



Penerapan Konseling Kelompok dengan Teknik Behavior untuk Mengurangi Perilaku Mengantuk Saat Belajar Siswa Kelas VII E SMP Negeri 2 Kota Madiun

Octavia Ammar Rodiana ✉, Universitas PGRI Madiun

Ibnu Mahmudi, Universitas PGRI Madiun

Ratna Yuliana Maria, SMP Negeri 2 Madiun

✉ octaviarodianana@gmail.com

Abstrak: Di dalam kelas, guru bimbingan dan konseling harus membantu siswa mewujudkan potensi dirinya secara maksimal, termasuk menginspirasi dan menuntun siswa supaya tetap fokus belajar dan menghindari hambatan-hambatan di kelas seperti mengantuk di dalam kelas. Secara keseluruhan, perilaku mengantuk di kelas menunjukkan kurangnya kesiapan dan tanggung jawab siswa dalam menjalankan kewajibannya sebagai pelajar. Oleh karena itu, penting bagi siswa untuk memahami dampak negatif dari kebiasaan ini dan mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk mengatasi masalah mengantuk, seperti memperbaiki rutinitas tidur, mengelola waktu dengan baik, dan mengadopsi gaya hidup sehat. Penelitian ini akan menerapkan konseling kelompok dengan teknik behavior untuk mengurangi perilaku mengantuk saat belajar pada siswa kelas VII E SMP Negeri 2 Kota Madiun sebagai objek penelitiannya. Penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PT-BK) dengan menggunakan metode kualitatif untuk meneliti objek dalam kondisi alami, di mana peneliti berperan sebagai instrumen kunci. Metode ini dipilih untuk mendeskripsikan motivasi belajar siswa dalam mengikuti proses pembelajaran secara alami. Dari hasil penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penelitian tindakan bimbingan konseling dengan menggunakan teknik behavior dalam layanan konseling kelompok efektif sebagai upaya untuk meningkatkan fokus dan mengurangi kantuk siswa VII E SMPN 2 Kota Madiun di kelas.

Kata kunci: Konseling Kelompok, Teknik Behavior, Perilaku Mengantuk



PENDAHULUAN

Pendidikan adalah segala bentuk usaha yang dilakukan dengan tujuan untuk mengubah kebiasaan atau tingkah laku sehingga menjadi kebiasaan atau tingkah laku yang baru yang lebih disukai. Sebelum seorang anak muda dapat berintegrasi dengan baik ke dalam masyarakat, dia harus melalui sejumlah pengalaman dan perubahan yang cukup (Gunarsa, 2012).

Sebagai lingkungan belajar, sekolah memainkan peran penting dalam membentuk kepribadian anak sebagai individu, anggota masyarakat, maupun sebagai makhluk jasmani dan rohani. Staf profesional melaksanakan proses ini dengan menggunakan kegiatan belajar mengajar yang selaras dengan kurikulum yang relevan. Pendidikan di sekolah menjadi sangat penting saat ini. Sama halnya dengan proses sosial yang berlaku secara umum, pendidikan terdiri dari dua komponen penting: yaitu sosial dan individu. Di satu sisi, pendidikan di sekolah berupaya untuk memberikan dampak dan menciptakan keadaan yang mendorong pertumbuhan pribadi anak-anak semaksimal mungkin. Namun sekolah juga mempunyai tugas mendidik anak agar dapat menjadi anggota masyarakat yang produktif. Aturan yang ketat diperlukan di sekolah untuk meningkatkan cara penyelenggaraan pendidikan guna mencapai tujuan ini. Namun pada kenyataannya, akan selalu ada siswa yang melanggar moralitas, etika, dan nilai-nilai—terutama dalam hal yang berkaitan dengan kedisiplinan di sekolah (Sudiyo, 2009).

Perilaku mengantuk di kelas merupakan tindakan yang kurang baik karena dapat mengganggu proses belajar-mengajar dan mempengaruhi perkembangan akademik siswa. Ketika siswa mengantuk, mereka cenderung kurang fokus dan kurang mampu memahami materi yang disampaikan oleh guru. Hal ini tidak hanya berdampak negatif pada prestasi akademik mereka sendiri, tetapi juga dapat mengganggu konsentrasi teman-teman sekelasnya.

Selain itu, perilaku mengantuk dapat mencerminkan kurangnya kedisiplinan dalam menjaga kesehatan fisik dan mental. Tidur dengan durasi yang cukup dan berkualitas adalah salah satu aspek penting untuk memastikan siswa tetap berenergi dan siap menerima pelajaran. Mengantuk di kelas seringkali merupakan indikasi dari kebiasaan tidur yang buruk, seperti tidur larut malam, penggunaan gadget sebelum tidur, atau stres yang tidak terkelola dengan baik.

Secara keseluruhan, perilaku mengantuk di kelas menunjukkan kurangnya kesiapan dan tanggung jawab siswa dalam menjalankan kewajibannya sebagai pelajar. Oleh karena itu, dampak negatif dari kebiasaan ini perlu dipahami oleh siswa sehingga siswa bisa mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk mengatasi masalah mengantuk, seperti memperbaiki rutinitas tidur, mengelola waktu dengan baik, dan mengadopsi gaya hidup sehat.

Berkaitan dengan permasalahan tersebut, guru mengambil peran penting untuk mengatasi permasalahan tersebut. Di dalam kelas, guru bimbingan dan konseling harus membantu siswa mewujudkan potensi dirinya secara maksimal, termasuk menginspirasi dan menuntun siswa supaya tetap fokus belajar dan menghindari hambatan-hambatan di kelas seperti mengantuk di dalam kelas. Memberikan layanan konseling kelompok kepada siswa merupakan salah satu pendekatan untuk menghindarkan mereka dari perilaku mengantuk di kelas. Anggota kelompok dapat memperoleh manfaat dari konseling kelompok dengan cara yang proaktif. Individu yang mendapat terapi kelompok mendapat dukungan berupa kegiatan atau informasi yang bertujuan untuk meningkatkan dan meningkatkan kesadaran diri, penyesuaian diri, pemahaman terhadap lingkungan sekitar, serta mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan lingkungan sekitar (Satriah, 2016).

Perilaku maladaptif seperti siswa sering mengantuk di dalam kelas mungkin tidak dianggap sebagai pelanggaran berat. Namun, jika tidak segera diatasi, hal ini dapat mempengaruhi perkembangan dan prestasi belajar siswa. Kebiasaan sering terlambat dapat menjadi kebiasaan buruk yang terus berlanjut hingga setelah masa sekolah, seperti saat memasuki dunia kerja.

Sehubungan dengan hal tersebut, penerapan konseling behavior memainkan peran penting dalam membantu siswa mengembangkan perilaku belajar baru. Meskipun perilaku sebelumnya dianggap berpotensi mengganggu siswa, hal ini dapat diperbaiki dengan perlakuan perilaku.

Menurut Gunarsa, tujuan dari koneling perilaku adalah untuk mengajarkan klien bagaimana menghadapi atau mengatasi konflik interpersonal (Gunarsa, 2004). Menurut salah satu ahli, konseling behavioral berfokus pada perilaku. Konseling ini menekankan pada modifikasi perilaku dan didasarkan pada ideologi atau pandangan kemandirian. Teori terapi perilaku menekankan pada bagaimana perilaku manusia dibentuk dan dipengaruhi oleh lingkungannya, dan bagaimana perilaku tersebut diperoleh melalui pemikiran dan pelatihan.

Terapi perilaku pada dasarnya diarahkan untuk mengatasi perilaku maladaptif dan lebih memperkuat serta mempertahankan pada perilaku yang diinginkan (Corey, 2015). Tujuan utama dari konseling behavioral adalah untuk menghilangkan perilaku yang salah (maladaptif) dan menggantinya dengan perilaku baru yang lebih sesuai. Secara lebih rinci, tujuan-tujuan tersebut meliputi:

1. Menghapus pola perilaku maladaptif pada anak dan mengarahkan mereka untuk membentuk perilaku yang lebih konstruktif;
2. Mengubah perilaku maladaptif pada anak; dan
3. Memungkinkan terjadinya proses pembelajaran ulang untuk menciptakan kondisi yang baru.

Konseling behavioral bertujuan untuk menolong siswa membantu diri mereka sendiri, mengintegrasikan kembali klien ke dalam masyarakat, meningkatkan keterampilan sosial, mengatasi perilaku menyimpang, dan membantu klien dalam menciptakan sistem pengendalian diri dan manajemen diri.

Berdasarkan penjabaran di atas, penelitian ini penting untuk dilakukan sebagai salah satu bahan literatur yang diharapkan dapat membantu mempelajari hal-hal yang bisa mengurangi sikap maladaptif. Oleh karena itu, penelitian ini akan mengangkat penelitian dengan judul “Penerapan Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavior Untuk Mengurangi Perilaku Mengantuk Saat Belajar Pada Siswa Kelas Vii E Smp Negeri 2 Kota Madiun”.

METODE

Penelitian yang dikenal dengan Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PT-BK) ini menggunakan metodologi kualitatif deskriptif untuk mengkaji dua konsep: proses pengembangan keterampilan pemecahan masalah dan tindakan dunia nyata sebagai strategi. Empat unsur yang membentuk setiap siklus dalam penelitian ini: perencanaan, pelaksanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Keempat elemen ini dipandang sebagai satu siklus (Tiara, 2016). Kemudian informasi yang dikumpulkan berbentuk kata-kata dan gambar, bukan statistik. Data deskriptif dari orang-orang yang dilihat, baik secara tertulis maupun lisan, dihasilkan melalui penelitian kualitatif. Tujuan penelitian deskriptif adalah untuk mengkarakterisasi kejadian-kejadian saat ini, baik yang terjadi secara alami maupun buatan manusia (Moleong, 2000).

Metode adalah cara melakukan sesuatu secara teratur dan sistematis. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif untuk menganalisa objek dalam kondisi alami, dimana peneliti berperan sebagai instrumen kunci. Metode ini dipilih untuk menjelaskan secara detil mengenai perilaku belajar siswa dalam mengikuti semua proses pembelajaran yang dilakukan secara alami. Selain itu, metode ini juga bertujuan untuk mendeskripsikan metode layanan menggunakan pendekatan behavior yang diharapkan mampu menyelesaikan masalah sering mengantuk yang dihadapi oleh siswa.

Tujuan utama penelitian ini adalah untuk menyelidiki bagaimana praktik bimbingan dan konseling mengatasi masalah sering mengantuk yang dihadapi oleh siswa di dalam kelas. Lokasi dan subjek penelitian ini adalah siswa kelas VII E SMPN 2 Kota Madiun tahun ajaran 2023-2024.

Dalam penelitian ini teknik dokumentasi dan observasi digunakan sebagai metode pengumpulan data. Proses pengumpulan data melalui observasi melibatkan pencatatan keadaan atau perilaku objek penelitian. Cara lain untuk memikirkan teknik observasi adalah sebagai cara metodis dalam mengamati dan mendokumentasikan fenomena yang diteliti (Hadi, 2002).

Teknik dokumentasi yakni suatu teknik pengumpulan informasi dengan mencari atau memperoleh data dan informasi melalui buku, arsip, jurnal, berita, gambar, serta keterangan-keterangan yang dapat menjadi data pendukung hasil observasi yang telah dilakukan (Hasanah, 2016).

HASIL PENELITIAN

Hasil Penelitian Siklus I

Siklus I dalam penelitian ini memberikan tindakan yaitu bimbingan kelompok dengan teknik behavior. Siklus I juga akan menjadi gambaran awal dari keadaan atau kondisi perilaku mengantuk siswa sebelum diterapkannya teknik behavior. Yang pertama kali peneliti lakukan adalah memberi materi terkait pentingnya tidur sesuai kebutuhan dengan tujuan untuk memberikan pemahaman terhadap siswa tentang pentingnya tidur untuk menghindari perilaku-perilaku kurang baik di kelas seperti sering mengantuk di kelas. Berikut adalah tabel pelaksanaan tindakan siklus I :

Tabel 1. Pelaksanaan Siklus I

Siklus ke	Topik	Bentuk Kegiatan	Harapan
Siklus I	Pentingnya Tidur Tepat Waktu	<ul style="list-style-type: none"> • Kegiatan individu memberikan penjelasan mengenai pentingnya tidur tepat waktu. • Kegiatan diskusi kelompok mengerjakan soal yang diberikan. • Menerapkan teknik perubahan perilaku dengan mendorong siswa untuk menetapkan jadwal spesifik dan teratur serta memberikan penghargaan pada diri sendiri ketika mereka bisa mencapai tujuan tersebut. • Melakukan latihan relaksasi seperti menarik napas secara dan mediasi untuk membantu siswa tidur lebih nyenyak. • Melakukan refleksi setelah seluruh kegiatan selesai untuk mendengar pesan dan harapan siswa dari kegiatan yang telah dilakukan dan menyimpulkan hasil kegiatan bimbingan kelompok yang disesuaikan dengan topik. 	Siswa tidak mengantuk di kelas

Sumber: Diolah oleh Penulis

Pembukaan dan uraian maksud dan tujuan penelitian ini merupakan langkah awal pelaksanaan tindakan siklus I. Sebelum memulai tugas utama, peneliti memberikan *ice breaking* singkat. Peneliti menguraikan secara pasti tujuan yang ingin dicapai, tatacara kegiatan yang akan dilaksanakan, asas-asas konseling kelompok, serta tanggungjawab ketua dan anggota kelompok. Semua anggota kelompok atau peserta didik diajak untuk melakukan seluruh rangkaian tersebut. Setelah itu, diskusi dalam konseling kelompok dilakukan kembali agar seluruh anggota kelompok dapat meningkatkan fokus dan tidak mengantuk di dalam kelas.

Peneliti melakukan observasi selama kegiatan berlangsung dengan menggunakan pedoman observasi yang telah dibuat sebelumnya. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa siswa atau anggota kelompok mampu menyampaikan pendapat mereka masing-masing, lebih fokus ketika belajar, dan memahami lebih baik mengenai pentingnya jam tidur. Berikut adalah tabel hasil pengamatan oleh peneliti terhadap siswa terkait perilaku siswa yang mengantuk di kelas selama proses tindakan siklus I:

Tabel 2. Hasil Pelaksanaan Siklus I

No	Indikator Perilaku Mengantuk di Kelas	Kriteria	
		Sudah Baik	Belum Baik
1	Keseriusan siswa ketika mengikuti layanan	o	
2	Kesediaan siswa menyiapkan bahan layanan yang diperlukan	o	
3	Keterlibatan siswa dalam diskusi kelompok		o
4	Siswa menunjukkan minat yang nyata pada topik yang dibahas		o
5	Keaktifan siswa ketika mendengarkan penjelasan ketua kelompok	o	
6	Keaktifan siswa ketika mengerjakan tugas individu maupun kelompok	o	
7	Kedisiplinan siswa ketika mengikuti layanan	o	
8	Munculnya rasa ingin tahu dan keberanian siswa	o	
9	Siswa fokus dan tidak menguap ketika mengikuti layanan		o
10	Munculnya semangat atau keinginan pada diri siswa ketika mengikuti layanan	o	

Sumber : Diolah oleh Penulis

Berdasarkan evaluasi pada siklus I, beberapa siswa ada yang belum terlalu aktif dalam diskusi kelompok dan ada beberapa yang masih menguap ketika mengikuti pelajaran. Oleh karena itu, peneliti melakukan analisis menyeluruh terhadap siklus I yang telah dilaksanakan. Kegiatan layanan yang lebih efektif direncanakan pada siklus II oleh peneliti dibandingkan siklus I. Konseling kelompok siklus II akan dilakukan dalam jangka waktu yang lebih lama serta modifikasi berupa pemberian *reward* dan *punishment* yang spesifik guna meningkatkan efektivitas teknik behavior agar perilaku mengantuk di kelas bisa dihilangkan.

Hasil Penelitian Siklus II

Siklus II dalam penelitian ini akan sedikit berbeda dengan siklus I. Siklus II ini dirancang oleh penulis berdasarkan data awal yang telah diperoleh pada siklus I, sehingga terdapat beberapa penyesuaian supaya kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik behavior lebih efektif lagi. Untuk pembukaan, tidak jauh berbeda dengan siklus I, yaitu menyampaikan materi terkait mengatasi kantuk di kelas untuk menambah pemahaman siswa terkait hal tersebut. Untuk lebih jelasnya, di bawah ini tabel rencana pelaksanaan tindakan siklus II:

Tabel 3. Pelaksanaan Siklus II

Siklus ke	Topik	Bentuk Kegiatan	Harapan
Siklus 1	Pentingnya Tidur Tepat Waktu	<ul style="list-style-type: none"> • Kegiatan individu memberikan penjelasan mengenai pentingnya tidur tepat waktu. • Menerapkan teknik perubahan perilaku dengan mendorong siswa untuk menetapkan tujuan spesifik dan memberikan penghargaan pada diri sendiri ketika mereka bisa mencapai tujuan tersebut. • Pemberian penjelasan <i>reward</i> berupa tepuk tangan dan pujian dari masing-masing anggota kelompok dan <i>punishment</i> berupa tugas membuat poster tentang rencananya berkomitmen memperbaiki diri dalam proses perubahan perilaku • Melakukan latihan relaksasi seperti menarik napas secara rileks dan mediasi untuk membantu siswa tidur 	Siswa tidak mengantuk di kelas

Siklus ke	Topik	Bentuk Kegiatan	Harapan
		<p>lebih nyaman.</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan refleksi setelah seluruh kegiatan selesai untuk mendengar pesan dan harapan siswa dari kegiatan yang telah dilakukan dan menyimpulkan hasil kegiatan bimbingan kelompok yang disesuaikan dengan topik 	

Sumber : Diolah oleh Penulis

Pembukaan dan uraian maksud serta tujuan penelitian ini merupakan langkah awal pelaksanaan tindakan siklus II. Sebelum memulai kegiatan inti, peneliti kemudian memberikan *ice breaking*. Peneliti menguraikan secara pasti tujuan khusus yang ingin dicapai, tata cara kegiatan yang akan dilaksanakan, asas-asas dalam konseling kelompok, serta peran pemimpin dalam membuat kesepakatan *reward* dan *punishment* dengan anggota kelompok. Seluruh anggota kelompok atau peserta didik diajak untuk melakukan seluruh rangkaian tersebut. Setelah itu, diskusi dalam bimbingan kelompok dilakukan kembali agar seluruh anggota kelompok dapat meningkatkan fokus dan tidak mengantuk di dalam kelas.

Peneliti melakukan observasi sepanjang kegiatan berlangsung menggunakan pedoman observasi yang dibuat sebelumnya. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa siswa atau anggota kelompok mampu menyampaikan pendapat mereka masing-masing, lebih fokus ketika belajar, memahami lebih baik mengenai pentingnya jam tidur serta menghargai dan mematuhi kesepakatan yang telah dibuat bersama. Berikut adalah table hasil pengamatan oleh peneliti terhadap siswa terkait perilaku siswa yang mengantuk di kelas selama proses siklus II.

Tabel 4. Hasil Pelaksanaan Siklus II

No	Indikator Motivasi Belajar	Kriteria	
		Sudah Baik	Belum Baik
1	Keseriusan siswa ketika mengikuti layanan.	o	
2	Kesediaan siswa menyiapkan bahan layanan yang diperlukan	o	
3	Keterlibatan siswa dalam diskusi kelompok	o	
4	Siswa menunjukkan minat yang nyata pada topik yang dibahas	o	
5	Keaktifan siswa ketika mendengarkan penjelasan ketua kelompok	o	
6	Keaktifan siswa ketika mengerjakan tugas individu maupun kelompok	o	
7	Kedisiplinan siswa ketika mengikuti kegiatan	o	
8	Munculnya rasa ingin tahu dan keberanian siswa	o	
9	Siswa fokus dan tidak menguap di dalam kelas	o	
10	Munculnya semangat atau keinginan pada diri siswa ketika mengikuti layanan	o	

Sumber : Diolah oleh Penulis

Berdasarkan informasi pada tabel di atas, terlihat bahwa semua siswa telah menunjukkan peningkatan indikator fokus belajar dan tidak mengantuk di kelas. Hal tersebut dibuktikan dengan masuknya seluruh siswa dalam kategori baik. Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa layanan konseling kelompok menggunakan teknik behavior mampu meningkatkan fokus belajar siswa dan mengatasi permasalahan perilaku mengantuk di kelas.

PEMBAHASAN

Konseling kelompok menggunakan teknik behavioral dengan *reward* dan *punishment* yang jelas terbukti mampu meningkatkan fokus siswa dalam mengikuti proses pembelajaran dan tidak merasa mengantuk lagi di kelas, berdasarkan temuan penelitian tindakan bimbingan dan konseling yang telah dilakukan. Beberapa indikasi siswa pada siklus I masih tergolong buruk.

Indikator-indikator tersebut meliputi sejauh mana siswa menganggap serius partisipasinya ketika mengikuti layanan, kesediaan siswa menyiapkan bahan layanan yang diperlukan, keterlibatan siswa dalam diskusi kelompok, siswa menunjukkan minat yang nyata pada topik yang dibahas, keaktifan siswa ketika mendengar penjelasan guru, keaktifan siswa ketika mengerjakan tugas individu maupun kelompok, kedisiplinan siswa ketika mengikuti layanan, muncul rasa ingin tahu dan keberanian siswa, siswa fokus dan tidak menguap di dalam kelas, serta munculnya semangat dalam diri siswa ketika mengikuti layanan.

Pada siklus II, setelah menerapkan konseling kelompok dengan teknik behavior serta memberikan *reward* dan *punishment* yang lebih spesifik, terjadi peningkatan indikator. Siswa yang masuk kategori baik menunjukkan keterlibatan dalam diskusi kelompok serta menunjukkan minat yang nyata pada topik yang dibahas. Selain itu, siswa juga terlihat lebih fokus mengikuti pelajaran dan tidak menguap di kelas. Berdasarkan penjelasan tersebut, diperoleh kesimpulan berupa konseling kelompok dengan teknik behavior terbukti mampu meningkatkan fokus siswa dan menyebabkan siswa tidak mengantuk lagi di kelas.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa fokus dan kondisi tidak mengantuk siswa di kelas mengalami peningkatan pada setiap siklus. Pada siklus II, seluruh anggota kelompok berhasil menunjukkan peningkatan dalam hal ini, termasuk keterlibatan dalam diskusi kelompok serta menunjukkan minat yang nyata pada topik yang dibahas. Selain itu, siswa juga terlihat lebih fokus mengikuti pelajaran dan tidak menguap di kelas. Disiplin dalam mengikuti kegiatan layanan serta semangat dalam mengikuti kegiatan juga terlihat meningkat.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penelitian tindakan bimbingan konseling dengan menggunakan teknik behavior dalam layanan konseling kelompok efektif sebagai upaya untuk meningkatkan fokus dan mengurangi kantuk siswa VII E SMPN 2 Kota Madiun di kelas. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan menggunakan subjek dan lokasi lain yang menghadapi permasalahan fokus dan kantuk di kelas yang serupa.

DAFTAR PUSTAKA

- Gunarsa. (2004). Efektifitas Konseling Behavioral Teknik Modelling dengan Setting Lesson Studi Untuk Meningkatkan Self Succorance Siswa Kelas V11.3 SMP Lab Uniksha Singaraja. *Journal of Conseling*, 2(2).
- Gunarsa, S. (2012). *Psikologi Untuk Membimbing*. Jakarta: Libri.
- Hadi, S. (2002). *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hasanah, H. (2016). Teknik-Teknik Observasi (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-Ilmu Sosial). *Jurnal at-Taqaddun*, 8(1).
- Moleong, L. J. (2000). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Satriah, L. (2016). *Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Bandung: Mimbar Pustaka.
- Sudiyo. (2009). Meningkatkan Kedisiplinan Siswa yang Datang Terlambat ke Sekolah Melalui Hukuman Berjenjang. *Jurnal Pendidikan*, 2(8).
- Sukardi. (2008). *Metodologi Penelitian Tindakan*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta cv