



**UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A**

**PENGARUH TEKNIK *SELF MANAGEMENT* ISLAMI  
TERHADAP PENINGKATAN KEDISIPLINAN BELAJAR  
SEORANG ATLET MAHASISWA DI SURABAYA**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada UIN Sunan Ampel Surabaya, Guna Memenuhi  
Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Sosial (S.Sos)

Oleh

**Diva Aliyyah Laksono**

**NIM 04020321047**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UIN SUNAN AMPEL SURABAYA**

**2024**

# PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

## PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Diva Aliyyah Laksono

NIM : 04020321047

Prodi : Bimbingan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul **Pengaruh Teknik *Self Management* Islami Terhadap Peningkatan Kedisiplinan Belajar Seorang Atlet Mahasiswa Di Surabaya** adalah benar merupakan karya sendiri. Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya peroleh dari skripsi tersebut.

Surabaya, 11. Desember 2024



Divia Aliyyah Laksono  
NIM 04020321047

# PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

## LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi yang ditulis oleh

Nama : Diva Aliyyah Laksono  
NIM : 04020321047  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Judul Penelitian : Pengaruh Teknik *Self Management* Islami Terhadap Peningkatan  
Kedisiplinan Belajar Seorang Atlet Mahasiswa UIN Sunan Ampel  
Surabaya.

Telah diberikan bimbingan dan koreksi, sehingga dinyatakan layak serta disetujui  
untuk diajukan sebagai syarat pada ujian skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN  
Sunan Ampel Surabaya.

Surabaya, 11 Desember 2024

Dosen Pembimbing 1,



Dr. Lukman Fahmi, S.Ag., M.Pd

NIP. 197311212005011002

Dosen Pembimbing 2,



Dr. Hj. Ragwan Albahr, M.Fil.I

NIP. 196303031992032002

# PENGESAHAN TIM PENGUJI

## LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Pengaruh Teknik *Self Management* Islami Terhadap Peningkatan  
Kedisiplinan Belajar Seorang Atlet Mahasiswa Di Surabaya

### SKRIPSI

Disusun Oleh  
Diva Aliyyah Laksono  
NIM 04020321047

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu pada  
tanggal 24 Desember 2024

### Tim Penguji

Penguji I

Dr. Lukman Fahmi, S.Ag., M.Pd  
NIP 197311212005011002

Penguji II

Dr. Hj. Ragwan Albagr, M. Fil. I  
NIP 196303031992032002

Penguji III

Amrana, S.Sos.I., M.Pd  
NIP 198904112020122019

Penguji IV

Dr. H. Abd. Basyid, MM.  
NIP 196809011990031002

Surabaya, 24 Desember 2024

Dekan,



Dr. Moch. Cholid Arif, S.Ag, M. Fil.I  
NIP 196710171998031001



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA  
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300  
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Diva Aliyyah Laksono  
NIM : 09020321097  
Fakultas/Jurusan : Da'wah dan Komunikasi / BK1  
E-mail address : divaaliyyah123@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi  Tesis  Desertasi  Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Teknik Self Management Islami Terhadap Peningkatan  
Kedisiplinan Belajar Seorang Atlet Mahasiswa Di Surabaya

berserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 14 Januari 2025

Penulis

(Diva Aliyyah Laksono)  
*nama terang dan tanda tangan*

## ABSTRAK

Diva Aliyyah Laksono, NIM 04020321047, 2024. Pengaruh Teknik *Self Management* Islami Terhadap Peningkatan Kedisiplinan Belajar Seorang Atlet Mahasiswa Di Surabaya.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kedisiplinan belajar yang dialami oleh seorang atlet mahasiswa di Surabaya dengan target perilaku sulit mengatur waktu, sulit menaati tata tertib / aturan, serta malas / menunda pekerjaan.

Untuk meningkatkan kedisiplinan belajar dengan target perilaku tersebut, peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *Single Subject Research* (SSR) yang berfokus pada perubahan perilaku konseli. Penelitian *Single Subject Research* (SSR) bertujuan untuk melihat dan mengevaluasi pemberian perlakuan untuk merubah perilaku yang ada pada subyek penelitian dengan pengamatan dan penilaian yang berulang-ulang dengan menggunakan analisis data visual grafik.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kedisiplinan belajar yang dialami konseli dengan target perilaku sulit mengatur waktu, sulit menaati tata tertib / aturan, serta malas / menunda pekerjaan memberikan pengaruh meningkat setelah dilakukannya intervensi kepada subyek.

Pengaruh tersebut dapat dibuktikan dari estimasi kecenderungan arah dan level yang meningkat serta persentase overlap 33% menjadi 0% yang menandakan bahwa teknik *self management* islami berpengaruh terhadap peningkatan kedisiplinan belajar pada seorang atlet mahasiswa di Surabaya.

Kata Kunci: Teknik *Self Management* Islami, Kedisiplinan Belajar.

## ABSTRACT

Diva Aliyyah Laksono, NIM 04020321047, 2024. The Influence of Islamic Self Management Techniques on Increasing the Study Discipline of a Student Athlete in Surabaya.

This research aims to improve the learning discipline experienced by student athletes in Surabaya with the target behavior of having difficulty managing time, difficulty obeying rules/rules, and being lazy/postponing work.

To improve learning discipline with target behavior, researchers used quantitative research methods with a Single Subject Research (SSR) research design which focuses on changes in counselee behavior. Single Subject Research (SSR) research aims to observe and evaluate the provision of treatment to change existing behavior in research subjects through repeated observations and assessments using graphic visual data analysis.

The results of this research show that the learning discipline experienced by counselees with the target behavior being difficulty managing time, difficulty obeying rules/rules, and being lazy/delaying work had an increased influence after the intervention was carried out on the subjects.

This influence can be proven from the estimated trend of increasing direction and level as well as the overlap percentage of 33% to 0%, which indicates that Islamic self-management techniques have an effect on increasing learning discipline in student athletes in Surabaya.

Keywords: Islamic Self Management Techniques, Learning Discipline.

## خلاصة

ديفا عليا لاكسونو، NIM 04020321047، 2024. تأثير تقنيات الإدارة الذاتية الإسلامية في زيادة الانضباط الدراسي للطلاب الرياضيين في سورابايا.

يهدف هذا البحث إلى تحسين نظام التعلم الذي يعاني منه الطلاب الرياضيون في سورابايا مع السلوك المستهدف المتمثل في مواجهة صعوبة في إدارة الوقت، وصعوبة الانصياع للقواعد/القواعد، والكسل/تأجيل العمل.

لتحسين نظام التعلم مع السلوك المستهدف، استخدم الباحثون أساليب البحث الكمي مع تصميم بحث موضوع واحد (SSR) الذي يركز على التغييرات في سلوك المستشار. يهدف بحث موضوع واحد (SSR) إلى مراقبة وتقييم توفير العلاج لتغيير السلوك الحالي في موضوعات البحث من خلال الملاحظات والتقييمات المتكررة باستخدام تحليل البيانات المرئية الرسومية.

تظهر نتائج هذا البحث أن نظام التعلم الذي يعاني منه المشاركون مع السلوك المستهدف المتمثل في صعوبة إدارة الوقت، وصعوبة الانصياع للقواعد/القواعد، والكسل/تأجيل العمل كان له تأثير متزايد بعد إجراء التدخل على المواضيع.

ويمكن إثبات هذا التأثير من خلال الاتجاه المقدر لزيادة الاتجاه والمستوى وكذلك نسبة التداخل من 33% إلى 0%، مما يدل على أن تقنيات الإدارة الذاتية الإسلامية لها تأثير على زيادة انضباط التعلم لدى الطلاب الرياضيين في سورابايا.

الكلمات المفتاحية: تقنيات إدارة الذات الإسلامية، نظام التعلم



## DAFTAR ISI

<b>SKRIPSI</b> .....	<b>i</b>
<b>PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING</b> .....	<b>ii</b>
<b>PENGESAHAN TIM PENGUJI</b> .....	<b>iii</b>
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GRAFIK</b> .....	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Definisi Operasional.....	7
F. Hipotesis Penelitian.....	9
G. Sistematika Pembahasan .....	9
<b>BAB II KAJIAN TEORITIK</b> .....	<b>11</b>
A. Teknik Self Management Islami.....	11
B. Kedisiplinan Belajar.....	15
C. Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	20
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>27</b>
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	27
B. Lokasi Penelitian .....	28
C. Subjek Penelitian.....	28
D. Variabel dan Indikator Variabel.....	28
E. Teknik Pengumpulan Data .....	29
F. Teknik Validitas Instrumen Penelitian.....	32
G. Teknik Analisis Data .....	32
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>35</b>
A. Gambaran Umum Obyek Penelitian.....	35
B. Penyajian Data.....	38
C. Pengujian Hipotesis.....	56
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	73

<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>76</b>
A. Kesimpulan.....	76
B. Saran dan Rekomendasi .....	76
C. Keterbatasan Penelitian .....	77
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>78</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>82</b>



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Lembar Observasi .....	31
Tabel 4.1	Data Skor Keseluruhan <i>Baseline 1</i> .....	41
Tabel 4.2	Data Skor Keseluruhan Intervensi .....	50
Tabel 4.3	Data Skor Keseluruhan <i>Baseline 2</i> .....	54
Tabel 4.4	Data Persentase Stabilitas Perilaku Sulit Mengatur Waktu .....	59
Tabel 4.5	Data Persentase Stabilitas Perilaku Sulit Menaati Tata Tertib / Aturan .....	60
Tabel 4.6	Data Persentase Stabilitas Perilaku Malas / Menunda Pekerjaan.....	61
Tabel 4.7	Data Level Stabilitas dan Rentang Perilaku Sulit Mengatur Waktu .....	62
Tabel 4.8	Data Level Stabilitas dan Rentang Perilaku Sulit Menaati Tata Tertib / Aturan .....	62
Tabel 4.9	Data Level Stabilitas dan Rentang Perilaku Malas / Menunda Pekerjaan.....	62
Tabel 4.10	Data Level Perubahan Perilaku Sulit Mengatur Waktu.....	63
Tabel 4.11	Data Level Perubahan Perilaku Sulit Menaati Tata Tertib / Aturan .....	63
Tabel 4.12	Data Level Perubahan Perilaku Malas / Menunda Pekerjaan.....	63
Tabel 4.13	Hasil Analisis Visual Dalam Kondisi Perilaku Sulit Mengatur Waktu.....	63
Tabel 4.14	Hasil Analisis Visual Dalam Kondisi Perilaku Sulit Menaati Tata Tertib / Aturan.....	64
Tabel 4.15	Hasil Analisis Visual Dalam Kondisi Perilaku Malas / Menunda Pekerjaan.....	64
Tabel 4.16	Data Perubahan Kecenderungan Perilaku Sulit Mengatur Waktu .....	66
Tabel 4.17	Data Perubahan Kecenderungan Perilaku Sulit Menaati Tata Tertib / Aturan .....	66
Tabel 4.18	Data Perubahan Kecenderungan Perilaku Malas / Menunda Pekerjaan.....	66
Tabel 4.19	Data Perubahan Level Perilaku Sulit Mengatur Waktu.....	67

Tabel 4.20	Data Perubahan Level Perilaku Sulit Menaati Tata Tertib / Aturan .....	67
Tabel 4.21	Data Perubahan Level Perilaku Malas / Menunda Pekerjaan.....	67
Tabel 4.22	Persentase Overlap <i>Baseline</i> 1 → Intervensi Perilaku Sulit Mengatur Waktu.....	68
Tabel 4.23	Persentase Overlap Intervensi → <i>Baseline</i> 2 Perilaku Sulit Mengatur Waktu.....	69
Tabel 4.24	Persentase Overlap <i>Baseline</i> 1 → Intervensi Perilaku Sulit Menaati Tata Tertib / Aturan.....	69
Tabel 4.25	Persentase Overlap Intervensi → <i>Baseline</i> 2 Perilaku Sulit Menaati Tata Tertib / Aturan.....	70
Tabel 4.26	Persentase Overlap <i>Baseline</i> 1 → Intervensi Perilaku Malas / Menunda Pekerjaan.....	70
Tabel 4.27	Persentase Overlap Intervensi → <i>Baseline</i> 2 Perilaku Malas / Menunda Pekerjaan.....	71
Tabel 4.28	Analisis Visual Antar Kondisi Perilaku Sulit Mengatur Waktu .....	71
Tabel 4.29	Analisis Visual Antar Kondisi Perilaku Sulit Menaati Tata Tertib / Aturan .....	72
Tabel 4.30	Analisis Visual Antar Kondisi Perilaku Malas / Menunda Pekerjaan.....	72

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1	Grafik Skor Perilaku Sulit Mengatur Waktu <i>Baseline 1</i> .....	42
Grafik 4.2	Grafik Skor Perilaku Sulit Menaati Tata Tertib / Aturan <i>Baseline 1</i> .....	42
Grafik 4.3	Grafik Skor Perilaku Malas / Menunda Pekerjaan <i>Baseline 1</i> .....	42
Grafik 4.4	Grafik Skor Perilaku Sulit Mengatur Waktu Intervensi.....	50
Grafik 4.5	Grafik Skor Perilaku Sulit Menaati Tata Tertib / Aturan Intervensi .....	51
Grafik 4.6	Grafik Skor Perilaku Sulit Malas / Menunda Pekerjaan Intervensi.....	51
Grafik 4.7	Grafik Skor Perilaku Sulit Mengatur Waktu <i>Baseline 2</i> .....	55
Grafik 4.8	Grafik Skor Perilaku Sulit Menaati Tata Tertib / Aturan <i>Baseline 2</i> .....	55
Grafik 4.9	Grafik Skor Perilaku Malas / Menunda Pekerjaan <i>Baseline 2</i> .....	55
Grafik 4.10	Grafik Kecenderungan Arah Perilaku Sulit Mengatur Waktu .....	57
Grafik 4.11	Grafik Kecenderungan Arah Perilaku Sulit Menaati Tata Tertib / Aturan .....	58
Grafik 4.12	Grafik Kecenderungan Arah Perilaku Malas / Menunda Pekerjaan.....	58
Grafik 4.13	Grafik Kecenderungan Stabilitas Perilaku Sulit Mengatur Waktu .....	59
Grafik 4.14	Grafik Kecenderungan Stabilitas Perilaku Sulit Menaati Tata Tertib / Aturan .....	60
Grafik 4.15	Grafik Kecenderungan Stabilitas Perilaku Malas / Menunda Pekerjaan.....	60
Grafik 4.16	Grafik Overlap <i>Baseline 1</i> → Intervensi Perilaku Sulit Mengatur Waktu.....	68
Grafik 4.17	Grafik Overlap Intervensi → <i>Baseline 2</i> Perilaku Sulit Mengatur Waktu.....	68
Grafik 4.18	Grafik Overlap <i>Baseline 1</i> → Intervensi Perilaku Sulit Menaati Tata Tertib / Aturan.....	69

Grafik 4.19	Grafik Overlap Intervensi → <i>Baseline 2</i> Perilaku Sulit Menaati Tata Tertib / Aturan.....	70
Grafik 4.20	Grafik Overlap <i>Baseline 1</i> → Intervensi Perilaku Malas / Menunda Pekerjaan.....	70
Grafik 4.21	Grafik Overlap Intervensi → <i>Baseline 2</i> Perilaku Malas / Menunda Pekerjaan.....	71



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR PUSTAKA

- A. A. A, Syafi'i. Manajemen Diri Dalam Pendidikan Islam. *An-Nadiah: Jurnal Pendidikan Dan Hukum Islam*. 4.3, 2017: 57–58.  
<https://journal.pegiatliterasi.or.id/index.php/epistemic/article/view/2>
- Achmadi Adam, Ayong Lianawati. Pengaruh Penggunaan Teknik Self Management Dalam Konseling Kelompok Terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas IX SMP Negeri 24 Surabaya. *Helper: Jurnal Penelitian dan Pembelajaran*. Vol. 38 No. 2, 2021.  
<https://jurnal.unipasby.ac.id/index.php/helper/article/view/3937>
- Arani Rohmawati, Wahyu Ginanjar, Neng Awalia Farida. Manajemen Diri Dalam Perspektif Pendidikan Islam. *Jurnal Epistemic* Vol. 1 No. 1, 2022: 16.  
<https://journal.pegiatliterasi.or.id/index.php/epistemic/article/view/2>
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.
- Ayu, Linda Lestari. *Bimbingan Konseling Islam Melalui Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Pada Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya*. Surabaya: UIN Sunan Ampel Surabaya, 2019.
- Bukhari, M. dkk. *Azaz – Azaz Manajemen*. Yogyakarta: Aditya Media, 2005.
- Charitas, Rully Indra Prahmana. *Single Subject Research Teori dan Implementasinya: Suatu Pengantar*. Jakarta: Rajawali Press, 2017.
- Depdiknas, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 2002.
- Fahimatus Nurul Shofi, Arif Ainur Rofiq. Terapi Kognitive Behavior Dengan Teknik Manajemen Diri Untuk Menangani

- Kedisiplinan Belajar Siswa SMP Islam Tanwirul Afkar Sidoarjo. *Jurnal Proceeding of International Conference on Da'wa and Communication*. Vol. 1 No. 1, 2019. <https://proceedings.uinsa.ac.id/index.php/ICONDAC/article/view/306>
- Fahmi Lukman, Abd. Basyid. Bimbingan Konseling Islam Dengan Rational Emotif Behavior Therapy Dalam Menangani Perilaku Agresif Anak Di SD Al-Falah Assalam Tropodo Sidoarjo, *Proceedings of International Conference on Da'wa and Communication*, vol. 1 no. 1 (2019): 339-340. <https://proceedings.uinsa.ac.id/index.php/ICONDAC/article/view/302>
- Gunawan, Imam. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Bumi Aksara, 2013.
- H, Jazimah. Implementasi Manajemen Diri Mahasiswa dalam Pendidikan Islam. *MUDARRISA: Journal of Islamic Education*. 6(2). 2015: 221. <https://mudarrisa.iainsalatiga.ac.id/index.php/mudarrisa/article/view/765>
- Hafni, Syafrida Sahir. *Metodelogi Penelitian*. Yogyakarta: KBM Indonesia, 2021.
- Haqqi Boy, Akmaluddin. Kedisiplinan Belajar Siswa di Sekolah Dasar (SD) Negeri Cot KeuEung Kabupaten Aceh Besar. *Journal of Education Science*. Vol. 5 No. 3, 2019. <https://jurnal.uui.ac.id/index.php/jes/article/view/467>
- Hardianti, Lia. *Efektivitas Konseling CBT Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiolinan Belajar Peserta Didik Kelas VIII Di SMP Muhammadiyah 3 Bandar Lampung*. Lampung: UIN Raden Intan Lampung, 2019.
- Imron, Ali. *Manajemen Peserta Didik Berbasis Sekolah*. Jakarta: Bumi Aksara, 2011.
- Indah Titin Pratiwi, Nikmatus Sholihah, Tri Haristuti, Denok Setiawati. Penerapan Strategi Self-Management Untuk



Meningkatkan Disiplin Belajar Pada Siswa Tunadaksa Cerebral Palsy. *Jurnal BK Unesa*. Vol. 03 No. 01, 2013: 4.  
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/3068>

Ketut Ni Suarni, Made Pradnyana Antara, I Ketut Dharsana. Konseling Behavioral Dengan Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Kemandirian. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling Undiksha*. Vol. 10 No. 1, 2019: 50–57.

<https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JIBK/article/view/22216>

Khoiri, Imam. *Ortu & Guru Baca Buku Ini*. Jakarta: Salaris, 2014.

Komalasari Gantina, Eka Wahyuni. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks, 2011.

Komang I Sukendra dan I Kadek Surya Atmaja. *Instrumen Penelitian*. Lumajang: Mahameru Press, 2020.

Lilis, Ratna. *Teknik-Teknik Konseling*. Yogyakarta: Deepublish, 2013.

Moenir, A.S. *Manajemen Pelayan Umum Di Indonesia*. Jakarta: Bumi Aksara, 2010.

Mulyasa, E. *Kurikulum Berbasis Kompetensi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2013.

Nisa', Khoirun. *Hubungan Self Menegement Dengan Kedisiplinan Belajar terhadap Kontrol Diri Mahasiswa di PPP Al Hikmah Al-Fhatimiyah Malang*. Malang: UIN Malang, 2018.

Ramayulis. *Ilmu Pendidikan Islam*. Jakarta: Kalam Mulia, 2008.

Sahir, Syafrida Hafni. *Metodelogi Penelitian*. Yogyakarta: KBM Indonesia, 2021.

Setiawan, Agus. *Metodelogi Desain*. Yogyakarta: Arrtex, 2018.

So'imah Lilik, Muhimmatul Hasanah. Pengaruh Self Management Terhadap Kedisiplinan Belajar Santri Di Pondok Pesantren

- Sunan Drajat. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*. Vol. 2 No. 2, 2022. <https://www.ejournal.insud.ac.id/index.php/bki/article/view/161>
- Sugiyono. *Metode Penelitian Manajemen*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- Sulistiyorini. *Manajemen Pendidikan Islam*. Surabaya: Elka, 2014.
- Sunanto, Juang. dkk. *Pengantar Penelitian Dengan Subjek Tunggal*. Jepang: CRICED University of Tsukuba, 2005.
- Sutoyo, Anwar. *Pemahaman Individu*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014.
- Taufik, M. Hidayat, Siti Fitriana, M.A. Primaningrum Dian. "Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas XII IPS Di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes". *Jurnal Sadewa: Publikasi Ilmu Pendidikan, Pembelajaran dan Ilmu Sosial*. Vol.1, No.3, 2023. <https://journal.aripi.or.id/index.php/Sadewa/article/view/38>
- Tu'u, Tulus. *Peran Disiplin Pada Perilaku dan Prestasi Siswa*. Jakarta: PT. Grasindo, 2006.
- Usman, Husaini. *Manajemen: Teori, Praktik dan Riset Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara, 2006.
- Yuliantika, Siska. Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kedisiplinan Belajar Siswa. *E-Journal*. Vol. 9 No. 1, 2017. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJPE/article/view/19987>