



## Upaya Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa

Fitrotun Na'imah<sup>1</sup>, Risanatin Ningsih<sup>2</sup>, Nora Yuniar Setyaputri<sup>3</sup>

Universitas Nusantara PGRI Kediri<sup>123</sup>

fnaimah0395@gmail.com<sup>1</sup>, risadyne@gmail.com<sup>2</sup>, setyaputrinora@gmail.com<sup>3</sup>

### ABSTRACT

*One of the key factors that influences students' success in pursuing education is discipline in learning. This learning discipline reflects order and the ability to control oneself during the learning process, which is formed from an attitude of obedience, obedience, and awareness of the rules, both originating from oneself and the surrounding environment. However, in reality there are still students who experience difficulties in maintaining study discipline, such as cheating behavior, talking to friends during learning, and being late in submitting assignments. This conceptual study aims to examine various steps that can be taken to improve student learning discipline. There are two factors that influence student learning discipline, namely factors from within (intrinsic) and factors from outside (extrinsic). Among the ways that can be taken to improve student learning discipline is through the application of modeling techniques, positive reinforcement, and group guidance and counseling services.*

---

**Keywords:** learning discipline, student

---

### ABSTRAK

Salah satu faktor kunci yang memengaruhi keberhasilan siswa dalam menjalani pendidikan adalah disiplin dalam belajar. Disiplin belajar ini mencerminkan keteraturan dan kemampuan mengendalikan diri selama proses pembelajaran, yang terbentuk dari sikap patuh, taat, serta kesadaran terhadap aturan, baik yang bersumber dari diri sendiri maupun lingkungan sekitar. Namun, pada kenyataannya masih terdapat siswa yang mengalami kesulitan dalam menjaga disiplin belajar, seperti perilaku mencontek, berbicara dengan teman saat pembelajaran berlangsung, serta terlambat dalam mengumpulkan tugas. Kajian konseptual ini bertujuan untuk menelaah berbagai langkah yang dapat diambil guna meningkatkan disiplin belajar siswa. Terdapat dua faktor yang memengaruhi disiplin belajar siswa, yaitu faktor dari dalam diri (intrinsik) dan faktor dari luar (ekstrinsik). Diantara cara yang dapat ditempuh dalam meningkatkan disiplin belajar siswa adalah melalui penerapan teknik *modelling*, *positive reinforcement*, dan layanan bimbingan dan konseling kelompok.

---

**Kata Kunci:** disiplin belajar, siswa

---

### PENDAHULUAN

Salah satu faktor utama keberhasilan siswa dalam menjalani proses pendidikan adalah disiplin belajar. Disiplin belajar dapat diartikan sebagai kemampuan siswa untuk mengatur waktu, energi, dan perhatian secara konsisten agar dapat mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan.



Siswa yang memiliki disiplin belajar yang tinggi cenderung lebih fokus, tekun, dan bertanggung jawab dalam menjalani proses pembelajaran.

Kenyataannya terdapat siswa yang masih menghadapi kendala dalam mempertahankan disiplin belajarnya. Permasalahan berkaitan dengan disiplin belajar pada siswa diantaranya perilaku mencontek, saat kegiatan belajar di kelas berbincang dengan teman, dan terlambat saat mengumpulkan tugas (Anwaroti & Humaisi, 2020). Monawati, Elly dan Wahyuni (Anjani dkk, 2020) ciri-ciri perilaku tidak disiplin dalam belajar pada siswa ditunjukkan melalui perilaku membolos, menciptakan kegaduhan di dalam kelas, tidak mempunyai jadwal belajar yang teratur, kebiasaan mengerjakan tugas pekerjaan rumah di sekolah, terlambat dan saat ujian berlangsung mencontek jawaban temannya.

Berdasarkan latar belakang diatas, akan dipaparkan kajian konseptual berjudul "Upaya Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa". Tujuan dari kajian konseptual ini adalah untuk mengkaji upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan disiplin belajar siswa berdasarkan pada penelitian terdahulu dan telah terbukti dapat meningkatkan disiplin belajar siswa.

## PEMBAHASAN

### 1. Definisi Disiplin Belajar

Menurut Wibisono (Aini, 2023) disiplin belajar merupakan sebuah keadaan yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan, dan ketertiban dalam belajar. Menurut Hudaya (Azmii & Utami, 2022) disiplin belajar merujuk pada kemampuan seseorang untuk mengontrol diri selama proses pembelajaran, baik melalui aturan yang ditetapkan sendiri maupun yang berasal dari lingkungan.

Menurut Mulyasa (Saputri, 2021) disiplin belajar merujuk pada kondisi keteraturan dalam proses pendidikan yang ditandai dengan kepatuhan terhadap norma atau aturan, baik yang bersifat eksplisit maupun implisit, guna membentuk perubahan perilaku yang positif. Disiplin belajar mencakup serangkaian sikap dan perilaku siswa yang mencerminkan kepatuhan serta ketaatan dalam menjalankan proses pembelajaran secara konsisten, baik di lingkungan sekolah maupun di luar, yang didorong oleh kesadaran pribadi tanpa adanya unsur paksaan (Ma'sunah, 2015; Anwaroti dan Humaisi, 2020).

Dari uraian tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa disiplin dalam belajar merupakan kondisi keteraturan dan pengendalian diri dalam proses belajar yang terbentuk melalui perilaku ketaatan, kepatuhan, dan kesadaran terhadap aturan baik yang berasal dari diri sendiri maupun dari luar. Disiplin belajar meliputi perilaku yang menunjukkan keteraturan, dan ketertiban dalam belajar secara konsisten, bukan karena paksaan, melainkan didasarkan pada kesadaran individu.



## 2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Disiplin Belajar Siswa

Dua aspek yang memengaruhi disiplin belajar siswa, yaitu faktor intrinsik dan ekstrinsik. Faktor intrinsik merupakan aspek yang muncul dari dalam diri siswa sendiri, sedangkan faktor ekstrinsik berasal dari lingkungan atau pengaruh luar diri siswa. (Sugiarto dkk, 2019).

Menurut Suradi (Ardiansyah, 2013; Jaya & Suharso, 2018) disiplin belajar dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya faktor psikologis dan fisiologis yang termasuk dalam kategori faktor intrinsik. Di samping itu, terdapat pula faktor sosial dan non-sosial yang tergolong sebagai faktor ekstrinsik.

## 3. Upaya yang Dapat Dilakukan untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa

### a. Teknik Modeling

Disiplin belajar siswa dapat ditingkatkan melalui pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling. Teknik modeling adalah metode untuk mengubah perilaku dengan melibatkan proses meniru atau meneladani perilaku tertentu. Terdapat tiga jenis teknik modelling yang dapat diterapkan, yakni *overt modelling*, *symbolic modelling* dan *covert modelling* (Dwiva & Setyaputri, 2022).

Penelitian Mirta dkk (2022) menunjukkan bahwa salah satu bentuk teknik modeling, yaitu teknik modeling simbolis, efektif dalam meningkatkan disiplin belajar siswa. Sebelum teknik modeling simbolis diterapkan, tingkat disiplin belajar siswa berada pada kategori rendah, namun mengalami peningkatan hingga mencapai kategori tinggi setelah penerapannya..

### b. Positive Reinforcement

Menurut Asrori (Mardilla dkk, 2021) *positive reinforcement* atau penguatan positif merujuk pada stimulus yang diberikan dengan tujuan untuk meningkatkan frekuensi suatu perilaku. Dalam konteks pendidikan, penguatan positif merupakan bentuk respons positif dari guru baik secara verbal maupun nonverbal, yang diberikan kepada siswa yang menunjukkan perilaku terpuji atau prestasi belajar yang baik. Pemberian penguatan ini berfungsi sebagai sumber motivasi bagi siswa untuk mempertahankan dan bahkan meningkatkan perilaku positif tersebut.

### c. Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok

#### 1) Teknik *Role Playing*

Jill Hadfield (Chadija & Agustin 2012; Arjanto & Somae, 2020) mengemukakan bahwa *role playing* merupakan adalah metode bermain peran yang mengandung tujuan, aturan, serta unsur kesenangan. Melalui teknik ini, siswa memerankan tokoh tertentu dengan menirukan dan mengembangkan peran berdasarkan permasalahan yang dihadapi, khususnya terkait



dengan disiplin belajar. Disiplin belajar siswa terbukti efektif dapat ditingkatkan dengan menerapkan *role playing*, yang ditunjukkan melalui peningkatan setelah intervensi dilakukan.

## 2) Teknik *Self Management*

Menurut Yates, *Self management* adalah kemampuan individu dalam mengendalikan perasaan, pikiran, dan berbagai keterampilan yang dimiliki untuk mencapai tujuan tertentu. Dalam konteks ini, tujuan individu adalah mengatur diri sendiri terkait proses belajar agar disiplin belajar dapat meningkat.

Pelatihan *self management* telah terbukti efektif dalam meningkatkan disiplin belajar siswa, yang terlihat dari peningkatan skor disiplin belajar setelah dilakukan intervensi. Prosedur yang digunakan dalam pelaksanaan pelatihan *self management* disusun berdasarkan tahapan yang dikembangkan oleh Yates yaitu, *building rapport and goal setting, self monitoring, self analysis, self change, self maintenance*, lalu penutup dan kristalisasi (Anjani dkk, 2020).

Anggraini & Daulay (2023) dalam studi mereka mengenai disiplin belajar siswa menjelaskan bahwa layanan konseling kelompok yang menggunakan teknik *self management* efektif dalam meningkatkan disiplin belajar siswa. Selain itu, layanan bimbingan kelompok dengan penerapan teknik *self management* juga memberikan hasil yang positif, terbukti dari peningkatan tingkat disiplin belajar siswa yang awalnya berada pada kategori sedang menjadi kategori tinggi setelah layanan tersebut dilakukan (Suhardi, 2022).



## KESIMPULAN DAN SARAN

Disiplin belajar adalah kondisi keteraturan dan pengendalian diri dalam proses belajar yang terbentuk melalui perilaku ketaatan, kepatuhan, dan kesadaran terhadap aturan baik yang berasal dari diri sendiri maupun dari luar. Disiplin belajar meliputi perilaku yang menunjukkan keteraturan, dan ketertiban dalam belajar secara konsisten, bukan karena paksaan, melainkan didasarkan pada kesadaran individu. Terdapat dua faktor yang mempengaruhi disiplin belajar siswa yakni faktor instrinsik dan faktor ekstrinsik. Upaya yang dapat dilakukan dalam meningkatkan disiplin belajar yakni dengan teknik *modelling*, positive reinforcement, dan layanan bimbingan dan konseling kelompok.

Hasil kajian tentang upaya-upaya dalam meningkatkan disiplin belajar siswa ini dapat menjadi opsi dalam pemberian layanan kepada siswa agar disiplin belajarnya meningkat. Selain itu dapat digunakan sebagai referensi bagi pihak sekolah dalam mengambil kebijakan berkaitan dengan peningkatan disiplin belajar siswa.

## DAFTAR RUJUKAN

- Aini, Nurul. 2023. *Pengaruh Disiplin Belajar terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam Siswa SDN 104 Tampawulu Kecamatan Poleang Utara Kabupaten Bombana*. Kendari: IAIN Kendari.
- Anggraini, A., & Daulay, N. 2023. *Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa*. *JPE (Jurnal Pendidikan Edutama)*: 10(2). <http://ejurnal.ikippgrbojonegoro.ac.id/index.php/JPE>
- Anjani, W.S., Arumsari, C., & Imaddudin, A. 2020. *Pelatihan Self Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa*. *Journal of Innovative Counseling Theory, Practice & Research*: 4(1). 41–56. [http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative\\_counseling](http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling).
- Anwaroti, I. & Humaisi, S. 2020. *Meningkatkan Disiplin Belajar melalui Konsep Diri Siswa*. *ASANKA (Journal of Science and Education)*: 1(2). 115–126. <https://jurnal.iainponorogo.ac.id/index.php/asanka/article/view/2204>.
- Arjanto, P., & Somae, F., F. 2020. *Penerapan Teknik Role-Playing Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa SMP*. *Jurnal Konseling Komprehensif (Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling)*: 7(2). 35–46. <https://ejurnal.unsri.ac.id/index.php/jkonseling/index>.
- Azmii, R., & Utami, R., D. 2022. *Penguatan Disiplin dalam Pembelajaran Melalui Penerapan Rules and Procedures Pada Siswa Sekolah Dasar*. *Jurnal Basicedu*: 6(4). 6320–6328. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i4.3238>
- Dwiva, T.T. & Setyaputri, N.Y. 2022. *Upaya Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa dengan Teknik Modelling*. 425–428. <https://proceeding.unpkediri.ac.id/index.php/semdikjar/article/download/1968/1311/6109>.



- Jaya, T.P. & Suharso. 2018. *Persepsi Siswa tentang Faktor yang Mempengaruhi Disiplin Belajar pada Siswa Kelas XI*. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling*. 7(3): 30-35. <https://journal.unnes.ac.id/sju/jbk/article/view/19535>.
- Mardilla, M., Darmiany, & Husniati. *Hubungan Antara Reinforcement Positif Dengan Disiplin Belajar Siswa Kelas V Pada Mata Pelajaran Matematika di SDN 19 Rabangodu Utara Kota Bima*. <https://doi.org/10.29303/jipp.v6i3.289>.
- Mirta, I., Saman, A., & Sinring, A. 2022. *Penerapan Teknik Modeling Simbolis Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa di SMP Negeri 2 Tamalatea*. *Pinisi Journal of Education*. 1–10. [https://eprints.unm.ac.id/25356/1/Israwati%20Mirta\\_Artikel%20Ilmiah%20Skripsi\\_1644042008.pdf](https://eprints.unm.ac.id/25356/1/Israwati%20Mirta_Artikel%20Ilmiah%20Skripsi_1644042008.pdf).
- Saputri, Sherly. 2021. *Hubungan antara Kesadaran Diri dengan Disiplin Belajar pada Siswa Kelas VIII di MTsN 2 Kota Jambi*. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*. 6(3): 537–545. <https://doi.org/10.29303/jipp.v6i3.289>.
- Sugiarto, A.P., Suyati, T., & Yulianti, P.D. 2019. *Faktor Kedisiplinan Belajar pada Siswa Kelas X SMK Larenda Brebes*. *Jurnal Mimbar Ilmu*. 24 (2): 232–238. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/MI/article/view/21279>.
- Suhardi, Hardiyanti. 2022. *Pengaruh Teknik Self Management Dalam Bimbingan Kelompok Terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa di SMAN 3 Makassar*. <https://eprints.unm.ac.id/24589/>.