

MATERIAL DEVELOPMENT OF SELF MANAGEMENT

Surtia Mustika¹, Rosmawati², Zulfan Saam³

Email: surtiamustika96@gmail.com, rosandi5658@gmail.com, zulfansaam@yahoo.com

No.Hp: [082283876689](tel:082283876689), [08127534058](tel:08127534058), [081365273952](tel:081365273952)

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Riau

Abstract : *This study aims at drafting material about self management needed for junior high school students in terms of the clarity of the material , the material systematics , image support , renewal of the material , and completeness of the materials and support vidio / game . Before the researchers gave the material to the students , the researchers first demonstrated the results of his material to the supervisor I and II lecturers , teachers on counseling where researchers do research as much as 2 people . After much pass a revision with the suggestions by experts subsequent researchers provide self management material is 4x meeting . Then, after the researchers gave the students teaching materials such materials provide an assessment of the self management of a given material. Of the value given by experts and students of the obtained results of calculations for clarity aspects of material gain values including very clear category with a score of 4.43 , for the systematic aspects of material gain values including systematic category with a score of 3,80 , to aspects of image support received grades 4.47 which included a very good category , for the aspects of renewal of the material received grades 4.05 which included a new category , and for aspects of the completeness of the materials obtained a value of 4.58 which included a very complete category , and to support the games / vidio scored 4.41 which includes very support category , whereas for all aspects of the material assessment showed that the materials developed already meet the criteria are expected to obtain a value of 4.29 which included a very good category .*

Keywords : *Material development , self management*

PENGEMBANGAN MATERI MANAJEMEN DIRI

Surtia Mustika¹, Rosmawati², Zulfan Saam³

Email: surtiamustika96@gmail.com, rosandi5658@gmail.com, zulfansaam@yahoo.com

No.Hp: [082283876689](tel:082283876689), [08127534058](tel:08127534058), [081365273952](tel:081365273952)

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Riau

Abstrak : Penelitian ini bertujuan tersusunnya materi tentang manajemen diri yang diperlukan untuk siswa SMP ditinjau dari kejelasan materi, sistematika materi, dukungan gambar, keterbaruan materi, dan kelengkapan materi serta dukungan video/game. Sebelum peneliti memberikan materi kepada siswa, peneliti terlebih dahulu memperlihatkan hasil materinya kepada dosen pembimbing I dan dosen pembimbing II, guru Bimbingan konseling tempat peneliti lakukan penelitian sebanyak 2 orang. Setelah banyak melewati revisi disertai saran-saran oleh para ahli selanjutnya peneliti memberikan materi manajemen diri ini sebanyak 4x pertemuan. Kemudian setelah peneliti memberikan bahan ajar materi tersebut siswa memberikan penilaian terhadap materi manajemen diri yang diberikan. Dari nilai yang diberikan oleh para ahli dan siswa-siswa maka diperoleh hasil perhitungan untuk aspek kejelasan materi memperoleh nilai yang termasuk kategori sangat jelas dengan skor 4,43, untuk aspek sistematika materi memperoleh nilai yang termasuk kategori sistematika dengan skor 3,80 , untuk aspek dukungan gambar memperoleh nilai 4,47 yang termasuk kategori sangat bagus , untuk aspek keterbaruan materi memperoleh nilai 4,05 yang termasuk kategori sangat baru, dan untuk aspek kelengkapan materi memperoleh nilai 4,58 yang termasuk kategori sangat lengkap, dan untuk dukungan game/video memperoleh nilai 4,41 yang termasuk kategori sangat mendukung, sedangkan untuk keseluruhan aspek penilaian materi menunjukkan bahwa materi yang dikembangkan sudah memenuhi kriteria yang diharapkan dengan memperoleh nilai 4,29 yang termasuk kategori sangat baik.

Kata kunci: pengembangan materi, manajemen diri

PENDAHULUAN

Pendidikan bagi kehidupan manusia merupakan kebutuhan mutlak yang harus dipenuhi sepanjang hayat. Tanpa pendidikan mustahil suatu kelompok manusia dapat hidup berkembang sejalan dengan cita-cita untuk maju, sejahtera, dan bahagia sesuai dengan tujuan pendidikan nasional di Indonesia dalam pembukaan UUD 1945 alinea IV mengamanatkan tujuan utama pendidikan adalah untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia yang seutuhnya. Menurut Undang-undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Sugiyono, 2010).

Terkait dengan dunia pendidikan, dalam mewujudkan keberhasilan belajar dibutuhkan kerjasama antara siswa, pihak sekolah, dan orangtua. Salah satu indikator yang penting untuk mengukur keberhasilan pendidikan dapat dilihat dari prestasi belajar siswa yang dapat ditunjukkan melalui nilai yang diberikan oleh seorang guru dari jumlah bidang studi yang telah dipelajari peserta didik. Oleh karena itu, prestasi belajar sangat erat kaitannya dengan kualitas siswa, guru, dan orangtua dalam mendukung kegiatan pembelajaran.

Pada dasarnya siswa suka kebebasan dan tidak ingin diperintah, kurang suka memikul tanggung jawab, tidak bersedia bekerja sama, suka mementingkan diri sendiri, bersedia bekerja yang ringan dengan penghasilan besar, sering melakukan pelanggaran misalnya terlambat datang di tempat kerja atau menunda-nunda pekerjaan. Indikasi-indikasi tersebut mengarah pada perilaku yang tidak dapat memanfaatkan waktu secara efektif (McGregor dalam Saydam: 2000).

Belakangan ini, permasalahan dalam penerapan disiplin belajar sering dialami siswa. Baik itu disiplin belajar di sekolah maupun disiplin belajar di rumah. Hal ini sangat berdampak buruk bagi siswa. Individu yang sulit melakukan sesuatu sesuai batas waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan, mempersiapkan sesuatu dengan sangat berlebihan, dan gagal dalam menyelesaikan tugas.

Disiplin merupakan aspek utama pada pendidikan yang diamanatkan oleh guru di sekolah. Karena mereka bertanggung jawab secara kodrati dalam meletakkan dasar-dasar dan fondasinya kepada siswa. Disiplin adalah salah satu cara untuk meraih suatu keberhasilan atau kesuksesan. Semua individu meyakini bahwa setiap siswa pasti ingin meraih keberhasilan. Untuk dapat belajar dengan baik seorang siswa harus memiliki kemampuan *self management* yang baik pula. Tidak hanya dalam belajar, siswa juga dituntut untuk disiplin dalam segala hal. Oleh karena itu manajemen diri yang baik sangat diperlukan oleh seorang siswa.

Permasalahan Manajemen diri dalam belajar tidak hanya menjadi tanggung jawab guru bidang studi tetapi juga menjadi tanggung jawab guru pembimbing di sekolah yaitu melalui layanan bimbingan dan konseling karena salah satu tujuan bimbingan dan konseling adalah membantu individu untuk menjadi insan yang dapat mengatur dan mengelola dirinya dengan baik.

Self management atau manajemen diri berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna (Gie:2000).

Gie (2000) menyatakan bahwa manajemen diri bagi siswa mencakup sekurang-kurangnya 4 bentuk perbuatan sebagai berikut: (1) pendorongan diri (*Self Motivation*); (2) penyusunan diri (*Self Organization*); (3) pengendalian diri (*Self Control*); (4) pengembangan diri (*Self Development*).

Penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa Dalam proses pembelajaran manajemen diri merupakan faktor penting dalam menunjang siswa memperoleh prestasi yang optimal pada mata pelajaran (Alwisol, 2014). Dan penelitian lain menunjukkan bahwa penerapan teknik *self-management* efektif untuk meningkatkan konsep diri siswa (Suwardani:2014)

Dari hasil pengamatan sementara di tempat penulis melaksanakan PPL tahun 2016, yaitu di SMP Negeri 32 Pekanbaru maka penulis masih banyak melihat siswa yang manajemen diri nya buruk, ada beberapa fenomena yang terjadi di sekolah:

1. Tidak ada materi tentang manajemen diri disekolah tersebut.
2. Terbatasnya materi tentang pengembangan diri
3. Banyaknya keluhan siswa tentang kurangnya layanan informasi tentang manajemen diri
4. Banyaknya siswa yang manajemen dirinya buruk
5. Banyaknya keluhan siswa tentang sulitnya mengatur waktu belajar
6. Tidak disiplin dalam belajar
7. Sering terlambat ke sekolah, 10-20% dari setiap kelas.
8. Sering menunda mengerjakan tugas yang diberikan.
9. Mengantuk saat proses belajar mengajar.
10. Banyaknya waktu yang dilakukan untuk hal yang tidak penting.
11. Tidak bisa mengatur emosi dengan teman saat belajar
12. Pakaian yang tidak rapi dengan alasan terburu-buru ke sekolah.

Berdasarkan fenomena yang ditemukan tersebut penulis menetapkan topik permasalahan adalah manajemen diri siswa yang buruk. Dalam rangka memecahkan permasalahan tersebut maka dilakukan penelitian yang berjudul “**PENGEMBANGAN MATERI MANAJEMEN DIRI**“ yang nanti digunakan sebagai bahan ajar untuk memberikan layanan bimbingan dan konseling.

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: (1) Bagaimana pengembangan materi tentang manajemen diri yang sesuai untuk siswa ditinjau dari kejelasan materi, sistematika materi, dukungan gambar, keterbaruan materi dan kelengkapan materi serta dukungan *game/video* ? (2) Bagaimana kualitas materi yang dihasilkan?

Tujuan penelitian ini adalah: (a) Tersusun dan berkembangnya materi tentang manajemen diri yang diperlukan untuk siswa ditinjau dari kejelasan, sistematika, dukungan gambar, keterbaruan dan kelengkapan materi serta dukungan *game/video*. (b) Mengetahui kualitas materi yang dihasilkan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode pengembangan. Sasaran dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII.2 SMP NEGERI 32 PEKANBARU. Penelitian dan Pengembangan atau R&D adalah suatu proses atau langkah-langkah untuk

mengembangkan suatu produk baru atau menyempurnakan produk yang telah ada, yang dapat dipertanggungjawabkan (Sukmadinata, 2010).

Penelitian ini bertujuan tersusunnya materi tentang manajemen diri yang diperlukan untuk siswa SMP ditinjau dari kejelasan materi, sistematika materi, dukungan gambar, keterbaruan materi, dan kelengkapan materi serta dukungan Video/Game. Sebelum peneliti memberikan materi kepada siswa, peneliti terlebih dahulu memperlihatkan hasil materinya kepada dosen pembimbing I dan dosen pembimbing II, guru Bimbingan konseling tempat peneliti lakukan penelitian sebanyak 2 orang yang bertindak sebagai validator.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kualitas Materi Resiliensi

Tabel 4.5 Hasil Analisis Validitas Materi Manajemen Diri oleh Seluruh Validator

No	Indikator yang Dinilai	Dosen	Guru BK	Siswa	Rata-rata	Kualitas
1	Kejelasan Materi	4,50	4,50	4,29	4,43	Sangat baik
2	Sistematika Materi	4,00	3,50	3,90	3,80	Baik
3	Dukungan Gambar	4,50	4,50	4,43	4,47	Sangat baik
4	Keterbaruan Materi	4,00	4,00	4,17	4,05	Baik
5	Kelengkapan Materi	4,50	5,00	4,26	4,58	Sangat baik
6	Dukungan Games/Video	4,00	5,00	4,24	4,41	Sangat baik
Rata-rata Seluruh Indikator		4,25	4,41	4,21	4,29	Sangat baik

Sumber : Data Olahan Penelitian 2017

Dengan interpretasi nilai Sangat Bagus = 5, Bagus = 4, Cukup Bagus = 3, Tidak Bagus = 2, dan Sangat Tidak Bagus = 1.

Dari tabel di atas diperoleh gambaran hasil dari penilaian seluruh validator yang menunjukkan hasil dari masing-masing kualitas aspek dari materi yang telah disusun oleh peneliti, yaitu:

1. Kualitas Kejelasan Materi

Kualitas aspek kejelasan materi adalah 4.43 , berdasarkan kriteria kualitas termasuk dalam kategori “Sangat Baik” karena $\bar{X} > 4,2$. Sehingga materi ini layak digunakan oleh guru Bimbingan dan Konseling di sekolah berdasarkan aspek kejelasan materinya.

2. Kualitas Sistematika Materi

Kualitas aspek sistematika materi adalah 3,80 , berdasarkan kriteria kualitas termasuk dalam kategori “Baik” karena berada pada rentang $\bar{X} > 3,4 - 4,2$. Sehingga materi ini layak digunakan oleh guru Bimbingan dan Konseling di sekolah berdasarkan aspek sistematika materinya.

3. Kualitas Dukungan Gambar Materi

Kualitas aspek dukung gambar materi adalah 4,47 , berdasarkan kriteria kualitas termasuk dalam kategori “Sangat Baik” karena berada pada $\bar{X} > 4,2$. Sehingga materi ini layak digunakan oleh guru Bimbingan dan Konseling di sekolah berdasarkan aspek dukungan gambarnya.

4. Kualitas Keterbaruan Materi

Kualitas aspek keterbaruan materi adalah 4,05 , berdasarkan kriteria kualitas termasuk dalam kategori “Baik” karena berada pada $\bar{X} > 3,4 - 4,2$. Sehingga materi ini layak digunakan oleh guru Bimbingan dan Konseling di sekolah berdasarkan aspek keterbaruan materinya.

5. Kualitas Kelengkapan Materi

Kualitas aspek kelengkapan materi adalah 4,58 , berdasarkan kriteria kualitas termasuk dalam kategori “Sangat Baik” karena $\bar{X} > 4,2$. Sehingga materi ini layak digunakan oleh guru Bimbingan dan Konseling di sekolah berdasarkan aspek Kelengkapan materinya.

6. Kualitas Dukungan Games/Video

Kualitas aspek kelengkapan materi adalah 4,41 , berdasarkan kriteria kualitas termasuk dalam kategori “Baik” karena $\bar{X} > 3,4 - 4,2$. Sehingga materi ini layak digunakan oleh guru Bimbingan dan Konseling di sekolah berdasarkan aspek Dukungan Games/Videonya.

7. Kualitas Keseluruhan Materi

Kualitas keseluruhan aspek materi adalah 4,29 , berdasarkan kriteria kualitas termasuk dalam kategori “Sangat Baik” karena berada pada $\bar{X} > 4,2$. Sehingga materi ini layak digunakan oleh guru Bimbingan dan Konseling di sekolah berdasarkan keseluruhan aspek materinya.

Dalam hal penilaian materi ini, validator hanya memberikan saran serta masukan-masukan guna penyempurnaan materi yang disusun yakni dengan mengisi skala penilaian validator yang terdiri dari 5 (lima) indikator dengan kriteria 5 jika sangat baik, 4 jika baik, 3 jika cukup baik, 2 jika tidak baik, 1 jika sangat tidak baik. Skala penilaian di isi oleh validator yang nantinya menilai materi yang telah disusun. Berhubung peneliti ini hanya mengembangkan materi pembelajaran, maka data yang diperoleh hanya sebatas penilaian tiap-tiap indikator materi yang disusun oleh penulis.

Maka saran-saran tersebut dapat dirangkum sebagai berikut:

a. Dosen Pembimbing I dan pembimbing II

- Tambahkan jurnal penelitian yang berhubungan dengan materi di dalam modul (bahan ajar), masing-masing 5 jurnal di tiap materi dan masukkan sumber di daftar pustaka
- Tambahkan lagi materi
- Lengkapi beberapa sumber yang belum ada didaftar pustaka

b. Guru bimbingan konseling

- Perbaiki penulisan yang masih salah

c. Siswa

- Perbanyak lagi gambar agar lebih cepat memahami

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil perhitungan aspek kejelasan materi termasuk dalam kategori “Sangat Baik” karena penulis dapat menyajikan materi dengan jelas sehingga dapat dengan mudah dipahami oleh pembaca. Sistematika materi, termasuk kedalam kategori “Baik” dikarenakan materi yang dibuat telah penulis susun dengan sistematis.

Berdasarkan hasil perhitungan aspek dukungan gambar termasuk kategori “Sangat Baik” karena gambar yang disajikan gambar yang sederhana yang mengandung pesan pendidikan yang berhubungan dengan materi. Keterbaruan Materi termasuk dalam kategori “Baik” dikarenakan materi modul yang disajikan masih baru dan belum adanya modul yang membahas tentang manajemen diri, sekaligus dilengkapi dengan dukungan gambar, *games*, video dan LKS yang menarik.

Berdasarkan hasil perhitungan Kelengkapan Materi termasuk kedalam kategori “Sangat Baik” materi yang disajikan lengkap sesuai dengan hasil konsultasi sehingga dalam penilaiannya mendapat penilaian yang tinggi dalam aspek kelengkapan materi. Dukungan *Games/Video* termasuk kedalam kategori “Sangat Baik” karena video/*games* yang disajikan menarik perhatian siswa dan sesuai dengan materi manajemen diri.

Berdasarkan hasil analisis data dengan memperhatikan skor ideal dan kriteria kualitas maka dapat diketahui hasil penelitian ini adalah tersusunnya materi manajemen diri yang sesuai untuk siswa SMP/ sederajat, dengan kualitas materi yang dihasilkan berada pada kategori “Sangat Baik”. Hal ini didapatkan dari penilaian yang dilakukan oleh dosen pembimbing I dan II, guru BK di SMPN 32 Pekanbaru dan 41 siswa kelas VIII. Dari hasil kualitas tersebut maka dapat dikatakan materi manajemen diri yang telah disusun dapat menjadi bahan pertimbangan oleh guru bimbingan dan konseling/konselor sekolah untuk dijadikan sebagai bahan ajar dalam pemberian layanan informasi khususnya untuk kelas VIII SLTP/Sederajat.

Sikap yang dimiliki oleh seorang yang mempunyai manajemen diri yang baik adalah disiplin. Orang yang disiplin selalu berusaha mengerjakan sesuatu dengan sebaik mungkin dan tidak menunda-nunda pekerjaan yang menjadi tujuan awal. Bertolak belakang dengan hal tersebut orang yang manajemen diri rendah cenderung menunda-nunda pekerjaan dan mudah terpengaruh orang lain. Siswa yang manajemen diri baik dapat membagi-bagi waktu antara tugas di rumah, tugas disekolah dan waktu bermain. Siswa yang manajemen diri baik ketika hendak berangkat sekolah sudah mempersiapkan terlebih dahulu peralatan yang dibutuhkan dari rumah sebelum berangkat kesekolah, sudah menyelesaikan semua tugas yang diberikan guru di rumah dan siap untuk menerima pelajaran yang diberikan guru di sekolah.

Dengan disajikan materi manajemen diri ini juga dapat mendorong adanya suatu usaha pada individu untuk memotivasi diri, mengelola semua unsur yang terdapat di dalam dirinya, berusaha untuk memperoleh apa yang ingin dicapai serta mengembangkan pribadinya agar menjadi lebih baik. Ketika individu dapat mengelola semua unsur yang terdapat di dalam dirinya yang meliputi: pikiran, perasaan, dan tingkah laku maka dapat dikatakan bahwa individu tersebut telah memiliki kemampuan manajemen diri. Serta diharapkan siswa mampu mengarahkan perubahan kearah yang lebih baik dalam manajemen diri, baik itu sebagai seorang siswa maupun sebagai seorang individu di lingkungan.

Dengan pentingnya materi manajemen diri sebagaimana yang dijelaskan diatas, maka peneliti merasa perlu untuk mengembangkan materi ini agar kiranya materi ini dapat digunakan kepada siswa dan dapat dikembangkan lebih lanjut oleh guru

bimbingan dan konseling maupun oleh peneliti yang lainnya agar materi ini lebih lengkap, lebih luas, dan lebih mendalam lagi pembahasannya.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan: (1) Telah tersusun materi tentang manajemen diri yang sesuai untuk siswa SMP ditinjau dari kejelasan materi, sistematika materi, dukungan gambar, keterbaruan materi dan kelengkapan materi serta dukungan game/vidio. (2) Kualitas materi manajemen diri yang dihasilkan secara umum berada dalam kategori sangat baik yang meliputi kejelasan materi berada dalam kategori sangat jelas, sistematika materi berada dalam kategori sistematis, dukungan gambar berada dalam kategori sangat bagus, keterbaruan materi berada dalam kategori baru, dan kelengkapan materi berada dalam kategori sangat lengkap serta dukungan Game/vidio berada dalam kategori sangat mendukung.

REKOMENDASI

Adapun rekomendasi dari penulis adalah:

1. Kepada Guru Bimbingan Konseling dapat menggunakan materi ini dengan berbagai layanan kepada semua siswa pada jam pengembangan diri
2. Dengan kualitas materi secara keseluruhan yaitu sangat baik, guru Bimbingan Konseling dapat menggunakan dan mengembangkan materi manajemen diri dalam sekolah maupun diluar sekolah melalui kegiatan MGMP BK

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol.2014. Manajemen sumber Daya Manusia. *Jurnal Psikologi Kepribadian:Vol,44, No.9*
- Astriyani.2003. *Manajemen Pendidikan edisi pertama*, Jakarta:Rineka Cipta
- Atkinson.2000. *Bahan Dasar Untuk Pelayanan Konseling Pada Satuan Pendidikan Menengah Jilid 1*. Jakarta: Grasindo
- Clogh, Scars. 2001.*Kebiasaan Manusia Yang Sangat Efektif (The Habits of Highly Effective People)*. Jakarta : Binarupa Aksara.

- Dembo, Myron H. 2007. *Motivation And Learning Strategies For Collage Success (A Self-Management Approach)* Third Edition. New York: Taylor and Francis Group.
- Rusman, Efendi.2014. *Penyusunan Materi*. Jakarta.Erlangga
- Forsyth, P. 2009. *Jangan sia-siakan waktumu*. Yogyakarta : PT Garailmu
- Hastuti.2016. implikasi manajemen diri siswa pengurus IPM kelas XI dalam membangun motivasi belajar PAI. *Jurnal Pendidikan:Vol.28. No4*
- Haynes.2004. *Manage your time, Raih keberhasilan dengan mengelola waktu Anda*. Bandung: Alfabeta
- Herawati.2009. *Keahlian Memanajemen Waktu*. Bandung:PT. Remaja Rosda Karya
- Hermansyah.2016. Korelasi pengaruh faktor efikasi diri dan manajemen diri terhadap motivasi berprestasi pada mahasiswa pendidikan kimia universitas bengkulu. *Jurnal manajer Pendidikan:Volume 10, Nomor 4*
- Jawwad,Ahmad Abdul.2007. *Manajemen diri*. Bandung: Savei Generation
- Gie,The Liang.2000. *Cara belajar yang baik bagi mahasiwa edisi kedua*.Yogyakarta:Gadjah Mada University press
- Gustina.2009. Hubungan antara manajemen diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa yang bekerja. *Jurnal Psikologi: Vol.8, No.5*
- Majdi,Abdul&Dian Andayani.2007. *Pendidikan Agama Islam Berbasis Kompetensi: Konsep dan Implementasi Kurikulum 2004*, Bandung: Remaja Rosdakarya
- Makhfud.2011. *Self Management*. Bandung:Savei Generation
- Mariyati.2014. Pelatihan manajemen diri dengan pendekatan choice theory untuk menurunkan kecenderungan merokok pada remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan: Vol.02, No.01*
- Muhibbin,Syah. 2003. *Psikologi Belajar*.Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada
- Muhid, A. (2010) *Hubungan antara self-control dan self-efficacy dengan kecenderungan perilaku prokrastinasi*.Jakarta:Erlangga

- Nurbowo,Budi Utomo. 2011.*pengembangan Materi Bimbingan Berbasis Kompetensi*. Jakarta:Erlangga
- Ratih,Puspita.2013. Hubungan antara manajemen diri dengan prestasi kerja karyawan. *Jurnal Psikologi*: Vol.39, No.12
- Satria,hakam.2012. Hubungan antara manajemen diri dengan motivasi berwirausaha pada siswa SMK. *Jurnal Psikologi*: Vol.9, No.2
- Saydam.2010. *Manage your time, Raih keberhasilan dengan mengelola waktu Anda*.Bandung.Alfabeta
- Setyawan.2013. Hubungan *Self Management* dan *self Competence* dengan perilaku prokrastinasi akademik siswa. *Jurnal manajer Pendidikan*:Volume 16, Nomor 4
- Srijanti.2013. Manajemen waktu dan Prokrastinasi. *Persona. Jurnal psikologi Indonesia*:Vol.06, no.03
- Suprpto.2015 *Manajemen Diri Upaya Membangun Character Building*. Bandung:PT. Remaja Rosda Karya
- Sugiyono.2009. *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono.2010.*Statistika Untuk Penelitian*.Bandung:Alfabeta
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukmadinata.2010.*Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung:PT. Remaja Rosda Karya
- Supriyati.2013. Upaya meningkatkan *Self Management* dalam belajar melalui layanan bimbingan kelompok. *Jurnal Bimbingan Konseling*:Vol.20, No.13
- Suwardani.2014. Penerapan konseling behavioral dengan teknik *Self Management* untuk meningkatkan konsep diri siswa. *e-journal Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling*: vol.22, No 1
- Taylor.2000. *Belajar Secara Efektif*.Jakarta: Pustaka Membangun Swadaya Nusantara.
- Zahrifah.2015. Penggunaan Strategi pengelolaan diri untuk meningkatkan disiplin belajar siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*. Vol 31, No 11