



Implementasi Teknik *Self Management* untuk Mengurangi Perilaku Bolos pada Siswa

M. Azril Habib¹, Yusria Ningsih²

^{1,2}Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

E-mail: azrilhabib342@gmail.com

Article Info

Article history:

Received November 29, 2025

Revised December 06, 2025

Accepted December 11, 2025

Keywords:

Truancy Behavior, Self Management, Juvenile Delinquency

ABSTRACT

Truancy behavior is a behavior that is included in violating social norms. Truancy behavior has a negative impact on student achievement and discipline. Truancy behavior is classified as juvenile delinquency which has the highest level of juvenile delinquency. This study aims to determine the effectiveness of Self Management techniques in reducing truancy behavior in students. The approach used in this study is a qualitative case study approach. The subjects in this study were 12th grade students at MAN 4 Jombang who had a habit of truancy. Data collection techniques used in this study were interviews, observations, and documentation which were then analyzed using the Miles and Huberman model. The results of this study indicate that truancy behavior is caused by several factors, namely internal factors such as the habit of staying up late at night so that students wake up late and external factors such as fear of punishment for being late. Through the application of self-management, students can learn to manage their time better, increase awareness of their responsibilities as students, and reduce truancy behavior which has been a major problem. It can be concluded that self-management techniques have proven effective in reducing truancy behavior in students. Thus, this technique can be used as an alternative strategy for guidance and counseling services in reducing truancy behavior in students at school.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Article Info

Article history:

Received November 29, 2025

Revised December 06, 2025

Accepted December 11, 2025

ABSTRACT

Perilaku membolos merupakan perilaku yang termasuk dalam melanggar norma-norma sosial. Perilaku membolos memberikan dampak negatif terhadap prestasi dan kedisiplinan siswa. Perilaku membolos digolongkan sebagai kenakalan remaja yang memiliki

**Kata Kunci:**

Perilaku Membolos, Self Management, Kenakalan Remaja

tingkat paling tinggi dari kenakalan remaja lainnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas teknik Self Management dalam mengurangi perilaku membolos pada siswa. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kualitatif jenis studi kasus. Subjek pada penelitian ini yaitu siswa kelas 12 di MAN 4 Jombang yang memiliki kebiasaan membolos. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi yang kemudian di analisis menggunakan model Miles dan Huberman. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku membolos disebabkan oleh beberapa faktor yaitu internal seperti kebiasaan begadang di malam hari sehingga membuat siswa telat bangun dan faktor eksternal seperti takut terhadap hukuman karena terlambat. Melalui penerapan self management, siswa dapat belajar untuk mengatur waktu dengan lebih baik, meningkatkan kesadaran terhadap tanggung jawabnya sebagai pelajar, serta mengurangi perilaku bolos yang selama ini menjadi permasalahan utama. Dapat disimpulkan bahwa teknik self management terbukti efektif dalam mengurangi perilaku bolos pada siswa. Dengan demikian, teknik ini dapat dijadikan alternatif strategi layanan bimbingan dan konseling dalam mengurangi perilaku bolos pada siswa di sekolah.

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.

**Corresponding Author:**

M. Azril Habib

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Email: azrilhabib342@gmail.com

PENDAHULUAN

Pendidikan mempunyai peran yang sangat penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia dan mewujudkan cita-cita bangsa Indonesia dalam mewujudkan kesejahteraan umum dan mencerdaskan kehidupan bangsa. Sekolah merupakan bagian dari pendidikan. Di sekolah inilah tempat berlangsungnya kegiatan belajar mengajar. Bagian inti dalam kegiatan belajar mengajar yaitu guru dan peserta didik. Kegiatan belajar mengajar akan berjalan dengan baik apabila kedua komponen tersebut hadir, jika salah satunya tidak hadir maka akan menjadi hambatan dalam kegiatan belajar mengajar. Dari pandangan tersebut dapat disimpulkan bahwa kehadiran komponen inti dalam proses belajar mengajar sangatlah krusial. Namun, realitas di lapangan saat ini menunjukkan kondisi yang berbeda. Salah satu komponen inti, yaitu peserta didik, seringkali tidak hadir tanpa alasan yang jelas atau tidak dapat dipertanggungjawabkan, yang



biasa disebut dengan membolos. Fenomena siswa yang membolos saat kegiatan belajar mengajar berlangsung di sekolah kini kerap terjadi.¹

Membolos merupakan perilaku yang termasuk dalam melanggar norma-norma sosial karena siswa yang suka bolos sekolah cenderung akan melakukan perbuatan negatif yang merugikan diri nya sendiri maupun orang laun. Menurut Kartono perilaku membolos merupakan perilaku yang melanggar norma-norma sosial sebagai akibat dari proses pengondisian lingkungan yang buruk. Kebiasaan bolos sekolah yang kerap dilakukan oleh siswa akan berdampak buruk bagi kehidupannya disekolah, seperti di hukum, si skorsing, tidak dapat mengikuti ujian, atau bahkan bisa dikeluarkan dari sekolah.²

Menurut Mogulescu & segal (dalam yonan, 2022) menjelaskan bahwa perilaku membolos dianggap sebagai penyebab kenakalan remaja berdasarkan asil penelitian menunjukkan bahwa 75-85% kenakalan remaja merupakan remaja yang sering bolos sekolah. Sebuah study yang dilakukan oleh kementrian sosial RI menunjukkan bahwa bolos sekolah di golongkan sebagai bentuk kenakalan remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Amalia menunjukkan bahwa perilaku membolos relatif tinggi dibandingkan dengan bentuk kenakalan remaja lainnya seperti perkelahian, perjudian, penggunaan narkoba, kehamilan di luar nikah, dan aborsi. Data yang dikumpulkan di *National Institute on Drug Abuse* (NIDA) dilaporkan bahwa remaja yang membolos beresiko mengalami penyalahgunaan narkoba, perilaku seksual, dan depresi.³

Perilaku membolos memiliki banyak faktor penyebab, diantaranya yaitu tidak senang dengan sikap dan perilaku guru, merasa kurang mendapatkan perhatian dari guru, mengalami perilaku tidak adil dari guru, merasa di pojokkan oleh guru, kegiatan pembelajaran yang membosankan, merasa gagal dalam belajar, kurang berminat terhadap pelajaran, mengikuti teman yang membolos, dan lain sebagainya. Penyebab siswa bolos sekolah tidak hanya dilatar belakangi oleh faktor disekolah, ada penyebab lain yang membuat siswa suka membolos sekolah. Menurut Supriyo ada kemungkinan-kemungkinan penyebab dan latar belakang lain yang menjadi timbulnya kasus membolos sekolah, diantaranya yaitu kurang perhatian dari orang tua, terlalu dimanja oelh orang tua, kebebasan yang berlebihan dari orang tua, pengaruh teman, anak yang belum sadar terhadap tanggung jawab sekolah, terpengaruh media sosial, dan lain sebagainya.⁴

Perilaku membolos sekolah ini juga terjadi karena kurangnya rasa disiplin pada siswa. Oleh sebab itu agar siswa tidak sering membolos lagi maka harus di tingkatkan rasa di siplinnya. Hal

¹ Amaliyah, Hamzah, Fariat, "Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Prilaku Siswa Membolos di SMPN 29 Banjarmasin Tahun pelajaran 2017/2018", Jurnal Mahasiswa BKI An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia, Vol.4, No.1, 2018, hal.2

² Afdhalul Fikri, dkk, "Penerapan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa di SMA Negeri 11 Sidrap", Pinisi Journal Of Education, 2022, hal.02

³ Yonan Rachmawati Putri, "Implementasi konseling Individu Dengan Teknik exception Dalam Mencegah Perilaku Membolos di SMK Muhammadiyah Petahan", Journal Of Countemporary Islamic Counseling, vol.2, No.1, 2022, hal.4

⁴ Arini Nur Andini, Skripsi: Pelaksanaan Konseling Individu dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas XI di MAN 1 Lampung Timur, Lampung: UIN Raden Intan Lmpung, 2023, hal.30-31



tersebut bisa dengan menerapkan teknik Self Management pada siswa. Menurut gie Self Management yaitu “Mendorong diri untuk maju, mengelola seluruh unsur potensi diri, mengendalikan kemampuan guna meraih sesuatu yang di inginkan dan menumbuhkan aspek kehidupan pribadi supaya makin baik”.

Sedangkan menurut Komalasari strategi Self Management merupakan cara untuk membantu seseorang mengubah perilaku nya dengan cara mengatur dan mengawasi dirinya sendiri. Melalui strategi ini seseorang diajarkan memperhatikan apa yang dilakukan, mengontrol hal-hal yang mempengaruhinya serta memberi penghargaan pada diri sendiri setelah berhasil menyelesaikan tugas. Tujuannya agar seseorang bisa berkembang dengan baik dan mampu mengatasi masalah yang dihadapinya.

Strategi ini melibatkan langkah-langkah seperti mengamati diri sendiri (Self Monitoring), memberi semangat atau apresiasi untuk diri sendiri, membuat komitmen pribadi, dan belajar mengendalikan dari luar. Dari penjelasan tersebut dapat di simpulkan bahwa orang yang memiliki Self Management yang baik yaitu seseorang yang dapat mengatur waktu, mampu mengontrol emosi, memiliki inisiatif dan berkomitmen untuk mencapai inisiatif tersebut, kemampuan memantau perilaku diri sendiri.⁵

Menurut Gunarsa, Self Management meliputi pemantauan diri (Self Monitoring), Reinforcement yang positif (Self Reward), Kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (Self Contracting), dan penguasaan terhadap rangsangan (Stimulus Control). Pemantauan Diri (selfmonitoring) merupakan suatu proses konseli mengamati dan mencatat segala sesuatu tentang dirinya sendiri dalam interaksinya dengan lingkungan. dalam pemantauan diri ini biasanya konseli mengamati dan mencatat perilaku masalah, mengendalikan penyebab terjadinya masalah (antecedent) dan menghasilkan konsekuensi. Reinforcement yang positif (self-reward) digunakan untuk membantu konseli mengatur dan memperkuat perilakunya melalui konsekuensi yang dihasilkan sendiri.

Upaya untuk mengurangi perilaku bolos sekolah dengan teknik Self Management dapat dilakukan melalui kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (Self Contracting) melalui beberapa langkah yaitu konseli membuat perencanaan untuk mengubah pemikiran, perilaku, dan perasaan yang di inginkannya, konseli meyakini semua yang ingin di ubahnya, konseli bekerja sama dengan teman atau keluarganya untuk program Self Management, siswa akan menanggung resiko dengan program Self Managementnya, pada dasarnya semua yang konseli harapkan mengenai perubahan pikiran, perilaku dan perasaan adalah untuk konseli itu sendiri, konseli menuliskan peraturan untuk dirinya sendiri selama menjalani proses Self Management.⁶

⁵ Regita Nur Cahyani & Njlatun Nqiyah, “Teknik Self Management Untuk Menangani Membolos Sekolah Pada Peserta Didik”, 2024, hal.106

⁶ Erizka Dwi Rahmawati, Citrawanti Oktavia, dan Ima Fitri Sholichah, “Teknik Self Management Untuk Menurunkan perilaku Membolos Pada Siswa MA”, Jurnal Psikoedukasi dan Konseling, Vol.6, No.2, 2022, hal.124.



Siswa dengan kemampuan self Management yang baik akan mampu untuk mengambil keputusan yang bijaksana termasuk menyadari pentingnya hadir di sekolah, Begitu juga sebaliknya siswa dengan management diri yang rendah lebih mudah tergoda untuk bolos.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif jenis studi kasus. Pendekatan kualitatif adalah cara yang digunakan untuk menggali dan memahami permasalahan yang sedang dihadapi oleh konseli. Pendekatan kualitatif merupakan pendekatan yang hasilnya dijelaskan dalam bentuk kata-kata atau gambar yang bertujuan untuk mendeskripsikan data yang telah diperoleh. Winkel menyebutkan bahwa studi kasus merupakan sebuah cara untuk lebih memahami keadaan dan perkembangan individu serta membantu proses perkembangan selanjutnya.⁷

Pada penelitian ini peneliti mengambil lokasi penelitian yang terletak di Jl. Imam Bonjol, Denanyar Selatan, Denanyar, Kec. Jombang, Kab. Jombang, Jawa Timur yaitu di MAN 4 Jombang. Pada penelitian ini subjek penelitian ini adalah seorang siswa kelas 12 berinisial MF di MAN 4 Jombang yang sering tidak masuk sekolah tanpa alasan yang jelas, guru bimbingan dan konseling, serta wali kelas yang menjadi informan pendukung dalam penelitian ini.

Teknik pengumpulan data merupakan tahap awal dalam sebuah penelitian, hal ini bertujuan untuk mendapatkan sebuah data lengkap untuk menunjang penelitian. Terdapat tiga macam teknik yang digunakan dalam penelitian ini, yakni wawancara mendalam terhadap subjek utama, guru BK dan wali kelas sebagai informan pendukung, observasi mendalam terhadap perilaku konseli, kemudian dokumentasi untuk menunjang data yang telah ada sebelumnya.

Analisis data pada penelitian ini menggunakan model Miles dan Huberman, yang meliputi: (1) Pengumpulan data, yaitu sekumpulan informasi yang memberikan kemungkinan kepada peneliti untuk membuat kesimpulan dan menentukan tindakan. (2) Reduksi data, yaitu proses pemilihan atau pemfokusan dari semua jenis informasi yang mendukung data penelitian. Tindakan ini bertujuan untuk memperjelas dan menyaring informasi penting. (3) Penyajian data, merupakan proses penyusunan informasi yang memberi kemungkinan adanya kesimpulan dalam penelitian kualitatif. Hal ini akan memudahkan peneliti untuk memahami permasalahan yang terjadi dan merencanakan tindakan selanjutnya. (4) Penarikan kesimpulan dan verifikasi, merupakan proses terakhir, penarikan kesimpulan mengambil data yang telah dianalisis dan sudah di cek berdasarkan bukti yang diperoleh di lokasi penelitian.⁸

⁷ Yayan E, dkk, "Layanan Konseling Individu dengan Teknik Self Management untuk Meningkatkan Kontrol Diri (Studi Kasus pada Klien "A" di Yayasan Mitra Mulia Banyuasin)", Jurnal Pendidikan Sosial dan Konseling, Vol. 1, No. 2 (2023): 178

⁸ Rony R, "Implementasi Metode Outdoor Learning dalam Peningkatan Hasil Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di MAN 1 Medan" Jurnal Penelitian, Pendidikan dan Pengajaran, Vol. 3, No. 2 (2022): 149-150



HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Faktor Penyebab Perilaku Bolos

Penelitian ini dilakukan terhadap seorang siswa kelas 12 di MAN 4 Jombang yang memiliki kebiasaan membolos tanpa alasan yang jelas. Siswa ini menjadi subjek utama karena menunjukkan pola ketidakhadiran yang signifikan, yang berdampak pada prestasi akademik dan interaksi sosialnya di lingkungan sekolah. Selanjutnya, peneliti melakukan observasi dan wawancara secara bertahap kepada beberapa sumber yang berbeda.

Mengutip dari Wahyu, ichsani menjelaskan bahwa faktor penyebab kecenderungan membolos pada siswa dapat dibagi menjadi 2 faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berhubungan dengan individu itu sendiri. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang disebabkan oleh pengaruh situasi atau lingkungan sekitar, contohnya adalah keluarga, masyarakat dan teman disekitar.⁹

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan MF dirinya mengaku sering tidak masuk sekolah karna terlambat. Berdasarkan peraturan sekolah, siswa yang terlambat akan mendapatkan hukuman, hal ini yang menyebabkan MF merasa malas berangkat sekolah apabila sudah terlambat. Terkadang MF juga tetap berangkat ke sekolah, tapi dirinya lebih memilih untuk nongkrong di kantin luar sekolah.

Kemudian, hasil wawancara yang dilakukan dengan guru BK mengatakan bahwa MF memang salah satu murid yang sering keluar masuk ruang BK karna memiliki kecenderungan membolos. Guru Bk mengatakan bahwa banyak alasan yang diberikan MF saat membolos, diantaranya adalah sakit, MF mengaku sakit tapi tidak dapat menunjukkan surat dokter karena dirinya tidak periksa melainkan hanya istirahat dirumah. Alasan selanjutnya adalah karena terlambat, untuk menghindari hukuman dari sekolah MF memilih tidak berangkat sekolah atau justru nongkrong di kantin luar sekolah. Menurut guru BK, MF juga pernah beberapa kali meninggalkan kelas saat jam pelajaran berlangsung, hal ini disebabkan karena MF tidak menyukai pelajaran tersebut.

Peneliti juga melakukan wawancara dengan guru wali kelas. Menurut guru wali kelas, MF adalah siswa yang cenderung pasif di kelas, MF juga jarang berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran. Guru wali kelas juga sering mendapatkan laporan dari guru mata pelajaran lain, bahwa MF sering tidur saat jam pelajaran berlangsung.

Proses observasi menunjukkan bahwa MF cenderung tidak fokus saat mengikuti kegiatan pembelajaran di kelas. MF terlihat sering melamun, memainkan alat tulis, berbicara dengan teman sebangkunya atau bahkan tertidur saat guru sedang menjelaskan materi. Selama proses belajar MF menunjukkan perilaku yang pasif, enggan untuk bertanya atau menjawab guru. Hasil observasi juga memperkuat temuan sebelumnya terkait kebiasaan membolos yang dilakukan MF. Peneliti mencatat bahwa MF beberapa kali tidak hadir di kelas tanpa pemberitahuan yang jelas, bahkan peneliti pernah mendapati MF berada di lingkungan sekolah namun tidak masuk ke ruang kelas

⁹ Wahyu P & Tamsil M, "Studi Kasus tentang Perilaku Membolos Siswa di SMA Negeri 1 Plumpang Tuban", Jurnal BK Unesa, Vol. 9, No. 1 (2018)



saat jam pelajaran berlangsung. Beberapa kali MF keluar kelas dengan alasan ke toilet, tetapi tidak kembali hingga jam pelajaran berakhir.

Dokumentasi juga menyebutkan bahwa MF telah beberapa kali mendapatkan surat peringatan dari pihak sekolah terkait presentase kehadirannya yang rendah. Selain itu, laporan dari guru piket menunjukkan bahwa MF sering datang terlambat dan beberapa kali terlihat nongkrong di kantin luar sekolah saat jam pelajaran berlangsung. Secara keseluruhan, dokumentasi mendukung temuan wawancara dan observasi tentang perilaku membolos yang dilakukan MF merupakan permasalahan serius yang harus segera ditangani.

B. Implementasi Teknik Self Management

1) Pengertian Teknik Self Management

Berdasarkan hasil wawancara, observasi dan dokumentasi, diketahui bahwa faktor utama penyebab perilaku bolos yang dilakukan MF adalah karena kebiasaan terlambat. Oleh karena itu, guru BK memutuskan untuk menggunakan teknik self management sebagai strategi konseling yang bertujuan untuk membantu individu mengatur, memantau dan mengevaluasi perilaku mereka secara sadar. Mengutip dari Komariah, Soekadji menjelaskan bahwa self management merupakan salah satu teknik dalam konseling behavior, yang mempelajari tingkah laku yang bertujuan untuk merubah perilaku maldatif menjadi perilaku adaptif.¹⁰

2) Langkah-langkah Penerapan Teknik Self Management

Pada tahap pertama, guru BK memulai pertemuan dengan membangun rapport, kemudian mengidentifikasi masalah dan menetapkan permasalahan yang dialami oleh konseli. Pada pertemuan pertama MF terlihat canggung, namun guru BK terus berusaha membuat MF merasa nyaman sehingga MF dapat menceritakan permasalahannya dengan leluasa. Dari pertemuan pertama dapat diketahui bahwa MF sering datang terlambat karena bangun kesiangan, MF terbiasa main game hingga larut malam hal ini menyebabkan waktu istirahat nya kurang sehingga sering bangun kesiangan. Guru Bk juga mengarahkan MF untuk mencatat kapan, seberapa sering perilaku membolos nya

Pada tahap kedua, guru BK mengajak konseli untuk menetapkan tujuan utama yang diharapkan, yaitu mengatasi perilaku membolos dengan cara membuat catatan yang berisi target harian. Contohnya seperti: tidur jam 10 malam, berangkat ke sekolah 30 menit sebelum jam pelajaran dimulai, dsb. Guru BK juga menekankan bahwa keberhasilan konseling ini tergantung pada komitmen dan usaha konseli.

Pada tahap ketiga, guru BK mengarahkan MF untuk melakukan *self monitoring* yaitu pemantauan diri, konseli diajak untuk menilai apakah dirinya sudah mencapai tujuan yang telah ditetapkan dengan cara menggunakan checklist pada catatan yang berisi target harian. Pada pertemuan ketiga ini, MF sudah menunjukkan perubahan perilaku dengan datang sebelum pelajaran dimulai dan juga tidak lagi menunjukkan perilaku membolos.

¹⁰ Komariah, "Mengatasi Perilaku Membolos melalui Konseling Individual Menggunakan Pendekatan Behavior dengan teknik Self Management", Jurnal Syntax Admiration, Vol. 1, No. 3 (2020)



Pada tahap keempat, guru Bk mengajak konseli untuk melakukan evaluasi. Pada tahap ini MF menyatakan bahwa dirinya telah menemukan solusi dari permasalahannya, MF menyadari bahwa selama ini dia tidak pernah manajemen waktu sehingga seluruh kegiatannya tidak terstruktur. MF juga menyatakan bahwa dirinya akan berusaha mempertahankan perubahan positifnya. Guru BK juga memberikan *self reinforcement* berupa pujian karena MF berhasil mempertahankan perubahan positifnya. Setelah treatment dirasa berhasil, guru Bk melakukan terminasi untuk mengakhiri kegiatan konseling.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dibahas, maka teknik *self management* terbukti dapat mengurangi perilaku membolos pada siswa. Sehingga teknik *self management* dapat digunakan sebagai alternatif guru BK untuk mengurangi perilaku bolos pada siswa. Hal ini sesuai dengan pendapat Prijosaksono yang dikutip dalam Kartika yang menjelaskan bahwa *self management* dapat membantu merubah perilaku seorang individu, sehingga individu tersebut memiliki tanggung jawab serta dapat mengurangi perilaku yang tidak diharapkan dalam proses pembelajaran di sekolah.¹¹

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di MAN 4 Jombang terhadap siswa kelas 12 yang memiliki kebiasaan membolos karena terlambat, dapat disimpulkan bahwa teknik *self management* terbukti efektif dalam mengurangi perilaku bolos pada siswa. Melalui penerapan *self management*, siswa dapat belajar untuk mengatur waktu dengan lebih baik, meningkatkan kesadaran terhadap tanggung jawabnya sebagai pelajar, serta mengurangi perilaku bolos yang selama ini menjadi permasalahan utama. Dengan demikian, teknik ini dapat dijadikan alternatif strategi layanan bimbingan dan konseling dalam mengurangi perilaku bolos pada siswa di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Afdhalul Fikri, A., dkk. (2022). Penerapan teknik kontrak perilaku untuk mengurangi perilaku membolos siswa di SMA Negeri 11 Sidrap. *Pinisi Journal of Education*, 2.
- Amaliyah, A., Hamzah, H., & Farihal, F. (2018). Layanan konseling kelompok dengan teknik self-management untuk mengurangi perilaku siswa membolos di SMPN 29 Banjarmasin tahun pelajaran 2017/2018. *Jurnal Mahasiswa BKI An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 4(1), 2.
- Andini, A. N. (2023). *Pelaksanaan konseling individu dengan teknik self-management untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik kelas XI di MAN 1 Lampung Timur* (Skripsi). UIN Raden Intan Lampung.
- Cahyani, R. N., & Nqiyah, N. (2024). Teknik self-management untuk menangani membolos sekolah pada peserta didik. *[Nama jurnal tidak disebutkan]*, 106.

¹¹ Kartika P & Evi W, "Penerapan Konseling Kelompok Self Management Terhadap Rendahnya Perilaku Sopan Santun Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Papar", *Jurnal BK Unesa*, Vol. 11, No. 4 (2020): 14-15



- Kartika, P., & Widyawati, E. (2020). Penerapan konseling kelompok self-management terhadap rendahnya perilaku sopan santun siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Papar. *Jurnal BK Unesa*, 11(4), 14–15.
- Komariah. (2020). Mengatasi perilaku membolos melalui konseling individual menggunakan pendekatan behavior dengan teknik self-management. *Jurnal Syntax Admiration*, 1(3).
- Putri, Y. R. (2022). Implementasi konseling individu dengan teknik exception dalam mencegah perilaku membolos di SMK Muhammadiyah Petahan. *Journal of Contemporary Islamic Counseling*, 2(1), 4.
- Rahmawati, E. D., Oktavia, C., & Sholichah, I. F. (2022). Teknik self-management untuk menurunkan perilaku membolos pada siswa MA. *Jurnal Psikoedukasi dan Konseling*, 6(2), 124.
- Rony, R. (2022). Implementasi metode outdoor learning dalam peningkatan hasil belajar siswa pada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam di MAN 1 Medan. *Jurnal Penelitian, Pendidikan dan Pengajaran*, 3(2), 149–150.
- Wahyu, P., & Tamsil, M. (2018). Studi kasus tentang perilaku membolos siswa di SMA Negeri 1 Plumpang Tuban. *Jurnal BK Unesa*, 9(1).
- Yayan, E., dkk. (2023). Layanan konseling individu dengan teknik self-management untuk meningkatkan kontrol diri (Studi kasus pada klien “A” di Yayasan Mitra Mulia Banyuasin). *Jurnal Pendidikan Sosial dan Konseling*, 1(2), 178.