

TREN DAN PERKEMBANGAN PENELITIAN TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* DAN DISIPLIN BELAJAR PESERTA DIDIK: ANALISIS BIBLIOMETRIK DAN *SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW* (2019–2024)

Sintya Fatima

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya, sintya22071@mhs.unesa.ac.id

Budi Purwoko

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya, budipurwoko@unesa.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan memetakan tren perkembangan dan pola kolaborasi penulis kajian teknik self-management dan disiplin belajar peserta didik periode 2019–2021, serta mensintesis temuan utamanya. Metode yang digunakan adalah analisis bibliometrik dan systematic literature review (SLR). Analisis bibliometrik dilakukan terhadap 380 artikel terindeks Google Scholar yang diperoleh melalui Publish or Perish menggunakan kata kunci “teknik self-management” dan “disiplin belajar”, kemudian dianalisis dengan VOSviewer melalui teknik co-occurrence dan co-authorship. SLR mengacu pada alur PRISMA hingga terpilih 10 artikel sesuai kriteria inklusi dan eksklusi untuk dianalisis secara naratif. Hasil analisis bibliometrik menunjukkan dua klaster utama, yaitu klaster teknik self-management, konseling kelompok, manajemen diri, dan behavior, serta klaster belajar, peserta didik, disiplin belajar, motivasi, pendidikan, dan sekolah, dengan puncak perkembangan publikasi pada rentang 2021.2–2021.6. Hasil SLR menunjukkan bahwa teknik self-management terbukti efektif dalam meningkatkan disiplin belajar pada berbagai jenjang dan konteks pendidikan, baik melalui konseling kelompok maupun individual, meskipun masih ditemukan keterbatasan pada masing-masing kajian. Secara keseluruhan, penelitian teknik self-management menunjukkan perkembangan menuju penerapan yang semakin aplikatif di sekolah, dengan pola kolaborasi penulis yang cenderung terpusat pada kelompok riset tertentu, serta menegaskan efektivitas teknik self-management dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik.

Kata Kunci: teknik self-management, disiplin belajar, analisis bibliometrik.

Abstract

This study aims to map the trends and development patterns of research and author collaboration on self-management techniques and students' learning discipline during the period 2019–2021, as well as to synthesize the main findings. The methods used are bibliometric analysis and a Systematic Literature Review (SLR). The bibliometric analysis was conducted on 380 articles indexed in Google Scholar obtained through Publish or Perish using the keywords “self-management technique” and “learning discipline”, and analyzed using VOSviewer through co-occurrence and co-authorship techniques. The SLR followed the PRISMA flow, resulting in 10 selected articles that met the inclusion and exclusion criteria to be analyzed narratively. The bibliometric results show two main clusters, namely the intervention cluster (self-management techniques, group counseling, self-management, and behavior) and the education cluster (learning, students, learning discipline, motivation, education, and school), with temporal development concentrated in the period 2021.2–2021.6. The SLR findings from the 10 selected studies indicate that self-management techniques are proven to be effective in improving students' learning discipline across various educational levels and contexts, both through group and individual counseling, although several methodological limitations were still identified in each study. Overall, these findings show that research on self-management techniques has developed toward increasingly practical application in school settings, with author collaboration patterns that tend to cluster within certain research groups, and that self-management techniques are consistently effective in improving students' learning discipline.

Keywords: self-managemnt technique, learning dicipline, bibliomteric analysis.

PENDAHULUAN

Dalam rangka mencapai tujuan pendidikan, proses belajar mengajar menjadi aktivitas yang sangat krusial dalam keseluruhan usaha pendidikan (Khairani et

al., 2022). Menurut Winkel dalam Nurwadani et al. (2021), (Nurwadani et al., 2021) belajar adalah kegiatan yang melibatkan psikis dan mental, di mana seseorang secara aktif berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Menurut Alam (2020) keberhasilan belajar dapat dicapai

jika peserta didik memiliki kesadaran akan tanggung jawab belajar, mampu menggunakan strategi yang tepat, dan menerapkan metode yang efisien untuk mencapai tujuan pembelajaran.

Dalam mendukung tercapainya harapan dan tujuan belajar ini diperlukan disiplin dalam belajar. Disiplin berperan krusial dalam mencapai tujuan pembelajaran dan menumbuhkan tanggung jawab bagi peserta didik (Sugiarto et al., 2021). Selain tingkat kecerdasan, perlu dukungan kedisiplinan yang konsisten serta disiplin belajar dalam meraih prestasi. Tu'u (2004) menjelaskan bahwa disiplin belajar merupakan sikap sadar dan kemauan individu untuk mematuhi seluruh aturan serta norma yang berlaku dalam melaksanakan tugas dan tanggung jawab belajar. Kesadaran mencerminkan kepatuhan sukarela terhadap peraturan disertai pemahaman terhadap tugas dan tanggung jawab, sementara kesediaan menunjukkan kesiapan untuk berperilaku dan bertindak sejalan dengan aturan yang berlaku.

Hurlock (1972) menyatakan bahwa disiplin efektif ditunjukkan dengan terbentuknya pengendalian diri, mematuhi aturan sosial, serta berkembangnya hati nurani sebagai dasar pengambilan keputusan. Artinya, disiplin tercermin dari kemampuan seseorang untuk bertindak secara teratur dan bertanggung jawab atas dasar kesadaran pribadi, bukan karena tekanan dari luar. Menurut Tu'u (2004) disiplin belajar mencakup disiplin waktu, disiplin dalam mematuhi aturan, disiplin dalam sikap dan perbuatan, serta disiplin dalam belajar di rumah. Peserta didik dengan tingkat disiplin belajar yang baik ditandai dengan mentaati tata tertib selama proses belajar dan mampu membentuk kebiasaan positif dalam belajar (Laily & Subkhan, 2015).

Berdasarkan penelitian terdahulu, fenomena rendahnya disiplin belajar di kalangan peserta didik masih menjadi tantangan serius di berbagai jenjang pendidikan di Indonesia. sejumlah penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa masalah ini tidak terbatas pada satu tingkat pendidikan saja, melainkan terjadi secara meluas mulai dari sekolah dasar hingga sekolah menengah atas dan kejuruan. Di SDN Cot Keung Aceh Besar, sekitar 80% siswa sering terlambat, tidak membawa buku, dan tidak menyelesaikan tugas (Akmaluddin & Haqqi, 2019). Di SMP Negeri 9 Tambun Selatan, 10,8% siswa kelas VIII berada pada kategori disiplin belajar rendah (Nurmawati & Oktaviyani, 2023). Kondisi serupa juga terlihat di SMAN 5 Enrekang (Mu'min et al., 2022). Bahkan di SMK Palebon Semarang, 52% siswa berada pada kategori disiplin rendah dan 19% sangat rendah (Pebrianti et al., 2022).

Disiplin belajar yang rendah akan berdampak pada keberhasilan proses belajar peserta didik. Rendahnya

disiplin belajar peserta didik berimplikasi pada rendahnya hasil belajar yang dicapai, sedangkan tingkat disiplin belajar yang tinggi cenderung menghasilkan capaian belajar yang lebih optimal (Anjani et al., 2020). Dalam situasi ini, guru Bimbingan dan Konseling (BK) berperan krusial untuk membantu peserta didik mengatasi hambatan tersebut. Guru BK tidak hanya sebagai pembimbing, tetapi juga sebagai fasilitator yang membantu siswa mengenali potensi diri, mengembangkan strategi belajar yang efektif, serta menumbuhkan sikap disiplin dalam belajar untuk meraih prestasi belajar.

Salah satu strategi untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik yang dapat digunakan dalam dunia pendidikan dan bimbingan dan konseling adalah teknik *self-management*. Teknik *self-management* adalah sebuah intervensi yang digunakan untuk membantu konseli atau peserta didik membentuk perilaku baru yang lebih adaptif dalam kehidupan sehari-hari. Teknik ini merupakan bentuk pengendalian diri yang dirancang secara sadar dengan tujuan supaya individu dapat mengatur dan mengontrol perilakunya sendiri (Nuraini et al., 2020). Menurut Miltenberger (2011) teknik *self-management* merupakan strategi pengubahan perilaku di mana individu mengambil peran aktif dalam memonitor, mengatur, dan mengevaluasi tindakannya sendiri untuk mencapai perilaku yang diinginkan.

Dalam penerapan teknik *self-management* konseli secara aktif dan mandiri mengamati, mengubah, memberi penguatan, meniru perilaku, serta membangun keyakinan diri untuk menyelesaikan tugas tertentu demi mencapai perubahan perilaku yang diharapkan (Cormier et al., 2009). Teknik *self-management* memiliki akar teoritis yang kuat dari pendekatan behaviorial. Menurut Skinner (dalam Cooper, Heron, & Heward, 2013), perilaku manusia dipengaruhi oleh kondisi lingkungan, dan individu dapat mengendalikan perilakunya sendiri melalui pengaturan stimulus dan konsekuensi yang menyertainya. Teknik *self-management* menempatkan individu sebagai "agen perubahan" bagi dirinya sendiri (Cooper et al., 2013).

Salah satu tujuan utama dari intervensi manajemen diri adalah membantu klien dalam mengembangkan kemampuan untuk bertindak secara inisiatif berdasarkan pilihan sendiri yang disebut sebagai "agensi" dalam mencapai tujuan pribadi mereka (Cormier et al., 2009). Dalam konteks pendidikan, *self-management* sangat berperan dalam membangun kedisiplinan dan mencapai hasil belajar yang lebih baik. Mengacu pada (Cormier et al., 2009) teknik *self-management* berfokus pada beberapa strategi yaitu: *self-monitoring*, *stimulus control*, *self-reward*, dan *self-efficacy*.

Sejumlah penelitian mengungkapkan bahwa terdapat korelasi yang kuat dan signifikan antara penerapan teknik

self-management dengan peningkatan disiplin belajar pada peserta didik. Dukungan terhadap pernyataan ini dapat dilihat dari penelitian oleh Adirama et al. (2023) dengan judul “Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik Self-Management untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa” yang menunjukkan bahwa konseling behavioral yang dipadukan dengan teknik *self-management* terbukti efektif dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik. Selain itu terdapat penelitian lain yang dilakukan oleh Anjani et al. (2020) dengan judul “Pelatihan *Self-Management* untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa” turut memperkuat temuan tersebut. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa pelatihan *self-management* memiliki dampak positif terhadap peningkatan disiplin belajar peserta didik. Kedua temuan tersebut menunjukkan secara empiris bahwa penerapan teknik *self-management* memiliki relevansi dalam konteks layanan bimbingan dan konseling dan juga dapat digunakan secara luas dalam konteks pendidikan sebagai pendekatan intervensi yang efektif untuk membangun disiplin belajar peserta didik. Dengan demikian, penerapan teknik *self-management* sangat potensial untuk dijadikan bagian dari strategi peningkatan mutu pendidikan, khususnya dalam membangun kedisiplinan belajar yang berkelanjutan di kalangan peserta didik.

Namun demikian, meskipun terdapat beberapa penelitian yang telah membahas penerapan teknik *self-management* dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik, informasi yang tersedia dan tersebar di berbagai sumber masih belum dihimpun serta dianalisis secara sistematis. Hal ini menjadi tantangan tersendiri bagi para pendidik dan peneliti untuk mendapatkan gambaran menyeluruh mengenai tren, pola kolaborasi, serta perkembangan penelitian terkait teknik *self-management* dan disiplin belajar.

Untuk menjawab tantangan tersebut diperlukan suatu kajian yang mampu menghimpun, menganalisis, dan menyajikan data secara terstruktur mengenai penelitian-penelitian sebelumnya. Untuk mewujudkan tujuan tersebut, analisis bibliometrik dapat dijadikan sebagai salah satu pendekatan yang digunakan. Analisis bibliometrik merupakan pendekatan yang menggunakan prinsip-prinsip matematika dan statistik untuk menganalisis secara kuantitatif berbagai sumber informasi, seperti buku dan media komunikasi lainnya (Sulistiawati et al., 2023). Pendekatan ini memudahkan peneliti untuk mengkaji isi bibliografi serta menganalisis kutipan yang terdapat dalam setiap artikel yang dipublikasikan di jurnal (Harahap et al., 2024). Para peneliti memanfaatkan analisis bibliometrik untuk berbagai kepentingan, antara lain untuk mengidentifikasi tren terkini dalam produktivitas artikel dan jurnal, menganalisis pola kerja sama ilmiah, mengkaji elemen-

elemen utama dalam suatu penelitian, serta mengeksplorasi struktur keilmuan dari bidang kajian tertentu berdasarkan literatur yang telah dipublikasikan sebelumnya (Donthu et al., 2021).

Analisis bibliometrik dalam penelitian ini difokuskan pada dua teknik utama, yaitu analisis co-occurrence dan analisis co-authorship. Teknik analisis dipilih untuk memenuhi tujuan dan ruang lingkup penelitian pada langkah pertama (Donthu et al., 2021). Analisis co-occurrence digunakan untuk melihat tren dan perkembangan penelitian mengenai teknik *self-management* dan disiplin belajar, melalui pemetaan hubungan antar-kata kunci yang muncul dalam publikasi ilmiah. Melalui analisis ini, dapat diketahui fokus kajian yang paling banyak diteliti, perubahan tema penelitian dari waktu ke waktu, serta arah perkembangan bidang kajian tersebut. Sementara itu, analisis co-authorship digunakan untuk memetakan pola kolaborasi antarpeleliti dalam topik yang sama. Analisis ini membantu melihat sejauh mana kerja sama ilmiah terbentuk, baik antarindividu maupun antarinstansi, serta bagaimana jaringan penelitian berkembang. Dengan demikian, kedua analisis ini diharapkan dapat menghasilkan gambaran komprehensif terkait tren, perkembangan kajian, serta pola kolaborasi ilmiah terkait teknik *self-management* dan disiplin belajar peserta didik.

Selain menggunakan analisis bibliometrik peneliti juga menggunakan *systematic literature review*. *Systematic Literature Review* (SLR) dengan pendekatan naratif digunakan untuk menelaah secara mendalam hasil penelitian terdahulu mengenai teknik *self-management* dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik. Peneliti menelaah isi dan hasil setiap artikel untuk menggambarkan bagaimana teknik *self-management* diterapkan, sekaligus mengidentifikasi temuan utama, kecenderungan hasil penelitian, serta kelebihan dan keterbatasan penerapannya dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik. Proses telaah literatur ini mengikuti pedoman PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) sehingga langkah penyeleksian artikel dilakukan secara sistematis, terbuka, dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah serta direplikasi oleh peneliti lain (Page et al., 2021).

Oleh karena itu, penelitian ini disusun menggunakan kombinasi pendekatan tersebut dalam mengkaji hubungan antara teknik *self-management* dengan disiplin belajar dengan judul “Tren dan Perkembangan Penelitian Teknik *Self-Management* dan Disiplin Belajar Peserta Didik: Analisis Bibliometrik dan *Systematic Literature Review* (2019–2024)” Dengan menggabungkan analisis bibliometrik dan *Systematic Literature Review*, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang utuh mengenai tren, perkembangan, serta temuan ilmiah terkait

teknik self-management dan disiplin belajar peserta didik pada periode 2019–2024.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan analisis bibliometrik dan *systematic literature review* (SLR). Donthu et al., (2021) menyatakan bahwa analisis bibliometrik dimanfaatkan oleh para peneliti untuk mengidentifikasi tren terkini dalam produktivitas artikel dan jurnal, menganalisis pola kerja sama ilmiah, mengkaji elemen-elemen utama dalam suatu bidang penelitian, serta mengeksplorasi struktur keilmuan suatu bidang kajian berdasarkan literatur yang telah dipublikasikan sebelumnya. Sementara, SLR merupakan metode penelaahan literatur yang dilakukan secara sistematis dan transparan untuk mengidentifikasi, menyeleksi, mengevaluasi, dan mensintesis hasil penelitian yang relevan guna memberikan ringkasan bukti ilmiah yang komprehensif terhadap suatu topik penelitian (Page et al., 2021).

Data penelitian ini bersumber dari database Google Scholar yang diakses melalaui Publish or Perish (PoP). Data bibliometrik dicari menggunakan kata kunci “teknik self-management” dan “disiplin belajar” pada periode 2019-2024, berbahasa Indonesia atau Inggris dan merupakan artikel ilmiah yang terindeks bukan *book*, *citataion* atau pernyataan. Adapun tahap penumpulan data bibliometrik yaitu: 1) menentukan database, 2) identifikasi istilah, 3) filterisasi, 4) pengunduhan data (Öztürk et al., 2024).

Untuk pengumpulan data SLR melalui tahap PRISMA 2020 (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) yang dikembangkan oleh (Page et al., 2021). Secara operasional, proses SLR dalam penelitian ini dilaksanakan melalui enam tahapan berikut (Siddaway et al., 2019): 1) *scoping*, 2) *planning*, 3) *identification*, 4) *Screening*, 5) *Eligibility* dan 6) *Study quality*.

Analisis data bibliometrik dilakukan dengan menggunakan VOSviewer versi 1.6.20. analisis ini melalui dua jenis teknik yang dipilih, yaitu analisis kata kunci (*co-occurrence*) untuk memetakan tren perkembangan dan analisis kepenulisan bersama (*co-authorship*) untuk melihat pola kolaborasi antar peneliti dalam penelitian teknik *self-management* dan disiplin belajar. Kemudian data artikel yang telah lolos tahap PRISMA kemudian dianalisis menggunakan *narrative synthesis*. *Narrative synthesis* merupakan teknik yang digunakan untuk menggabungkan dan menyajikan temuan penelitian secara deskriptif, sistematis, dan terstruktur tanpa menggunakan analisis statistik kuantitatif. *Narrative synthesis* memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi

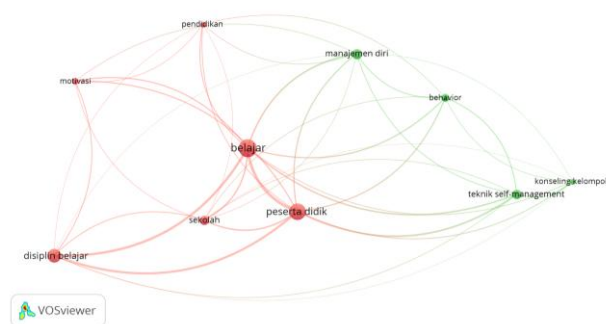
pola, persamaan, dan perbedaan temuan penelitian secara komprehensif (Siddaway et al., 2019).

HASIL

Hasil Analisis Bibliometrik

Berdasarkan pengumpulan data diperoleh sebanyak 380 artikel, 187 artikel diperoleh menggunakan kata kunci “teknik self-management” dan 193 artikel diperoleh menggunakan kata kunci “disiplin belajar”. Metrik sitasi publikasi dengan kata kunci teknik *self-management* pada periode 2019–2024 menunjukkan bahwa terdapat 187 artikel yang dianalisis dengan total 3.134 sitasi, rata-rata 522,33 sitasi per tahun dan nilai *h-index* sebesar 30. Sedangkan metrik sitasi publikasi dengan kata kunci disiplin belajar pada periode 2019–2024 menunjukkan bahwa terdapat 193 artikel dengan total 6.307 sitasi, rata-rata 1.051,17 sitasi per tahun, serta nilai *h-index* sebesar 40. Sehingga dapat disimpulkan bahwa baik teknik *self-management* maupun disiplin belajar merupakan topik yang memiliki pengaruh ilmiah yang kuat dalam literatur pendidikan.

Artikel tersebut kemudian di ekspor pada VOSviewer sehingga diperoleh visualisasi sebagai berikut

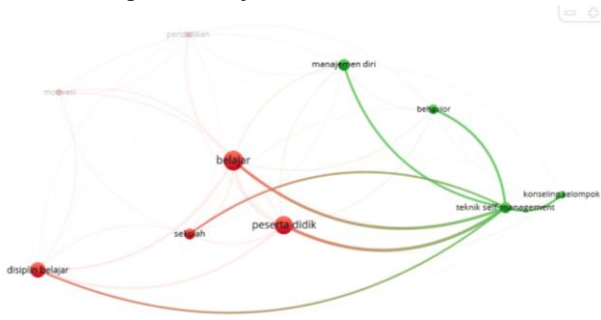


Gambar 1. Network Visualization

Berdasarkan analisis jaringan pada Gambar, teridentifikasi dua cluster utama yang menunjukkan kemunculan bersama (*co-occurrence*) kata kunci dalam artikel teknik *self-management* dan disiplin belajar siswa.

1. Klaster merah memuat kata kunci “belajar”, “peserta didik”, “disiplin belajar”, “motivasi”, “pendidikan” dan “sekolah”. Klaster ini menggambarkan fokus pada proses pembelajaran, karakteristik peserta didik, serta masalah kedisiplinan belajar di lingkungan sekolah. Node belajar dan peserta didik tampak paling besar, menunjukkan bahwa kedua kata kunci ini paling sering muncul dan menjadi pusat pembahasan dalam literatur.
2. Klaster hijau, terdiri dari kata kunci “teknik *self-management*”, “manajemen diri”, “behavior”, dan “konseling kelompok”. Klaster ini lebih menekankan pada metode intervensi dan pendekatan yang

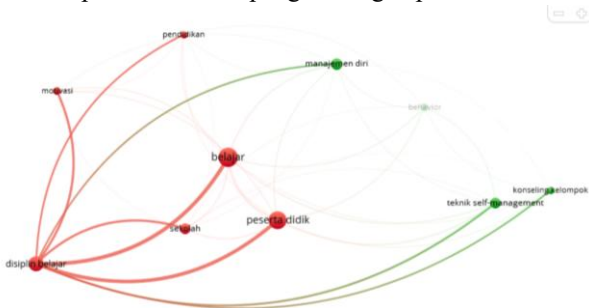
digunakan untuk meningkatkan disiplin belajar, terutama melalui konseling kelompok dan penguatan kemampuan manajemen diri



Gambar 2. Network visualization node teknik self-management

Klaster hijau menunjukkan hubungan kuat antara teknik *self-management* dengan konsep-konsep seperti "manajemen diri", "behavior" (perilaku), dan "konseling kelompok". Garis hijau yang tebal mengindikasikan bahwa topik-topik ini sangat sering muncul bersamaan dalam penelitian, menunjukkan keterkaitan konseptual yang erat. Klaster merah memperlihatkan hubungan teknik *self-management* dengan area pendidikan, khususnya "peserta didik", "belajar", "sekolah", dan "disiplin belajar". Hal ini mengonfirmasi bahwa aplikasi utama dari teknik *self-management* adalah dalam setting pendidikan.

Garis coklat kekuningan yang menghubungkan berbagai node menunjukkan adanya tumpang tindih atau keterkaitan antar klaster, mengindikasikan bahwa penelitian tentang teknik *self-management* mengintegrasikan aspek manajemen diri, perilaku, dan pembelajaran. Secara keseluruhan, visualisasi ini menggambarkan bahwa teknik *self-management* merupakan konsep penting yang banyak digunakan dalam konteks pendidikan dan pengembangan perilaku individu.



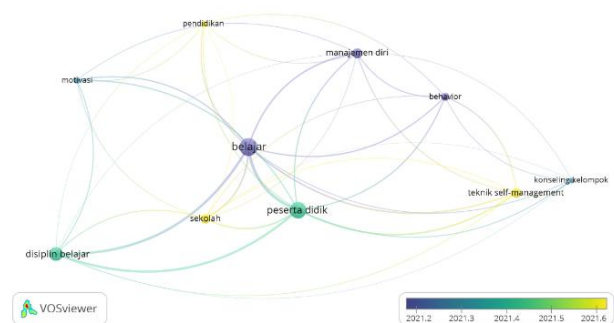
Gambar 2. Network visualization node disiplin belajar

Visualisasi ini menunjukkan peta hubungan penelitian dengan "disiplin belajar" sebagai salah satu node penting dalam jaringan. Klaster merah menunjukkan bahwa disiplin belajar memiliki hubungan sangat kuat dengan "peserta didik", "belajar", "sekolah", dan "motivasi".

Ketebalan garis merah yang mencolok, terutama antara disiplin belajar dengan peserta didik dan sekolah, menunjukkan bahwa penelitian tentang disiplin belajar sangat erat kaitannya dengan konteks pendidikan formal dan peserta didik sebagai subjek utama. Disiplin belajar juga terhubung dengan node motivasi dan pendidikan, mengindikasikan bahwa disiplin belajar tidak hanya dilihat sebagai perilaku belajar semata, tetapi juga dikaitkan dengan faktor psikologis (motivasi) dan konteks pendidikan secara lebih luas.

Klaster hijau/kuning menghubungkan disiplin belajar dengan "teknik *self-management*", "konseling kelompok", dan "manajemen diri". Garis yang menghubungkan disiplin belajar ke teknik *self-management* cukup tebal, menunjukkan bahwa teknik *self-management* sering dikaji sebagai intervensi atau strategi untuk meningkatkan disiplin belajar siswa. Hal ini mengonfirmasi bahwa kedua konsep ini memiliki keterkaitan konseptual yang kuat dalam literatur penelitian.

visualisasi ini menggambarkan bahwa disiplin belajar merupakan *outcome* atau variabel dependen yang sering diteliti dalam hubungannya dengan berbagai faktor seperti motivasi, karakteristik peserta didik, dan teknik-teknik intervensi seperti *self-management*.



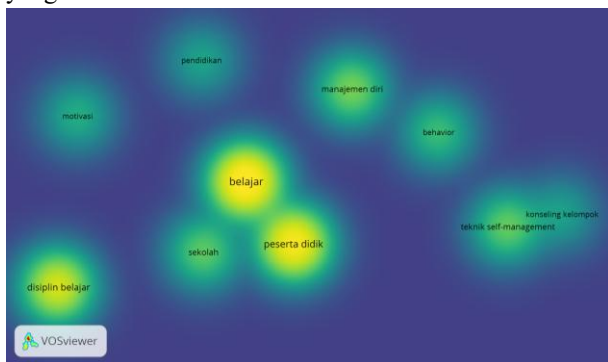
Gambar 4. Overlay visualization

Visualisasi ini menampilkan evolusi temporal publikasi penelitian terpusat pada rentang waktu 2021.2 - 2021.6 yang terbagi sebagai berikut:

1. Periode awal (2021.2–2021.3, warna biru/ungu): "manajemen diri", "behavior" dan "belajar" ketiga kata kunci ini menunjukkan bahwa penelitian pada fase awal berfokus pada landasan konseptual dan pendekatan perilaku dalam memahami proses belajar peserta didik.
2. Periode selanjutnya (2021.3–2021.4, warna biru-tosca) muncul kata kunci "konseling kelompok" dan "motivasi", menandakan mulai berkembangnya penelitian ke arah pendekatan intervensi melalui layanan bimbingan dan konseling serta faktor psikologis internal peserta didik

3. Periode pertengahan (2021.4, warna hijau): Pada fase ini, perhatian penelitian semakin mengarah pada hasil dan subjek penelitian, yang ditandai dengan kemunculan kata kunci “disiplin belajar” dan “peserta didik”.
4. Periode akhir (2021.5–2021.6, warna kuning): kata kunci sekolah, pendidikan, dan teknik *self-management*, menunjukkan bahwa penelitian mulai menitikberatkan pada konteks implementasi dan pemantapan teknik *self-management* dalam lingkungan pendidikan formal.

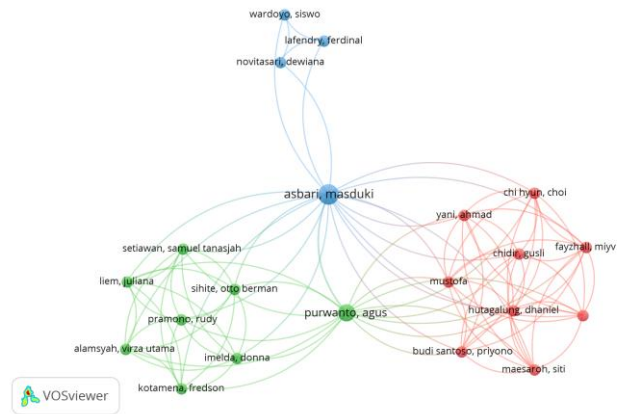
Rentang tahun ini menggambarkan bahwa penelitian terkait teknik *self-management* dan disiplin belajar meningkat secara signifikan pada periode tersebut, sehingga mayoritas publikasi terkonsentrasi pada tahun yang relatif berdekatan.



Gambar 5. *Density visualization*

Pada hasil visualisasi, area dengan kepadatan tertinggi (warna kuning terang) muncul pada kata kunci “belajar” dan “peserta didik.” Kedua kata kunci ini membentuk pusat literatur, yang berarti sebagian besar penelitian dalam topik ini selalu menempatkan proses belajar dan peserta didik sebagai fokus utama pembahasan. Di sekitar pusat utama tersebut, terdapat area kuning-hijau pada kata kunci “disiplin belajar”. Kepadatan ini menunjukkan bahwa disiplin belajar diposisikan sebagai *outcome* penting yang ingin dicapai.

Sementara itu, kata kunci “*teknik self-management*,” “manajemen diri,” dan “konseling kelompok” berada pada area hijau-tosca, yang menunjukkan kepadatan sedang. Artinya, topik mengenai intervensi *self-management* sudah banyak diteliti, tetapi belum sedominan pembahasan mengenai belajar, peserta didik, dan disiplin belajar. Dengan kata lain, minat peneliti terhadap *self-management* sebagai strategi intervensi mulai berkembang, namun secara jumlah penelitian pada topik ini masih lebih terbatas dibandingkan tema utama lainnya.



Gambar 6. *Network Visualization Co-authorship*

Hasil visualisasi jaringan *co-authorship* menunjukkan bahwa kolaborasi penulis terbagi ke dalam tiga klaster utama. Klaster biru terdiri atas empat penulis, dengan Asbari, Masduki sebagai penulis yang paling dominan dan menempati posisi sentral dalam jaringan. Ukuran node yang lebih besar serta banyaknya hubungan dengan penulis lain menunjukkan bahwa penulis tersebut memiliki intensitas kolaborasi yang tinggi dan berperan sebagai penghubung antar klaster.

Klaster hijau mencakup delapan penulis, di antaranya Purwanto, Agus; Setiawan, Samuel Tanasjah; Liem, Juliana; Imelda, Donna; dan penulis lainnya. Klaster ini memperlihatkan hubungan kolaborasi yang relatif kuat di dalam kelompok, yang mengindikasikan adanya kerja sama penelitian yang intens dalam lingkup kelompok riset tertentu. Selain itu, salah satu penulis dalam klaster ini juga memiliki keterkaitan dengan klaster lain, meskipun tidak dominan.

Sementara itu, klaster merah juga terdiri atas delapan penulis, seperti Chidi, Gusli; Hutagalung, Dhaniel; Maesaroh, Siti; Fayzhall, Miyyv; dan Yani, Ahmad. Klaster ini menunjukkan pola kolaborasi internal yang rapat, namun relatif terbatas dalam keterhubungan dengan klaster lainnya. Hal ini mengindikasikan bahwa kolaborasi pada klaster tersebut lebih bersifat internal dan terfokus pada kelompok penulis tertentu.

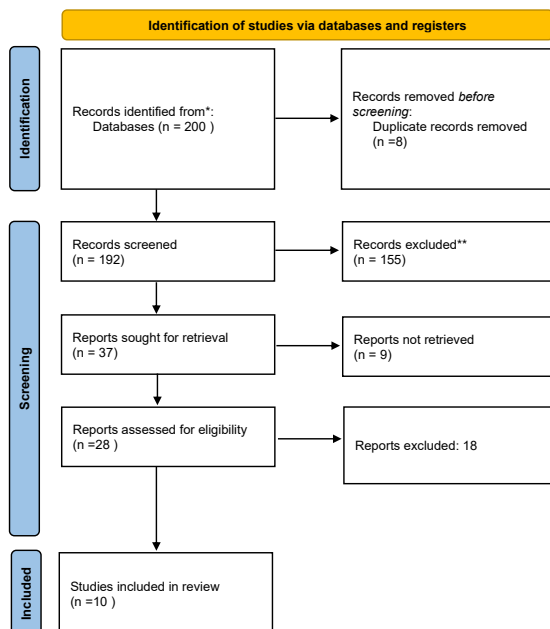
Hasil Systematic Literature Review

Pencarian literature dengan kata kunci yang ditetapkan yaitu “teknik *self-management*” AND “disiplin belajar” menghasilkan 200 artikel.

Citation metrics		Help
Publication years:	2019-2024	
Citation years:	6 (2019-2025)	
Papers:	200	
Citations:	2559	
Cites/year:	426.50	
Cites/paper:	12.80	
Cites/author:	1277.10	
Papers/author:	114.30	
Authors/paper:	2.25	
h-index:	20	
g-index:	47	
hI,norm:	15	
hI,annual:	2.50	
hA-index:	15	
Papers with ACC >= 1,2,5,10,20:	109,88,38,23,11	

Gambar 7. *metric citation SLR*

200 literatur yang dipublikasikan selama 2019-2024 memiliki total 2.559 sitasi. Rata-rata setiap literatur dikutip 12,80 kali dengan sitasi per tahun mencapai 426,50, dan H-index sebesar 20. Ini menunjukkan literatur dengan topik ini memiliki dampak yang cukup signifikan dalam komunitas akademik.

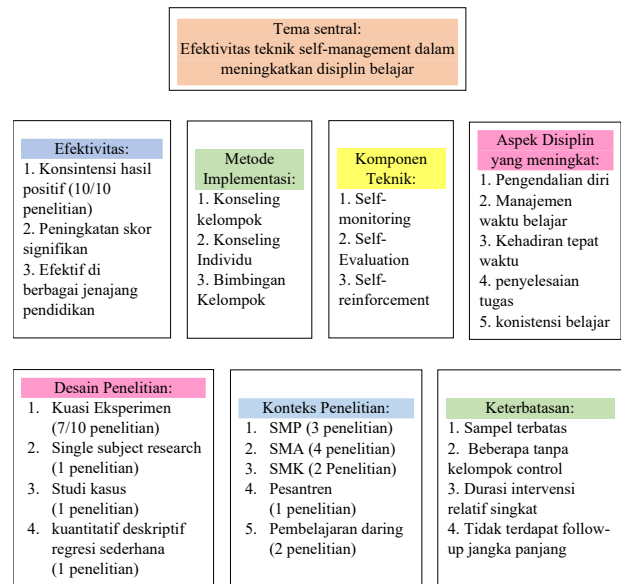


Gambar 8. *PRISMA Flow*

Dari 200 artikel awal yang teridentifikasi, sebanyak 8 artikel dihapus karena duplikasi dan 155 artikel dikeluarkan karena tidak relevan dengan topik penelitian, sehingga tersisa 37 artikel yang dilanjutkan ke tahap pencarian teks lengkap. Dari jumlah tersebut, 9 artikel tidak berhasil diperoleh teks lengkapnya. Oleh karena itu, hanya 28 artikel yang dapat dinilai kelayakannya secara penuh (*eligibility*). Kemudian, 18

artikel dikeluarkan karena tidak memenuhi kriteria inklusi. Dengan demikian, sebanyak 10 artikel memenuhi seluruh kriteria dan disertakan dalam proses sintesis pada *systematic literature review*.

Hasil sintesis naratif karakteristik, temuan dan keterbatasan 10 artikel menghasilkan *thematic map* sebagai berikut



Gambar 9. *Thematic Map*

PEMBAHASAN

Tren dan Perkembangan

Berdasarkan hasil analisis *co-occurrence* menggunakan VOSviewer, terlihat bahwa penelitian mengenai teknik *self-management* dan disiplin belajar peserta didik menunjukkan pola tren yang cukup jelas dan sistematis. Hal ini tampak dari pembentukan dua kluster utama pada *network visualization*, yaitu: (1) kluster yang berfokus pada proses pembelajaran dan karakteristik peserta didik (belajar, peserta didik, disiplin belajar, motivasi, sekolah, pendidikan), serta (2) kluster yang menekankan aspek intervensi melalui teknik *self-management* (teknik *self-management*, manajemen diri, *behavior*, dan konseling kelompok). Struktur kluster tersebut menunjukkan bahwa literatur tidak sekadar membahas disiplin belajar sebagai fenomena perilaku siswa, tetapi telah bergerak menuju pendekatan intervensi berbasis pengelolaan diri (*self-management*).

Selanjutnya, *overlay visualization* memperlihatkan bahwa perkembangan penelitian mengalami pergeseran fokus dari konsep dasar menuju aplikasi intervensi. Pada fase awal, penelitian lebih banyak membahas konsep manajemen diri, perilaku, dan belajar. Seiring waktu, fokus bergeser pada aspek peserta didik dan disiplin belajar sebagai outcome yang ingin ditingkatkan. Pada periode terkini, munculnya kata kunci teknik *self-*

management, sekolah, dan pendidikan menunjukkan bahwa penelitian mulai diarahkan pada penerapan teknik *self-management* secara praktis dalam lingkungan pendidikan formal. Hal ini berarti bahwa bidang penelitian ini telah bergerak dari ranah konseptual menuju tahap implementatif menjawab kebutuhan sekolah terhadap strategi intervensi yang aplikatif untuk meningkatkan disiplin belajar.

Rentang waktu yang relatif sempit pada *overlay visualization* (2021.2–2021.6) menunjukkan bahwa mayoritas penelitian yang memuat kata kunci tersebut terbit dalam periode yang berdekatan. Dengan kata lain, topik mengenai teknik *self-management* dan disiplin belajar mengalami lonjakan perhatian peneliti pada periode tersebut, sehingga menjadi tren penelitian yang berkembang secara intensif dalam waktu yang tidak terlalu panjang.

Sementara itu, *density visualization* memperkuat temuan bahwa fokus penelitian paling dominan masih berada pada konsep *belajar* dan *peserta didik*, yang tampak sebagai pusat kepadatan tertinggi. Disiplin belajar dan sekolah menempati kepadatan sedang-tinggi, yang menunjukkan bahwa keduanya merupakan konteks penting tetapi belum menjadi pusat eksplorasi utama. Sebaliknya, teknik *self-management*, manajemen diri, dan konseling kelompok berada pada area kepadatan sedang. Artinya, penerapan teknik *self-management* sebagai intervensi sudah cukup berkembang, namun jumlah penelitian yang secara langsung menguji efektivitasnya terhadap disiplin belajar masih relatif lebih sedikit dibandingkan literatur umum tentang proses belajar siswa. Kondisi ini sekaligus mengindikasikan adanya *research gap* yang masih terbuka, terutama terkait variasi metode pelaksanaan, keberlanjutan dampak, serta integrasinya dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Pola Kolaborasi Peneliti

Berdasarkan hasil analisis *co-authorship*, pola kolaborasi antarpemenuji dalam penelitian mengenai teknik *self-management* dan disiplin belajar peserta didik menunjukkan kecenderungan terbentuknya kolaborasi berbasis kluster. Pola ini mengindikasikan bahwa penelitian pada bidang tersebut sebagian besar dikembangkan melalui kelompok-kelompok riset yang memiliki keterikatan kerja sama yang kuat di dalam kelompoknya masing-masing.

Hasil visualisasi juga memperlihatkan bahwa terdapat peneliti yang berperan sebagai penghubung antar kluster. Keberadaan penulis sentral dalam jaringan menunjukkan bahwa aliran pengetahuan dan pengembangan kajian tidak sepenuhnya terpisah, melainkan masih memungkinkan terjadinya pertukaran gagasan antar kelompok riset. Hal ini penting dalam pengembangan kajian teknik *self-*

management karena memungkinkan integrasi perspektif dan pendekatan yang beragam dalam upaya meningkatkan disiplin belajar peserta didik.

Namun, keterbatasan hubungan antar kluster pada sebagian kelompok menunjukkan bahwa kolaborasi penelitian masih cenderung bersifat internal dan belum sepenuhnya terbuka. Pola ini mengindikasikan perlunya penguatan kerja sama lintas institusi dan lintas kelompok riset agar pengembangan kajian teknik *self-management* dapat dilakukan secara lebih komprehensif dan berkelanjutan.

Dengan demikian, pola kolaborasi antarpemenuji dalam penelitian mengenai teknik *self-management* dan disiplin belajar peserta didik didominasi oleh kelompok-kelompok riset tertentu dengan keberadaan satu atau beberapa peneliti kunci sebagai penghubung. Pola ini menunjukkan bahwa meskipun penelitian telah berkembang melalui kolaborasi, peluang untuk memperluas jejaring kerja sama ilmiah masih terbuka dan perlu terus ditingkatkan.

Systematic Literature Review

Berdasarkan hasil analisis terhadap 10 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dalam *systematic literature review* ini, diperoleh pemetaan tema (*thematic map*) yang menggambarkan pola penelitian terkait teknik *self-management* dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik. Tema sentral penelitian berfokus pada penerapan teknik *self-management*, yang selanjutnya terpetakan ke dalam beberapa tema utama, yaitu:

a. Efektivitas

Seluruh artikel menunjukkan hasil positif dengan peningkatan skor disiplin belajar yang signifikan, baik secara statistik maupun praktis. Efektivitas teknik *self-management* ditunjukkan melalui berbagai indikator kuantitatif yang konsisten. (Afdiyah & Christiana, 2023; Anjani et al., 2020; Rositah & Rahima, 2021) melaporkan peningkatan rata-rata skor *pretest* dan *post-test*. Kemudian Lilik So'imah & Muhimmatul Hasanah (2022) menemukan nilai *R square* sebesar 0,681, mengindikasikan bahwa *self-management* memberikan kontribusi sebesar 68,1% terhadap pembentukan disiplin belajar santri. (Natasya, 2024) melaporkan nilai mean *N-gain score* sebesar 1,3779 yang masuk kategori tinggi, sementara Achmadi & Lianawati (2021) menemukan nilai *asympt. Sig SPSS* $0,005 < 0,05$, mengkonfirmasi adanya pengaruh signifikan.

Selain peningkatan skor, berbagai penelitian juga mendeskripsikan perubahan perilaku konkret. Anjani et al. (2020) melaporkan bahwa satu minggu setelah *treatment*, subjek sudah terbiasa hidup teratur, memanfaatkan waktu luang, serta merencanakan dan melakukan kegiatan

belajar, dengan aspek kemampuan mengendalikan diri mengalami kenaikan terbesar. Afdiyah dan Christiana (2023) mencatat perubahan spesifik seperti kemampuan menolak ajakan teman untuk keluar kelas, keberanian bertanya pada guru, membiasakan mencatat jadwal pengumpulan tugas, dan menyicil tugas agar tidak menumpuk. Suryaning & Kholisna (2023) melaporkan peningkatan pada empat indikator utama disiplin belajar, yaitu berkurangnya perilaku bolos sekolah, terlambat, keluar saat jam kosong, dan bolos pelajaran. Hal ini menunjukkan bahwa *self-management* tidak hanya berdampak pada pembentukan kebiasaan belajar yang lebih disiplin.

b. Metode Implementasi dan Komponen

Komponen yang digunakan dalam teknik *self-management* beragam namun secara umum, terdapat beberapa komponen self-management yang muncul secara konsisten dalam artikel-artikel yang direview, yaitu *self-monitoring*, *self-evaluation*, dan *self-reinforcement*. Melalui *self-monitoring*, siswa dilatih untuk mengamati dan mencatat perilaku belajar mereka sendiri. Tahap ini menjadi dasar bagi proses evaluasi diri, yaitu kemampuan menilai sejauh mana perilaku yang dilakukan sudah sesuai dengan target yang ditetapkan (Anjani et al., 2020; Natasya, 2024). *Selanjutnya self-evaluation* mencakup penilaian terhadap perilaku sendiri berdasarkan standar yang telah ditetapkan. Afdiyah & Christiana (2023) menunjukkan bahwa subjek mampu mengidentifikasi hambatan serta solusinya secara mandiri. Ketiga, *self-reinforcement* yang meliputi pemberian reward dan punishment pada diri sendiri, ditemukan efektif dalam mempertahankan motivasi dan konsistensi perilaku disiplin.

Pelaksanaan komponen-komponen ini umumnya dilakukan secara sistematis melalui sesi konseling individual maupun kelompok (Adirama et al., 2023; Rositah & Rahima, 2021). Beberapa penelitian juga menekankan pentingnya penetapan tujuan belajar, penyusunan kontrak perilaku, serta penggunaan buku catatan atau *behavioral diary* sebagai alat bantu monitoring (Adrillian et al., 2024; Afdiyah & Christiana, 2023; Natasya, 2024; Sari et al., 2024). Tahapan yang terstruktur terbukti membantu siswa memahami proses pengelolaan diri dan mengaplikasikannya secara mandiri dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa perubahan disiplin belajar dapat dicapai dalam durasi intervensi yang relatif singkat, mulai dari dua minggu hingga enam kali pertemuan (Adirama et al., 2023; Natasya, 2024). Meskipun demikian, beberapa penelitian mengakui bahwa belum banyak dilakukan pengukuran *follow-up* untuk melihat keberlanjutan

perubahan perilaku dalam jangka panjang (Afdiyah & Christiana, 2023; Septianingrum et al., 2022).

c. Konteks dan Adaptasi

Teknik *self-management* terbukti efektif dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik di berbagai jenjang pendidikan. Temuan ini mencakup berbagai konteks pendidikan, mulai dari Sekolah Menengah Pertama (Achmadi & Lianawati, 2021; Afdiyah & Christiana, 2023; Rositah & Rahima, 2021), Sekolah Menengah Atas (Adirama et al., 2023; Anjani et al., 2020; Natasya, 2024; Sari et al., 2024; Septianingrum et al., 2022), hingga Sekolah Menengah Kejuruan (Suryaning & Kholisna, 2023) dan Pondok Pesantren (Lilik So'imah & Muhimmatul Hasanah, 2022).

Selain itu, Teknik *self-management* menunjukkan fleksibilitas untuk diadaptasi pada berbagai konteks pembelajaran. Dalam konteks pembelajaran daring selama pandemi COVID-19, Septianingrum et al. (2022) menemukan bahwa *self-management* efektif meningkatkan disiplin diri siswa melalui *self-control*. Perubahan perilaku belajar terjadi melalui kesadaran diri siswa, dengan *self-management* membantu mengatasi tantangan unik pembelajaran daring seperti keterbatasan pengawasan langsung dan godaan distraksi di rumah. Achmadi & Lianawati (2021) juga mengaitkan rendahnya disiplin dengan faktor internal dan eksternal dalam konteks pandemi COVID-19, menunjukkan relevansi self-management untuk situasi yang menuntut kemandirian tinggi.

Lilik So'imah & Muhimmatul Hasanah (2022) menunjukkan bahwa teknik *self-management* juga efektif diterapkan dengan menemukan pengaruh positif dan signifikan antara *self-management* dengan kedisiplinan belajar santri. Nilai R square sebesar 0,681 menunjukkan kontribusi sebesar 68,1% terhadap pembentukan disiplin belajar.

d. Dampak Aspek Disiplin Belajar yang Meningkat

Teknik *self-management* tidak hanya berdampak pada perubahan perilaku, tetapi juga pada aspek kognitif peserta didik. Suryaning & Kholisna (2023) menemukan bahwa penerapan komponen *self-monitoring*, *self-reward*, *self-contracting*, dan *stimulus control* berpengaruh pada perilaku sekaligus kognisi peserta didik, sehingga perubahan yang terjadi bersifat lebih berkelanjutan. Kemudian Septianingrum et al. (2022) menjelaskan bahwa perubahan disiplin belajar terjadi melalui peningkatan kesadaran diri peserta didik, sehingga kemampuan kognitif seperti merencanakan, memantau, dan mengevaluasi proses belajar turut berkembang.

Selain itu, *self-management* berkontribusi pada penguatan kemandirian dan otonomi belajar. Penerapan

teknik ini mendorong peserta didik untuk mengatur perilaku belajar secara mandiri dan konsisten (Sari et al., 2024). Bahkan, mampu menentukan reward dan punishment sendiri serta melaksanakan *self-management* tanpa ketergantungan pada pengawasan eksternal (Natasya, 2024). Hal serupa juga ditemukan oleh Afdiyah dan Christiana (2023), di mana peserta didik mampu mengidentifikasi hambatan belajar dan mencari solusi secara mandiri. Dengan demikian, *self-management* tidak hanya meningkatkan disiplin belajar, tetapi juga membangun kemampuan peserta didik yang mandiri dan bertanggung jawab.

e. Keterbatasan Penelitian

Meskipun temuan-temuan menunjukkan efektivitas yang konsisten, analisis terhadap keterbatasan mengidentifikasi beberapa tantangan metodologis. Sebagian besar artikel menggunakan sampel yang relatif kecil dan terbatas pada satu sekolah, sehingga generalisasi hasil masih terbatas (Anjani et al., 2020; Rositah & Rahima, 2021; Sari et al., 2024; Adirama et al., 2023). Durasi intervensi yang relatif singkat menjadi keterbatasan lain, di mana sebagian besar artikel belum melakukan pengukuran jangka panjang untuk menilai keberlanjutan efek intervensi (Anjani et al., 2020; Septianingrum et al., 2022; Afdiyah & Christiana, 2023; Adirama et al., 2023).

Desain penelitian juga menjadi tantangan, beberapa artikel menggunakan desain pre-eksperimental tanpa kelompok kontrol yang dapat mengurangi validitas internal penelitian (Natasya, 2024; Achmadi & Lianawati, 2021; Suryaning & Kholisna, 2023; Afdiyah & Christiana, 2023). Lilik So'imah dan Muhimmatul Hasanah (2022) menggunakan desain deskriptif korelasional tanpa data pre-post, sehingga hubungan yang ditemukan bersifat asosiasi bukan kausal murni, serta tidak menjelaskan secara rinci bentuk konkret latihan/teknik dan durasi intervensi yang relatif singkat. Rositah dan Rahima (2021) hanya berfokus menguji efektivitas secara kuantitatif tanpa menjelaskan proses, tahapan, dan komponen teknik yang digunakan.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis bibliometrik dan *systematic literature review*, dapat disimpulkan bahwa penelitian mengenai teknik *self-management* dan disiplin belajar peserta didik menunjukkan tren dan perkembangan yang semakin terarah. Analisis *co-occurrence* melalui *network*, *overlay*, dan *density visualization* memperlihatkan bahwa penelitian awalnya banyak membahas aspek belajar, peserta didik, dan perilaku. Seiring waktu, fokus penelitian mulai bergeser pada penerapan teknik self-

management sebagai strategi intervensi untuk meningkatkan disiplin belajar di lingkungan pendidikan formal. Namun demikian, kepadatan topik pada aspek intervensi masih berada pada kategori sedang, sehingga menunjukkan bahwa penelitian terkait implementasi teknik *self-management* masih memiliki ruang untuk terus dikembangkan.

Kemudian kolaborasi peneliti, hasil analisis *co-authorship* menunjukkan bahwa pola kerja sama cenderung terbentuk dalam kelompok-kelompok riset tertentu. Beberapa peneliti berperan sebagai penghubung antar klaster, namun hubungan antar kelompok penelitian masih belum merata. Hal ini menunjukkan bahwa jejaring kerja sama ilmiah sebenarnya sudah berjalan, tetapi masih perlu diperkuat agar pengembangan kajian teknik *self-management* dapat dilakukan secara lebih luas dan berkelanjutan.

Selanjutnya, hasil sintesis *systematic literature review* menunjukkan bahwa teknik *self-management* secara konsisten terbukti efektif meningkatkan disiplin belajar peserta didik di berbagai jenjang dan konteks pendidikan. Teknik ini tidak hanya berdampak pada peningkatan skor disiplin secara statistik, tetapi juga mendorong perubahan perilaku nyata, penguatan kemandirian belajar, serta kemampuan regulasi diri peserta didik. Meskipun demikian, beberapa artikel masih memiliki keterbatasan, seperti ukuran sampel yang kecil, durasi intervensi yang singkat, serta desain penelitian yang belum sepenuhnya mampu melihat keberlanjutan efek intervensi dalam jangka panjang.

Secara keseluruhan, teknik *self-management* merupakan salah satu pendekatan yang relevan, aplikatif, dan efektif untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik. Tren penelitian menunjukkan arah yang positif menuju penguatan intervensi di sekolah, namun pengembangan penelitian di masa mendatang tetap diperlukan agar penerapannya dapat dilakukan secara lebih optimal, terukur, dan berkelanjutan.

Saran

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian ini, maka beberapa saran yang dapat diajukan adalah:

1. Bagi guru bimbingan dan konseling atau konselor sekolah, teknik *self-management* dapat dijadikan salah satu alternatif intervensi untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik, dengan menerapkan secara sistematis dan terstruktur melalui komponen seperti *self-monitoring*, *self-evaluation*, *self-reinforcement*, dan pengaturan lingkungan belajar secara sistematis.
2. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk menggunakan desain penelitian yang lebih kuat misalnya menggunakan eksperimen dengan kelompok

kontrol, quasi-eksperimen, atau mixed-methods agar hasil yang diperoleh memiliki validitas internal yang lebih tinggi. Selain itu juga disarankan melibatkan jumlah sampel yang lebih besar, serta melakukan pengukuran lanjutan (*follow-up*) untuk melihat keberlanjutan efek jangka panjang teknik self-management terhadap disiplin belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmadi, A., & Lianawati, A. (2021). Penggunaan Teknik Self-Management Dalam Konseling Kelompok Terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas IX SMP Negeri 24 Surabaya. *HELPER: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 38(2), 69–78. <https://doi.org/10.36456/helper.vol38.no2.a3937>
- 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: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(1), 590. <https://doi.org/10.29210/1202322995>
- Adrillian, H., Mariani, S., Prabowo, A., Zaenuri, Z., & Walid, W. (2024). Media Pembelajaran Berbasis Game Edukasi Matematika Untuk Meningkatkan Motivasi Dan Hasil Belajar Peserta Didik: Systematic Literature Review. *Jurnal Riset Dan Inovasi Pembelajaran*, 4(2), 751–767. <https://doi.org/10.51574/jrip.v4i2.1444>
- Afdiyah, K., & Christiana, E. (2023). Konseling Individu Teknik Self Management untuk Meningkatkan Perilaku Disiplin Belajar Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 12(2), 257–266.
- Akmaluddin, & Haqqi. (2019). Kedisiplinan Belajar Siswa di Sekolah Dasar (SD) Negeri Cot Keu Eung Kabupaten Aceh Besar (Studi Kasus). *Journal of Education Science (JES)*, 5(2), 2019. <https://jurnal.uui.ac.id/index.php/jes/article/view/467>
- Alam, F. A. (2020). Pengaruh Tingkat Pendidikan Dan Perhatian Orang Tua Terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa Di SMP Negeri 3 Barru. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*. <http://jurnal.umbarru.ac.id/index.php/bkmb/article/view/48>
- 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.
- Cooper, J. O., Heron, T. E., & Heward, W. L. (2013). Applied Behavior Analysis: Pearson New International Edition. In *Applied Behavior Analysis: Pearson New International Edition*. http://login.proxy.library.vanderbilt.edu/login?url=https://search.proquest.com/docview/2148518090?accountid=14816%0Ahttps://catalog.library.vanderbilt.edu/openurl/01VAN_INST/01VAN_INST:vanui??url_ver=Z39.88-2004&rft_val_fmt=info:ofi/fmt:kev:mtx:book&genre
- Cormier, S., Nurius, P. S., Osborn, C. J., & Cole, B. (2009). *Interviewing and Change Strategies for Helpers, 6th Edition*. Brooks/Cole.
- Donthu, N., Kumar, S., Mukherjee, D., Pandey, N., & Lim, W. M. (2021). How to conduct a bibliometric analysis: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 133, 285–296. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2021.04.070>
- Harahap, J. S., Silvianeteri, S., & Hayati, R. (2024). KEMAJUAN PENELITIAN DAN PUBLIKASI TENTANG KONSELING MULTIKULTURAL: TINJAUAN DAN ANALISIS BIBLIOMETRIC. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 10(2), 123–135. <https://doi.org/https://doi.org/10.22373/je.v10i2.26915>
- Hurlock, E. B. (1972). *Child Development*. McGraw-Hill.
- Khairani, A., Sugianto, A., & Ildiyanita, R. (2022). Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Nilai Karakter Mandiri Belajar Siswa. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 8(1), 62. <https://doi.org/10.31602/jbkr.v8i1.7076>
- Laily, Z., & Subkhan, K. (2015). Pengaruh Motivasi Belajar dan Kedisiplinan Belajar terhadap Prestasi Belajar Mata Pelajaran Akuntansi Siswa Kelas XI IPS SMA N 3 Pati Tahun Pelajaran 2013/2014. *EEAJ: Economic Education Analysis Journal Info Artikel*, 4(1). <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/eeaj>
- Lilik So'imah, & Muhimmatul Hasanah. (2022). Pengaruh Self Management Terhadap Kedisiplinan Belajar Santri Di Pondok Pesantren Sunan Drajat. *CONSEILS: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 31–41. <https://doi.org/10.55352/bki.v2i2.657>
- Miltenberger, R. G. (2011). Behavior modification: Principles and procedures (5th ed.). In *Behavior modification: Principles and procedures (2nd ed.)*. <https://doi.org/10.1080/01431161.2016.1204478>
- Mu'min, A., Sindring, A., & Fadhilah Umar, N. (2022). Analisis Rendahnya Kedisiplinan Belajar Siswa dan Penanganannya (Study Kasus Siswa Kelas X SMAN 5 Enrekang) Analysis of Low Student Learning Discipline and Handling it (Case Study of Students Class X SMAN 5 Enrekang). *PINISI JOURNAL OF EDUCATION*.
- Natasya, A. (2024). Improving Learning Discipline Through Self-Management Techniques in Students At Sma Negeri 1 Kedamean. *Indonesian*

- Vocational Research Journal*, 3(2), 26. <https://doi.org/10.30587/ivrj.v3i2.7215>
- Nuraini, R. S. R., Anwar, K., & Aminah. (2020). Meningkatkan motivasi belajar dengan konseling kelompok dengan teknik self-management di smp negeri 4 murung pudak. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 6(1), 26–31. <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/AN-NUR>
- Nurmawati, N., & Oktaviyani, H. N. (2023). PROFIL KEDISIPLINAN SISWA DI SMP NEGERI 9 TAMBUN SELATAN. *Research and Development Journal of Education*, 9(2), 552. <https://doi.org/10.30998/rdje.v9i2.17847>
- Nurwadani, P. A., Syarifuddin, S., Gunawan, G., & Dusalan, D. (2021). Hubungan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Numbered Head Together (NHT) terhadap Minat dan Hasil Belajar Siswa di Kelas VII SMP Negeri 4 Kota Bima Tahun Pelajaran 2021/2022. *DIKSI: Jurnal Kajian Pendidikan Dan Sosial*, 2(1), 25–38. <https://doi.org/10.53299/diksi.v2i1.100>
- Öztürk, O., Kocaman, R., & Kanbach, D. K. (2024). How to design bibliometric research: an overview and a framework proposal. *Review of Managerial Science*, 18(11), 3333–3361. <https://doi.org/10.1007/s11846-024-00738-0>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *Systematic Reviews*, 10(1), 89. <https://doi.org/10.1186/s13643-021-01626-4>
- Pebrianti, D., Suhendri, P., Dhyah, Y., Tingkat, P., Belajar, K., & Kelas, S. (2022). *Tingkat Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas X SMK Palebon Semarang Abstrak*.
- Rositah, R., & Rahima, R. (2021). Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa. *Jurnal Administrasi Pendidikan & Konseling Pendidikan*, 2(1), 16. <https://doi.org/10.24014/japkp.v2i1.10181>
- Sari, N., Saman, A., & Buchori, S. (2024). *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Management Terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa Sekolah Menengah Atas di Kabupaten Gowa (The Influence of Group Tutoring Services with Self Management Techniques on the Learning Discipline of High Scho.* 0, 244–258. <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>
- Septianingrum, N. A., Kiswanto, A., & Rahardjo, S. (2022). Mengatasi Rendahnya Disiplin Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19 Melalui Konseling Behavioristik Teknik Self Management. *Jurnal Muria Research Guidance and Counseling (MRGC)*, 1(1), 1–17. <https://doi.org/10.24176/mrgc.v1i1.8602>
- Siddaway, A. P., Wood, A. M., & Hedges, L. V. (2019). How to Do a Systematic Review: A Best Practice Guide for Conducting and Reporting Narrative Reviews, Meta-Analyses, and Meta-Syntheses. *Annual Review of Psychology*, 70, 747–770. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010418-102803>
- Sugiarto, S., Widyana, R., & Yunika, N. (2021). Efektivitas Pelatihan Manajemen diri untuk meningkatkan kedisiplinan siswa SMA N1 Sedayu. *PSYCHE: Jurnal Psikologi*, 3(1), 22–37. <https://doi.org/10.36269/psyche.v3i1.298>
- Sulistiawati, S., Kusumah, Y. S., Dahlan, J. A., Juandi, D., & Vos, H. (2023). A Bibliometric Analysis: Trend of Studies in Self-Regulated Learning Over The Past Three Decades. *Indonesian Journal on Learning and Advanced Education (IJOLAE)*, 5(2), 178–197. <https://doi.org/10.23917/ijolae.v5i2.21381>
- Suryaning, M., & Kholisna, T. (2023). Pelatihan Self Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa. *Psikodinamika: Jurnal Literasi Psikologi*, 3(2). <https://doi.org/10.36636/psikodinamika.v3i2.2189>
- Tu'u, T. (2004). *Peran Disiplin Pada Perilaku dan Prestasi Siswa* (Issue 0). Grasindo.