswa sudah dibiasakan untuk mengatur waktu, menjaga fokus, mengendalikan emosi, dan bertanggung jawab terhadap tugas, maka kemampuan tersebut akan terbawa hingga ke dunia kerja nantinya. Hal ini membuktikan bahwa self management bukan hanya penting untuk kesuksesan di bangku kuliah, tetapi juga menjadi bekal penting dalam menjalani karier sebagai konselor.

Kondisi di lapangan menunjukkan bahwa tidak sedikit mahasiswa yang mengalami stres, kesulitan menyelesaikan tugas tepat waktu, bahkan kehilangan motivasi belajar karena kurangnya kemampuan dalam mengatur diri. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan akademik saja tidak cukup. Mahasiswa membutuhkan keterampilan untuk mengelola diri agar mampu menghadapi berbagai tekanan dan tantangan yang muncul selama proses pendidikan. Dalam hal ini, penguatan self management menjadi langkah strategis yang harus diperhatikan oleh lembaga pendidikan. Penguatan self management dapat dilakukan melalui

berbagai pendekatan, seperti pelatihan manajemen waktu, konseling mentoring pengembangan antarmahasiswa, diri, atau integrasi nilai-nilai Islami dalam proses pembelajaran. Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam perlu mendapatkan pembinaan secara berkelanjutan agar mereka bisa mempraktikkan keterampilan self management dalam keseharian. Dukungan dari dosen, pembimbing akademik, serta lingkungan kampus yang kondusif juga sangat diperlukan dalam proses ini.

Nilai-nilai keislaman seperti amanah, istiqamah, dan tanggung jawab sangat relevan dengan konsep self management. Mahasiswa yang mampu mengelola dirinya dengan baik sejatinya sedang menjalankan ajaran Islam dalam bentuk nyata. Dengan demikian, penguatan self management bukan hanya berbicara soal teknis. pengelolaan waktu atau tugas, tetapi juga bagian dari proses pembentukan akhlak dan karakter Islami, Ini menjadi poin penting bagi mahasiswa Bimbingan Konseling Islam yang nantinya akan menjadi figur pembimbing dan panutan di masyarakat.

Secara keseluruhan, penguatan self management merupakan kebutuhan mendesak yang harus dimiliki oleh setiap mahasiswa Bimbingan Konseling Islam. Kemampuan ini tidak hanya berdampak pada peningkatan kedisiplinan belajar, tetapi juga membentuk pribadi yang siap menjalani peran profesional di masa depan. Oleh karena itu, program studi, dosen, dan institusi pendidikan harus bersama-sama menciptakan strategi yang efektif untuk membekali mahasiswa dengan keterampilan manajemen diri sejak awal perkuliahan.

#### **D. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa self management memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kedisiplinan belajar mahasiswa. Mahasiswa yang mampu mengelola waktunya dengan baik, menjaga motivasi belajar, serta mampu mengendalikan diri dari gangguan belajar menunjukkan tingkat kedisiplinan yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang tidak memiliki keterampilan tersebut. Kedisiplinan belajar tercermin dari kehadiran yang teratur, keteraturan dalam mengerjakan tugas, serta kepatuhan terhadap aturan akademik.

Semua indikator ini terbentuk secara konsisten pada mahasiswa yang memiliki pengelolaan diri yang baik. Dengan kata lain, semakin tinggi. tingkat self management mahasiswa maka semakin tinggi pula tingkat. kedisiplinan belajarnya. Penelitian ini juga menegaskan pentingnya pembinaan karakter di perguruan tinggi, khususnya pada program studi Bimbingan Konseling Islam, yang memiliki peran strategis dalam mencetak calon konselor yang tidak hanya kompeten secara akademik, tetapi juga unggul dalam hal

kepribadian dan integritas. mendukung keberhasilan akademik dan pembentukan karakter Islami yang kuat.

#### **E. DAFTAR PUSTAKA**

- Adirama, D. R., Dharmayanti, P. A., & Putri, D. A. W. M. (2023). Efektivitas konseling behavioral dengan teknik self-management untuk meningkatkan disiplin belajar siswa. *Jurnal EDUCATIO: Indonesia, Jurnal Pendidikan* 9(1), 590. <https://doi.org/10.29210/1202322995>
- Andini, Y., Mulyani, R. R., & Usman, C. I. (2023). MANAGEMENT PENGARUH SELF TERHADAP KEDISIPLINAN BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS XI DAN XII DI SMA NEGERI 12 SIJUNJUNG. 6.
- Anggraini, A., Dalimunthe, R. Z., & Nurmala, M. D. (2022). Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik Self-management Terhadap Perilaku Agresif Siswa. *Journal of Education and Counseling (JECO)*, 2(1), 125-132. <https://doi.org/10.32627/jeco.v2i1.64>
- Apriliani, N., Wicaksono, A. S., & Amelasasih, P. (2022). Pengaruh Academic Self-Management Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMK PGRI 1 Gresik. *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi)*. 17(1), 54. <https://doi.org/10.30587/psikosains.v17i1.4565>
- Fahmi, J. Z., Ramli, M., & Hidayah, N. (2019). Teknik Self-Management sebagai Upaya Mereduksi Gaya Hidup Hedonis Siswa SMA *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 4(10), 1408. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v4i10.12887>
- Fitriani, M., Khairun, D. Y., & Handoyo, A. W. (2023). PENGARUH TEKNIK SELF MANAGEMENT UNTUK MENGURANGI AKADEMIK. 9(2). PROKRASINASI
- Ing, S. (2019). *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia* Vol 4 No 2, Oktober 2019, 4(2).
- Krismonicasari, J. A. (2020). PENGARUH PENGGUNAAN STRATEGI SELF-MANAGEMENT DALAM KONSELING KELOMPOK TERHADAP MINAT BELAJAR SISWA SMP.
- Nanda, Y. R., Syahrman, S., & Afriyati, V. (2021). PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF MANAGEMENT TERHADAP PEMANFAATAN WAKTU SENGGANG SISWA KELAS IX A SMP NEGERI 5 BENGKULU SELATAN. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 4(3), 283-292. <https://doi.org/10.33369/consilia.4.3.283-292>
- Nento, A., Dunggio, A. A. L., & Bombae, R. (2023). Pengaruh Teknik Self-Management terhadap

Kecanduan Game Online Siswa di Madrasah Aliyah Yppt Ledo.

- Sari, W. P., & Yakub, E. (2023). Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Management untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa MTs.
- Sinuhaji, B. C., Dharsana, I. K., & Suarni, N. K. (2023). Pengaruh Konseling Behavioral Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di SMA Negeri 4 Singaraja. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(1), 452. <https://doi.org/10.29210/1202323017>
- Suryaning, M., & Kholisna, T. (2023). PELATIHAN SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR SISWA. *Psikodinamika: Jurnal Literasi Psikologi*, 3(2). <https://doi.org/10.36636/psikodinami.ka.v3i2.2189>
- Swara, H. Y., S., & Yulianti, P. D. (2020). LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF-MANAGEMENT PROKRASINASI TERHADAP AKADEMIK. *Indonesian Journal Of Educational Research and Review*, 3(1), 77. <https://doi.org/10.23887/ijerr.v3i1.24885>
- Umam, A. K. U., Muhimmatul Hasanah, & Musbikhin. (2023). Teknik Self-Management pada Layanan Konseling untuk Peningkatan Kedisiplinan Siswa. *AL-MURABBI: Jurnal Studi Kependidikan dan Keislaman*, 9(2), 57-66. <https://doi.org/10.53627/jam.v9i2.4974>