

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dan diajukan pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten, ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya tulis ilmiah pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini telah saya sebutkan kutipannya secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku di bidang penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiarisme atau mencontek karya tulis orang lain, saya bersedia untuk menerima sanksi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang saya terima atau sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 23 April 2021

Penulis

SILKI FERRA YUSTIKA SARI

NIM : 171340103

ABSTRAK

Nama : Silki Ferra Yustika Sari, NIM : 171340103, Judul Skripsi : **“Konseling *Behavioral* dengan Teknik *Self-management* dalam Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Remaja di Masa Pandemi Covid-19”** (Studi di Desa Jatiwaringin Kecamatan Mauk Kabupaten Tangerang Banten), Tahun 2020-2021.

Masa pandemi Covid-19 mengakibatkan berlakunya *work from home* atau *school from home*. Sejak pertama kali diumumkan adanya pandemi Covid-19 di Indonesia pada bulan Maret 2020 sehingga dilaksanakannya Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ). Hal tersebut mempengaruhi tanggung jawab belajar remaja, karena belum terbiasa melaksanakan sistem Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ).

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah: 1) Bagaimana tanggung jawab belajar remaja di masa pandemi Covid-19? 2) Bagaimana proses konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* dalam meningkatkan tanggung jawab belajar remaja di masa pandemi Covid-19? 3) Bagaimana hasil dari konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* dalam meningkatkan tanggung jawab belajar remaja di masa pandemi Covid-19?

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan dari penelitian ini adalah: 1) Untuk mengetahui tanggung jawab belajar remaja di masa pandemi Covid-19. 2) Untuk mengetahui proses konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* dalam meningkatkan tanggung jawab belajar remaja di masa pandemi Covid-19. 3) Untuk mengetahui hasil dari konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* dalam meningkatkan tanggung jawab belajar remaja di masa pandemi Covid-19.

Dalam penelitian ini, menggunakan metode penelitian kualitatif dengan melakukan tindakan terhadap objek penelitian. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dapat di simpulkan bahwa: 1) Remaja di Desa Jatiwaringin Kecamatan Mauk belum memiliki tanggung jawab belajar yang baik, indikatornya adalah tidak dapat membagi waktu dengan baik, tidak mempunyai inisiatif untuk belajar 2) Proses pelaksanaan bimbingan konseling ini dilaksanakan dalam empat kali pertemuan. Pertemuan pertama yaitu asesmen, pertemuan kedua menentukan tujuan dan implementasi teknik *self-management*. Pertemuan ketiga melakukan tindak lanjut dan kontroling. Pertemuan keempat evaluasi dan pengakhiran. 3) Penerapan teknik *self-management* dalam meningkatkan tanggung jawab belajar remaja di masa pandemi Covid-19, berdampak positif terhadap responden, mereka mengalami perubahan diantaranya mulai dapat membagi waktu dengan baik, mempunyai inisiatif untuk belajar.

ABSTRACT

Silki Ferra Yustika Sari, SRN: 171340103, Thesis Title: **Behavioral Counseling with Self-management Techniques to Improve Adolescent Learning Responsibilities during the Covid-19 Pandemic** (Study in Jatiwaringin Village, Mauk District, Tangerang Regency, Banten), 2020-2021.

The Covid-19 pandemic period resulted in the enactment of work from home or school from home. Since it was first announced the Covid-19 pandemic in Indonesia on March 2020, Distance Learning was implemented. This affects the learning responsibilities of adolescents, because they are not used to implementing the Distance Learning system.

Based on the description above, the formulation of the research problems are: 1) What is the learning responsibility of adolescents during the Covid-19 pandemic? 2) How is the behavioral counseling process with self-management techniques to improve adolescent learning responsibilities during the Covid-19 pandemic? 3) What are the results of Behavioral Counseling with Self-management Techniques to Improve Adolescent Learning Responsibilities during the Covid-19 Pandemic?

In reference to the afro-mentioned research problems, this research is aimed at: 1) To determine the learning responsibilities of adolescents during the Covid-19 pandemic. 2) To find out the behavioral counseling process with self-management techniques to improve the learning responsibilities of adolescents during the Covid-19 pandemic 3) To find out the results of behavioral counseling with self-management techniques to improve adolescent learning responsibilities during the Covid-19 pandemic.

To answer the question, the researcher used qualitative research methods as the object of research. Data collection techniques used were observation, interviews, and documentation.

After conducting the research, the researcher can conclude that: 1) The learning responsibilities of adolescents during the Covid-19 pandemic in Jatiwaringin Village, Mauk District, Tangerang Regency, Banten include, not being able to share time well, not having the initiative to learn. 2) The process of implementing this counseling guidance is carried out in four meetings. The first meeting is assessment, the second meeting determines the objectives and implementation of self-management techniques. The third meeting conducted follow-up and controlling. The fourth meeting is evaluation and closure. 3) The results of implementing self-management techniques in increasing the learning responsibility of adolescents during the Covid-19 pandemic, had a positive impact on respondent, they experienced changes, began to be able to share their time well, initiatives to learn.



**FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN**

Nomor : Nota Dinas

Lam :

Hal : **Uji Skripsi**

a.n. Silki Ferra Yustika Sari

NIM : 1713140103

Kepada Yth

Dekan Fakultas Dakwah

UIN SMH Banten

Di-

Serang

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan menganalisa serta mengadakan koreksi seperlunya, kami berpendapat bahwa skripsi Saudari **Silki Ferra Yustika Sari** yang berjudul: **Konseling Behavioral dengan Teknik Self-management dalam Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Remaja di Masa Pandemi Covid-19** (Studi di Desa Jatiwaringin Kecamatan Mauk Kabupaten Tangerang Banten), telah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqosah pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Demikian atas segala perhatian Bapak kami ucapkan terima kasih

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Serang, 01 April 2021

Pembimbing I

Pembimbing II

Asep Furqonuddin, S. Ag, M.M.Pd
NIP. 19780512 200312 1 001

Hilda Rosida, S.S., M.Pd
NIP. 19831121 201101 2 011

**KONSELING *BEHAVIORAL* DENGAN
TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* DALAM
MENINGKATKAN TANGGUNG JAWAB BELAJAR
REMAJA DI MASA PANDEMI COVID-19**
(Studi di Desa Jatiwaringin Kecamatan Mauk Kabupaten Tangerang Banten)

Oleh:

SILKI FERRA YUSTIKA SARI
171340103

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

Asep Furqonuddin, S. Ag, M.M.Pd
NIP. 19780512 200312 1 001

Hilda Rosida, S.S., M.Pd
NIP. 19831121 201101 2 011

Mengetahui,

Dekan Fakultas Dakwah

Ketua Jurusan
Bimbingan Konseling Islam

Dr. H. Suadi Sa'ad, M.Ag
NIP.19631115 199403 1 002

H. Agus Sukirno, S.Ag, M.Pd
NIP.19730328 201101 1 001

PENGESAHAN

Skripsi a.n Silki Ferra Yustika Sari, NIM: 171340103, judul skripsi: **Konseling *Behavioral* dengan Teknik *Self-management* dalam Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Remaja di Masa Pandemi Covid-19** (Studi di Desa Jatiwaringin Kecamatan Mauk Kabupaten Tangerang Banten). Telah diujikan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 23 April 2021. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana sosial (S.Sos) pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 23 April 2021

Sidang Munaqasyah,

Ketua Merangkap Anggota,

Sekretaris Merangkap Anggota,

Iwan Kosasih, S.Kom, M.M.Pd
NIP.19730328 201101 1 001

Imalatul Khairat, M.Pd
NIP.19900420 201903 2 018

Anggota

Penguji I

Penguji II

A.M Fahrurrozi, M.A
NIP. 19750604 200604 1 001

H. Agus Sukirno, S.Ag, M.Pd
NIP.19730328 201101 1 001

Pembimbing I

Pembimbing II

Asep Furqonuddin, S. Ag, M.M.Pd
NIP. 19780512 200312 1 001

Hilda Rosida, S.S., M.Pd
NIP. 19831121 201101 2 011

MOTTO HIDUP

أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ ﴿١١٥﴾

*“Maka Apakah kamu mengira, bahwa Sesungguhnya Kami
menciptakan kamu secara main-main (saja),
dan bahwa kamu tidak akan dikembalikan kepada kami?”*
(Q.S. Al-Mu’minun (23):115)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucap syukur kepada Allah SWT dan sholawat kepada Nabi Muhammad SAW, kupersembahkan skripsi ini untuk kedua orang tua tercinta, Appaku Encuk Sukra dan Ummiku Siti Sulsiyah, yang senantiasa tiada henti menjadi penyemangat dan mendo'akanku dalam setiap sujudnya. Terimakasih atas segala usaha dan kasih sayang yang tiada pernah ada batasnya untuk anak-anakmu.

Untuk ceuceuku Siska Nurul Rizqitaniyah S.H yang selalu memberikan arahan dan dukungan dalam perkuliahanku, Adikku Septiyas Nasrul Yusuf dan Serli Feriska Dewinta, yang telah mendukung untuk menyelesaikan studiku ini.

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Silki Ferra Yustika Sari, lahir di Tangerang, 28 Februari 2000. Penulis beralamat di Blok. Nunut Rt/Rw 04/03. Kecamatan Mauk, Kabupaten Tangerang Banten. Penulis merupakan anak kedua dari empat bersaudara dari pasangan Bapak Encuk Sukra dan Ibu Siti Sulsiyah.

Jenjang pendidikan formal yang ditempuh penulis di SDN Jatigintung IV lulus tahun 2012, MTs Negeri Rajeg lulus tahun 2014, MAN 3 Tangerang lulus 2017, kemudian penulis melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten mengambil jurusan Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah.

Selama menjadi mahasiswa di perguruan tinggi tersebut, penulis mengikuti Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Gesbica sebagai ketua unit Seni Rupa tahun 2019 dan anggota bidang PAO tahun 2020, penulis juga mengikuti organisasi eksternal Himpunan Mahasiswa Tangerang (HIMATA) sebagai anggota PAO, dan sekretaris Mentri Pemberdayaan Perempuan (MEN-PP) DEMA UIN SMH Banten tahun 2020. Demikian riwayat hidup yang pernah penulis jalani selama menempuh jenjang pendidikan Perguruan Tinggi Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Segala puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan karunia nikmat sehat jasmani dan rohani, serta nikmat iman dan islam sehingga sampai saat ini dapat hidup dalam lindungan-Nya. Shalawat dan salam semoga tetap tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang merupakan cahaya kehidupan hingga akhir zaman kelak.

Alhamdulillah, dengan penuh rasa syukur penulis dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi dari hasil penelitian sebagai salah satu syarat Sarjana Sosial (S.Sos) pada jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) tahun 2021 atas dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Fauzul Iman, M.A. Rektor Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang telah mengelola Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Dr. H. Suadi Sa'ad, M.Ag. Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang telah memberikan persetujuan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.
3. H. Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd. Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang telah memberikan pengarahan kepada penulis.
4. Bapak Asep Furqonuddin, S, Ag, M.M.Pd selaku pembimbing I dan Ibu Hilda Rosida, S.S., M.Pd selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktunya, memberikan bimbingan, motivasi kepada

penulis dengan penuh kesabaran, tenaga dan pikirannya dalam memberikan arahan untuk menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

5. Segenap Dosen dan Staff Jurusan Bimbingan Konseling Islam, yang telah mengajarkan ilmunya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan studi dan skripsi ini.
6. Kedua orang tua serta keluarga yang senantiasa tiada hentinya memberikan do'a dan motivasi baik moril maupun materil sehingga penulis dapat menyelesaikan studi dan skripsi ini.
7. Untuk kamu yang senantiasa memberikan dukungan, do'a serta motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Seluruh teman-teman BKI A 2017 dan UKM GESBICA yang telah mengisi masa perkuliahan dengan banyak cerita serta pengalaman.
9. Seluruh rekan, kerabat dan teman-teman yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Serang, 23 April 2021

Penulis

SILKI FERRA YUSTIKA SARI
171340103

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
NOTA DINAS	iv
LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQOSAH	v
LEMBAR PENGESAHAN.....	vi
MOTTO.....	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
RIWAYAT HIDUP.....	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian.....	11
E. Kajian Pustaka	12

F. Kerangka Teori.....	14
G. Metodologi Penelitian.....	18
H. Sistematika Penulisan.....	22
BAB II LANDASAN TEORI	24
A. Pengertian Bimbingan dan Konseling	24
1. Pengertian Bimbingan	24
2. Pengertian Konseling	25
3. Pengertian Bimbingan dan Konseling	26
4. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam	27
B. Pendekatan Behavioral dengan Teknik <i>Self-management</i>	30
1. Pendekatan Behavioral	30
2. Pengertian Pengelolaan Diri (<i>Self-management</i>)	38
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengelolaan Diri (<i>Self-management</i>).....	44
4. Tahap-Tahap Pengelolaan Diri (<i>Self-management</i>)	45
C. Tanggung Jawab Belajar	47
1. Pengertian Tanggung Jawab	47
2. Pengertian Belajar	48
3. Ciri-ciri Tanggung Jawab Belajar	50
4. Faktor-Faktor yang dapat Mempengaruhi Proses Belajar	52
D. Remaja	46

E. Pandemi Covid-19	62
1. Pandemi Covid-19	62
2. Gejala Covid-19	64
3. Pendidikan di Masa Pandemi Covid-19	65
BAB III GAMBARAN UMUM RESPONDEN	67
A. Profil Responden	67
B. Tanggung Jawab Belajar Remaja di Masa Pandemi Covid-19	74
BAB IV KONSELING <i>BEHAVIORAL</i> DENGAN TEKNIK <i>SELF-</i>	
<i>MANAGEMENT</i>	82
A. Proses Penerapan Konseling <i>Behavioral</i> dengan Teknik <i>Self-</i>	
<i>Management</i>	82
B. Hasil Penerapan Konseling <i>Behavioral</i> dengan Teknik <i>Self-</i>	
<i>Management</i>	103
BAB V PENUTUP	108
A. Kesimpulan	108
B. Saran	109

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Kerangka Teori	17
Tabel 3.1 Profil Responden.....	74
Tabel 3.2 Tanggung Jawab Responden Sebelum Melaksanakan Proses Konseling	80
Tabel 4.1 Hasil Konseling Individual dengan Pendekatan Behavioral dan Teknik <i>Self-management</i>	106