Jurnal Pendidikan Indonesia:
Teori, Penelitian dan Inovasi
ISSN (Online): 2807-3878
DOI: https://doi.org/10.59818/jpi.v6i1.2460
Vol. 6, No. 4, Juli 2026

PENGARUH SELF-MANAGEMENT TERHADAP PEMBENTUKAN DISIPLIN DIRI SISWA KELAS IV SD NEGERI 4 UBUNG

Anak Agung Ayu Dewi Sutyaningsih[1], Ni Luh Putu Agetania[2], Ni Luh Gde Tian Tantrini[3], Putu Parahita Niken Mahayu[4], Ni Made Diantari Widana[5], Ni Komang Triani Prashanti[6], Ni Nyoman Widhiastuti[7], Ni Putu Ayu Nirmala Sari[8]

[1,2,3,4,5,6,7,8] Jurusan Pendidikan Dasar, Universitas Pendidikan Ganesha, Singaraja, Indonesia

Email: tiantantrini@gmail.com

RIWAYAT ARTIKEL
Received : 2025-07-19
Revised : 2026-07-26
Accepted : 2026-07-29

KEYWORDS
Self-management, Self Discipline, Elementary School

KATA KUNCI
Self-management, Disiplin Diri, Sekolah Dasar

ABSTRACT

Self-discipline is a fundamental aspect of character development in elementary school students, as it relates to the formation of learning habits and behavioral patterns. One factor that contributes to self-discipline is self-management ability. This study aims to analyze the effect of self-management on the formation of self-discipline among fourth-grade students at SD Negeri 4 Ubung. This research employed a descriptive quantitative method using a questionnaire administered to 27 fourth-grade students as respondents. The data were analyzed using simple linear regression to examine the effect of self-management as the independent variable on self-discipline as the dependent variable. The results indicate that self-management has a significant effect on students' self-discipline, with a significance value of 0.000 < 0.05 and a regression coefficient of 0.254. The coefficient of determination (R^2) of 0.638 indicates that 63.8% of the variation in students' self-discipline can be explained by self-management ability. These findings highlight the importance of strengthening self-management skills to foster disciplined behavior in elementary school students.

ABSTRAK

Disiplin diri merupakan aspek penting dalam pembentukan karakter siswa sekolah dasar karena berkaitan dengan pembiasaan sikap dan perilaku belajar. Salah satu faktor yang berperan dalam pembentukan disiplin diri adalah kemampuan self-management. Artikel ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh self-management terhadap pembentukan disiplin diri siswa kelas IV di SD Negeri 4 Ubung. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan instrumen angket yang diberikan kepada 27 siswa kelas IV sebagai responden. Data dianalisis menggunakan regresi linier sederhana untuk mengetahui pengaruh variabel self-management sebagai variabel independen terhadap disiplin diri sebagai variabel dependen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa self-management berpengaruh signifikan terhadap disiplin diri siswa, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 < 0,05 dan koefisien regresi sebesar 0,254. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,638 menunjukkan bahwa 63,8% variasi disiplin diri siswa dapat dijelaskan oleh kemampuan self-management. Temuan ini menunjukkan bahwa penguatan kemampuan mengelola diri memiliki peran besar dalam membentuk perilaku disiplin siswa sekolah dasar.

1. Pendahuluan

Keberlangsungan pendidikan yang bermakna tidak dapat dibatasi pada pencapaian intelektual semata, melainkan bergantung pada kemampuan sistem pendidikan menanamkan mekanisme pengendalian diri yang membentuk perilaku peserta didik secara konsisten dan bertanggung jawab; dalam konteks ini, disiplin berfungsi sebagai fondasi perilaku yang memungkinkan siswa mengatur waktu, menjalankan kewajiban belajar, serta menjaga keteraturan dalam interaksi sosial sejak fase awal perkembangan. Pembentukan disiplin pada jenjang sekolah dasar memiliki implikasi jangka panjang karena kebiasaan yang terinternalisasi pada periode ini cenderung menetap dan memengaruhi kualitas kepribadian di masa dewasa, termasuk kemandirian, stabilitas emosi, dan integritas moral. Secara teoretis, proses internalisasi disiplin dapat dipahami melalui perspektif behaviorisme sebagaimana dikemukakan Skinner dalam Science and Human Behavior (1953), khususnya konsep operant conditioning yang menjelaskan bahwa keberulangan perilaku sangat ditentukan oleh konsekuensi yang mengikutinya; perilaku yang diperkuat secara positif akan cenderung dipertahankan, sementara tindakan yang tidak memperoleh penguatan akan mengalami reduksi frekuensi. Sejalan dengan pandangan tersebut, disiplin tidak sekadar merepresentasikan kepatuhan terhadap regulasi eksternal, tetapi mencerminkan dorongan internal untuk bertindak selaras dengan nilai yang diyakini, sebagaimana ditegaskan oleh Febriyanto dkk. (2020) dalam Maskur dkk. (2021). Oleh karena itu, penanaman disiplin yang dilakukan secara konsisten dan sistematis berperan penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang tertib, etis, dan kondusif, sekaligus membentuk peserta didik yang mampu mengelola diri dan beradaptasi secara konstruktif terhadap tantangan di masa mendatang.

Berbagai indikator perilaku belajar menunjukkan bahwa lemahnya kepatuhan terhadap jadwal, kecenderungan menunda penyelesaian tugas, serta inkonsistensi dalam mengikuti ketentuan pembelajaran bukan sekadar persoalan sikap, melainkan mencerminkan keterbatasan kapasitas regulasi diri pada sebagian peserta didik. Situasi tersebut menegaskan bahwa tingkat disiplin tidak berdiri sebagai variabel yang terpisah, melainkan berkelindan erat dengan kemampuan individu dalam mengelola dorongan, pikiran, dan tindakan secara terarah. Dalam kerangka psikologi pendidikan, pengelolaan diri dipahami sebagai kompetensi internal yang memungkinkan seseorang mengarahkan proses kognitif dan afektifnya guna mencapai sasaran yang telah dirumuskan, sebagaimana dikemukakan Yates (1986) dalam Anjani dkk. (2020). Atas dasar pemahaman tersebut, intervensi berupa pelatihan self-management dirancang bukan hanya untuk menekan perilaku menyimpang, tetapi untuk membangun kesadaran dan kontrol internal peserta didik terhadap tujuan belajarnya. Implementasi pelatihan ini mencakup serangkaian strategi sistematis, seperti penetapan tujuan belajar, penggunaan self-instruction, pengelolaan situasi kelas, serta penerapan konsekuensi dan penguatan secara terstruktur, yang secara simultan berfungsi memperkuat disiplin belajar dan meningkatkan kemampuan siswa dalam mengarahkan perilakunya secara mandiri.

Artikel ini disusun untuk menelaah peran strategis pengelolaan diri dalam membangun regulasi perilaku siswa sekolah dasar, dengan fokus empiris pada peserta didik kelas IV di SD Negeri 4 Ubung. Alih-alih menempatkan disiplin sebagai hasil yang muncul secara spontan, kajian ini memposisikannya sebagai konsekuensi dari kemampuan internal siswa dalam mengendalikan penggunaan waktu, respons emosional, pola tindakan, serta tanggung jawab personal selama proses pembelajaran. Analisis difokuskan pada mekanisme psikologis yang bekerja di balik perilaku disiplin, termasuk tingkat kesadaran diri, dorongan intrinsik, dan kapasitas memilih tindakan secara reflektif, yang seluruhnya berfungsi sebagai fondasi terbentuknya kontrol diri melalui self-management. Latar belakang penelitian ini berangkat dari identifikasi problematik rendahnya regulasi emosi dan minimnya refleksi diri pada peserta didik usia sekolah dasar, kondisi yang kerap menyulitkan pendidik dan keluarga dalam menanamkan nilai karakter secara konsisten. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan adanya ruang kajian yang signifikan untuk memperkuat pendekatan self-management sebagai instrumen esensial dalam pengembangan pendidikan karakter di jenjang pendidikan dasar.

Pemahaman yang komprehensif mengenai keterkaitan antara pengelolaan diri dan terbentuknya regulasi perilaku peserta didik menuntut adanya perumusan masalah yang sistematis dan terfokus. Penetapan rumusan tersebut tidak hanya berfungsi sebagai batasan kajian, tetapi juga sebagai kerangka analitis yang mengarahkan penelaahan terhadap

dimensi-dimensi krusial disiplin diri serta mekanisme internal self-management yang berkontribusi terhadap kemunculannya.

Berikut merupakan uraian permasalahan:

- Bagaimana tingkat disiplin diri siswa kelas IV di SD Negeri 4 Ubung?
- Sejauh mana pengaruh self-management terhadap disiplin diri siswa kelas IV di SD Negeri 4 Ubung?

Identifikasi persoalan yang telah dirumuskan berfungsi sebagai pijakan konseptual dalam penentuan desain penelitian serta pemilihan perangkat pengumpulan data yang relevan dan presisi. Melalui pemetaan masalah tersebut, temuan yang dihasilkan diarahkan tidak hanya pada pemenuhan tujuan akademik, tetapi juga pada penguatan praktik pedagogis yang mendorong berkembangnya kontrol diri dan perilaku disiplin peserta didik sejak tahap awal pendidikan.

2. Metode

Kegiatan pengamatan dilaksanakan pada satuan pendidikan dasar negeri yang berlokasi di wilayah Ubung Kaja, Kecamatan Denpasar Utara, Kota Denpasar, Bali, tepatnya di SD Negeri 4 Ubung. Unit analisis dalam kegiatan ini difokuskan pada peserta didik tingkat kelas IV dengan total partisipan sebanyak 27 orang, yang terdiri atas 14 siswa berjenis kelamin laki-laki dan 13 siswa perempuan, seluruhnya terlibat dalam pengisian instrumen angket. Pemilihan kelompok sasaran tersebut didasarkan pada pertimbangan perkembangan psikososial dan kognitif, di mana siswa pada tingkat ini berada pada fase transisi yang krusial dalam pembentukan regulasi diri dan internalisasi perilaku disiplin. Di samping itu, kemampuan literasi dasar yang telah berkembang relatif stabil memungkinkan peserta didik memahami petunjuk penelitian secara mandiri serta memberikan respons yang merefleksikan kondisi personal mereka secara lebih akurat.

Kapasitas tersebut menjadi prasyarat metodologis agar informasi yang dihimpun merepresentasikan kondisi autentik peserta didik, bukan hasil distorsi akibat kesalahan interpretasi maupun intervensi eksternal dari pihak lain, termasuk pendidik dan keluarga.

Pengumpulan data dalam kegiatan pengamatan ini dilakukan melalui pemanfaatan instrumen tertulis berupa kuesioner yang dikembangkan dengan merujuk pada konstruk pengelolaan diri dan regulasi perilaku. Perangkat tersebut berisi sejumlah butir pernyataan yang ditujukan kepada peserta didik kelas IV sebagai sumber data utama, dengan format respons dikotomis. Alternatif jawaban yang tersedia dibatasi pada pilihan afirmatif dan nonafirmatif, di mana respons positif merefleksikan kesesuaian persepsi siswa terhadap pernyataan yang diajukan, sedangkan respons negatif menandakan ketidaksesuaian. Dari segi perancangan, kuesioner disesuaikan dengan karakteristik perkembangan anak usia sekolah dasar melalui penggunaan bahasa yang komunikatif serta konten pernyataan yang berkaitan langsung dengan pengalaman keseharian peserta didik, baik dalam lingkungan sekolah maupun keluarga.

Rancangan penelitian ini ditempatkan dalam kerangka pendekatan kuantitatif deskriptif yang berorientasi pada pemaparan kondisi empiris sebagaimana adanya. Pendekatan tersebut digunakan untuk memetakan fenomena secara sistematis melalui representasi numerik tanpa diarahkan pada pembuktian atau penolakan hipotesis tertentu, sebagaimana ditegaskan oleh Sulistyawati dkk. (2022). Dengan strategi ini, penelitian diarahkan untuk memperoleh potret objektif mengenai tingkat pengelolaan diri dan regulasi perilaku peserta didik yang diperoleh dari respons kuesioner. Informasi kuantitatif yang terkumpul selanjutnya diproses menggunakan teknik statistik dasar guna mengidentifikasi pola kecenderungan jawaban pada setiap indikator yang dikaji. Proses pengolahan data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS (Statistical Product and Service Solution), yang berfungsi sebagai sarana pengelolaan dan analisis data statistik. Aplikasi ini memungkinkan integrasi data secara fleksibel, baik melalui input langsung maupun pembacaan berbagai format data, sehingga mendukung tahapan analisis secara efisien dan terstruktur (Janna & Herianto, 2021).

3. Hasil Dan Pembahasan

Evaluasi terhadap regulasi perilaku peserta didik dilakukan melalui analisis respons kuesioner yang diisi oleh 27 siswa tingkat kelas IV di SD Negeri 4 Ubung. Instrumen tersebut memuat sepuluh butir pernyataan yang masing-masing direspons menggunakan skala dikotomis, di mana pilihan afirmatif diberi bobot numerik satu dan pilihan nonafirmatif bernilai nol. Akumulasi skor individual selanjutnya dijadikan dasar klasifikasi tingkat kedisiplinan, dengan ambang batas penilaian ditetapkan pada nilai delapan; skor yang mencapai atau melampaui batas tersebut

diinterpretasikan sebagai indikator disiplin, sedangkan nilai di bawahnya menunjukkan rendahnya regulasi perilaku. Hasil pemrosesan data memperlihatkan bahwa mayoritas responden, yakni 19 siswa, memenuhi kriteria disiplin, sementara 8 siswa lainnya belum mencapai standar yang ditetapkan.

Persamaan Regresi

Pendekatan regresi ditempatkan sebagai perangkat statistik yang berfungsi memformulasikan keterkaitan antar konstruk penelitian ke dalam representasi matematis, sebagaimana dikemukakan oleh Alamsyah dkk. (2022). Dalam ranah kajian pendidikan dan sosial, teknik ini dipilih karena kemampuannya menyajikan estimasi numerik mengenai besaran kontribusi variabel prediktor terhadap variabel respons. Untuk keperluan analisis, digunakan model regresi linier sederhana yang dirancang untuk menilai pengaruh satu faktor independen terhadap satu variabel dependen secara terukur. Penerapan model tersebut dalam penelitian ini diarahkan pada pengujian peran self-management sebagai determinan dalam pembentukan regulasi perilaku disiplin peserta didik. Temuan dari pengujian regresi linier sederhana selanjutnya disajikan secara ringkas melalui Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Persamaan Regresi

Coefficients[a]						
	Model	Unstandardized Coefficients		Standardized	t	Signifikansi
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-1.326	0.316		-4.195	0.000
	Self_Management	0.254	0.038		6.632	0.000

Berdasarkan hasil analisis regresi linier sederhana pada Tabel 2 di atas diperoleh hasil persamaan regresi sebagai berikut:

Disiplin Diri = −1,326 + 0,254 *Self-Management*

Hubungan kausal antara pengelolaan diri dan regulasi perilaku peserta didik dianalisis melalui kajian empiris yang melibatkan siswa kelas IV di SD Negeri 4 Ubung sebagai unit observasi. Temuan statistik yang diperoleh dari penerapan regresi linier sederhana menunjukkan bahwa kapasitas self-management berperan nyata dalam meningkatkan tingkat kedisiplinan siswa. Indikasi tersebut tercermin dari nilai probabilitas uji yang berada jauh di bawah ambang signifikansi konvensional ($p < 0,05$), yakni sebesar 0,000, yang menandakan kuatnya hubungan antarvariabel. Selain itu, besaran koefisien regresi yang mencapai 0,254 mengonfirmasi bahwa setiap kenaikan satu unit kemampuan pengelolaan diri diikuti oleh peningkatan skor disiplin diri sebesar 0,254 unit, sehingga mempertegas kontribusi positif self-management dalam pembentukan perilaku disiplin pada peserta didik sekolah dasar.

Uji Hipotesis (Uji F dan Uji t)

Uji Hipotesis berfungsi untuk mengetahui apakah koefisien regresi tersebut signifikan atau tidak.

Hipotesis yang dibentuk dalam penelitian ini adalah:

H0 = Tidak ada pengaruh signifikan *Self-Management* terhadap Disiplin Diri siswa H1 = Ada pengaruh signifikan *Self-Management* terhadap Disiplin Diri siswa

Dalam pengambilan keputusan, digunakan kaidah keputusan yaitu apabila nilai signifikansi lebih kecil dari $\alpha = 0,05$, maka H0 ditolak.

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis

Coefficients[a]						
	Model	Unstandardized Coefficients		Standardized	t	Signifikansi
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-1.326	0.316		-4.195	0.000
	Self_Management	0.254	0.038	0.799	6.632	0.000

Interpretasi hasil analisis statistik menunjukkan bahwa probabilitas signifikansi yang diperoleh berada jauh di bawah batas kesalahan yang ditetapkan, yakni 0,05, dengan nilai p sebesar 0,000. Kondisi ini mengindikasikan bahwa asumsi nol tidak dapat dipertahankan, sehingga hubungan antara pengelolaan diri dan regulasi disiplin peserta didik dinyatakan

bermakna secara statistik. Penguatan kesimpulan tersebut juga diperoleh melalui pengujian parsial menggunakan uji t, yang berfungsi membandingkan kekuatan nilai empiris dengan nilai kritis distribusi. Berdasarkan perhitungan, nilai t empiris tercatat sebesar 6,632, sementara nilai t kritis pada derajat kebebasan 25 (n = 27) berada pada angka 2,060. Ketimpangan yang signifikan antara kedua nilai tersebut menegaskan bahwa kontribusi self-management terhadap pembentukan disiplin diri siswa bersifat signifikan, sehingga hipotesis nol kembali ditolak dan hipotesis alternatif diterima secara meyakinkan.

Koefisien Determinasi (R^2)

Nilai koefisien determinasi (R^2) berfungsi sebagai indikator statistik untuk menilai tingkat kecakupan model analisis dalam menjelaskan keragaman yang muncul pada variabel terikat. Melalui hasil pengolahan data, besaran R^2 yang diperoleh mencerminkan proporsi kontribusi model terhadap perubahan variabel dependen, sebagaimana disajikan pada keluaran analisis berikut.

Tabel 4. Koefisien Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Standard Error of the Estimate
1	0.799	0.638	0.623	0.274

Hasil perhitungan koefisien determinasi menunjukkan bahwa model analisis memiliki daya jelaskan yang relatif kuat, dengan nilai R^2 mencapai 0,638. Temuan ini mengindikasikan bahwa lebih dari separuh perubahan tingkat regulasi disiplin peserta didik berkaitan langsung dengan kapasitas pengelolaan diri yang dimiliki, sementara proporsi sisanya sebesar 36,2% berasal dari variabel lain yang tidak tercakup dalam cakupan penelitian. Dengan demikian, meskipun self-management berkontribusi signifikan terhadap pembentukan perilaku disiplin, keberadaan determinan eksternal seperti dinamika keluarga, strategi pedagogis, serta dukungan sosial tetap berperan dalam membentuk perilaku siswa secara menyeluruh.

a. Tabel Persamaan Regresi
   Representasi data pada tabel tersebut merefleksikan keterkaitan fungsional antara konstruk prediktor berupa self-management dan variabel respons yang merepresentasikan disiplin diri. Berdasarkan hasil estimasi menggunakan model regresi linier sederhana, hubungan kedua variabel tersebut diformulasikan dalam persamaan matematis sebagai berikut:
   Disiplin Diri = −1,326 + 0,254 (Self-Management).
   Konstanta bernilai negatif mengindikasikan bahwa pada kondisi hipotetik ketika kemampuan pengelolaan diri berada pada titik nol, skor disiplin yang diproyeksikan berada pada nilai −1,326, suatu kondisi yang secara konseptual tidak relevan karena tidak sejalan dengan karakteristik skala pengukuran. Sebaliknya, koefisien regresi positif sebesar 0,254 menegaskan adanya kecenderungan peningkatan disiplin diri seiring bertambahnya kapasitas self-management, di mana setiap kenaikan satu unit pada variabel independen diikuti oleh pertambahan skor disiplin diri sebesar 0,254 unit. Kekuatan hubungan tersebut diperkuat oleh hasil uji statistik yang menunjukkan nilai t sebesar 6,632 dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$ ($p = 0,000$), sehingga pengaruh self-management terhadap disiplin diri dapat dinyatakan signifikan secara empiris.
b. Tabel Uji Hipotesis (Uji F dan Uji t)
   Dalam uji hipotesis, digunakan dua pendekatan: uji t (untuk signifikansi tiap variabel) dan uji F (untuk signifikansi model secara keseluruhan).
   - Hasil uji t memperlihatkan bahwa *self-management* memiliki pengaruh signifikan terhadap disiplin diri (t hitung 6,632 > t tabel 2,060; dan p-value 0,000 < 0,05).
   - Uji F yang tidak tercantum eksplisit dalam tabel tetapi dapat diasumsikan signifikan karena p-value < 0,05.

   Dengan demikian, hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_1) diterima: *Self-management*
   berpengaruh signifikan terhadap disiplin diri siswa.
c. Tabel Koefisien Determinasi (R^2)
   Nilai $R^2 = 0,638$ menandakan bahwa 63,8% variasi dalam disiplin diri siswa dapat dijelaskan oleh *self-management.* Sisanya, 36,2%, dijelaskan oleh faktor lain seperti motivasi intrinsik, pengaruh orang tua, lingkungan sekolah, dan gaya mengajar

guru. Nilai R yang tinggi (0,799) juga menunjukkan korelasi yang kuat antara kedua variabel.

Temuan penelitian mengindikasikan bahwa pola kedisiplinan peserta didik kelas IV di SD Negeri 4 Ubung belum sepenuhnya stabil dan masih memperlihatkan variasi perilaku yang memerlukan penanganan sistematis. Indikasi tersebut tampak dari keterbatasan siswa dalam mengelola durasi belajar, rendahnya konsistensi dalam menuntaskan kewajiban akademik, serta fluktuasi kepatuhan terhadap regulasi kelas. Kondisi ini menegaskan bahwa kapasitas regulasi diri, khususnya yang berkaitan dengan disiplin belajar, belum terinternalisasi secara optimal, sehingga kecenderungan penundaan tugas dan lemahnya kontrol perilaku menjadi sinyal perlunya intervensi sejak tahap pendidikan dasar. Fenomena tersebut dapat ditafsirkan melalui perspektif behaviorisme yang dikembangkan oleh B.F. Skinner, yang memandang perilaku sebagai produk interaksi antara rangsangan dan respons yang dibentuk melalui mekanisme penguatan. Skinner (1953) menekankan bahwa respons yang disertai konsekuensi positif memiliki peluang lebih besar untuk dipertahankan dan berkembang menjadi kebiasaan adaptif, sementara modifikasi perilaku diarahkan pada pembentukan hubungan stimulus–respons yang lebih fungsional (Willis, 2010 dalam Astuti & Lestari, 2020).

Sejalan dengan kerangka tersebut, pendekatan self-management dalam penelitian ini diposisikan sebagai strategi internalisasi kontrol perilaku yang menitikberatkan pada peran aktif siswa dalam mengarahkan tindakannya sendiri. Melalui proses identifikasi perilaku, perumusan tujuan personal, serta penerapan self-reinforcement, siswa dilatih untuk memperkuat perilaku yang selaras dengan tuntutan disiplin. Implementasi teknik sederhana—seperti pengaturan jadwal belajar, pencatatan tugas, refleksi mandiri, dan pemberian penghargaan internal—berfungsi sebagai sarana pembelajaran untuk mengendalikan impuls dan mempertahankan keteraturan perilaku. Mekanisme ini menandai pergeseran locus kontrol dari ketergantungan eksternal menuju pengendalian internal, yang menjadi inti terbentuknya disiplin diri. Observasi lapangan menunjukkan bahwa siswa yang menerapkan strategi self-management secara konsisten memperlihatkan perubahan perilaku yang bermakna, ditandai dengan meningkatnya ketertiban dalam mengikuti pembelajaran, inisiatif menyelesaikan tugas tanpa dorongan berulang, serta kepatuhan yang lebih stabil terhadap tata tertib sekolah.

Konsistensi temuan tersebut diperkuat oleh hasil kajian Said dkk. (2024) yang menegaskan efektivitas self-management dalam meningkatkan kedisiplinan peserta didik. Selain itu, analisis kuantitatif melalui regresi linier sederhana dalam penelitian ini membuktikan adanya pengaruh signifikan kemampuan pengelolaan diri terhadap tingkat disiplin siswa. Hasil tersebut menegaskan bahwa pembentukan disiplin tidak semata-mata bergantung pada penerapan aturan eksternal, melainkan juga dipengaruhi oleh kapasitas internal individu dalam mengatur perilaku secara sadar. Kendati demikian, optimalisasi self-management tidak dapat dilepaskan dari peran pendidik, dukungan keluarga, serta iklim belajar yang mendukung. Oleh karena itu, penguatan pengelolaan diri perlu dipahami sebagai upaya kolaboratif dalam membangun kultur disiplin yang berkelanjutan di lingkungan sekolah dasar.

4. Simpulan

Simpulan penelitian ini menegaskan bahwa regulasi diri berperan sebagai determinan utama dalam pembentukan perilaku disiplin peserta didik kelas IV di SD Negeri 4 Ubung. Bukti empiris menunjukkan bahwa peningkatan kapasitas siswa dalam mengendalikan tindakan, mengelola respons emosional, memanfaatkan waktu secara efektif, serta memikul tanggung jawab personal berkorelasi langsung dengan menguatnya konsistensi perilaku disiplin di lingkungan sekolah. Daya jelaskan model yang tercermin dari koefisien determinasi sebesar 0,638 mengindikasikan bahwa proporsi dominan variasi disiplin dapat diatribusikan pada kemampuan pengelolaan diri, sehingga peserta didik yang memiliki regulasi internal yang baik cenderung menunjukkan kepatuhan terhadap tata tertib, ketepatan dalam penyelesaian tugas, serta stabilitas sikap dalam aktivitas belajar. Temuan ini memperluas pemahaman bahwa pembinaan disiplin tidak cukup ditopang oleh mekanisme kontrol eksternal semata, melainkan membutuhkan penguatan kapasitas internal individu untuk mengarahkan perilaku secara sadar dan berkelanjutan.

Efektivitas strategi self-management tercermin melalui penerapan berbagai teknik, seperti self-instruction, penguatan intrinsik, perencanaan aktivitas harian, dan refleksi mandiri, yang terbukti membentuk

pola kebiasaan positif. Namun, optimalisasi pendekatan tersebut tidak berlangsung dalam ruang hampa, melainkan dipengaruhi oleh kualitas ekosistem pendidikan yang melingkupinya. Keterlibatan aktif pendidik dalam proses pembelajaran, dukungan keluarga dalam pembiasaan rutinitas, serta keteladanan di lingkungan rumah menjadi faktor pendukung yang memperkuat internalisasi disiplin. Oleh sebab itu, pengembangan self-management perlu diposisikan sebagai bagian integral dari kurikulum, khususnya pada jenjang sekolah dasar yang merupakan fase krusial dalam pembentukan karakter jangka panjang. Sinergi antara sekolah, keluarga, dan komunitas pendidikan menjadi prasyarat penting agar pembinaan karakter dapat berlangsung secara konsisten dan berkesinambungan.

Lebih jauh, hasil penelitian ini menegaskan urgensi pelatihan regulasi diri sejak usia dini sebagai fondasi bagi terbentuknya disiplin yang kokoh. Penguatan kemampuan tersebut tidak hanya berkontribusi pada keteraturan dan tanggung jawab akademik, tetapi juga membekali siswa dengan kesiapan adaptif dalam menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, keberhasilan pembentukan disiplin diri merupakan hasil interaksi antara kapasitas internal peserta didik dan dukungan lingkungan yang kondusif, sehingga kolaborasi seluruh pemangku kepentingan pendidikan menjadi kunci dalam mewujudkan pengembangan karakter yang berkelanjutan.

5. Ucapan Terima Kasih

Puji syukur dipanjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkah dan rahmat-Nya, artikel ini yang berjudul "Pengaruh *Self-Management* Terhadap Pembentukan Disiplin Diri Siswa Kelas IV : Studi Kasus di SD Negeri 4 Ubung" dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Artikel ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu tugas akademik mata kuliah psikopedagogik dan sebagai bagian dari kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan.

Selama proses penyusunan artikel ini, tim penulis mendapatkan banyak dukungan, arahan, serta motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, melalui kesempatan ini kami menyampaikan terima kasih kepada pihak-pihak berikut:

1. Ibu Luh Gede Fera Yulia Dewi, S.Pd. SD, selaku Kepala Sekolah SD Negeri 4 Ubung, yang telah memberikan izin, dukungan, dan kesempatan kepada tim penulis untuk melaksanakan observasi dan penelitian di sekolah yang dipimpinnya.
2. Ibu Ni Luh Putu Dima Septiari, S.Pd, selaku Wali Kelas yang telah memberikan bimbingan, kerja sama, serta dukungan selama proses penelitian berlangsung di kelas yang beliau ampu.
3. Ibu Ni Kadek Dwi Yunita Utari, S.Pd, selaku Guru Pendamping saat observasi, yang telah memberikan banyak arahan, informasi, serta dukungan kepada penulis selama kegiatan observasi dilakukan.
4. Seluruh guru dan staf di SD Negeri 4 Ubung yang telah berpartisipasi dan membantu kelancaran kegiatan penelitian ini.
5. Siswa/i SD Negeri 4 Ubung yang telah terlibat secara langsung dalam kegiatan observasi dan memberikan data yang dibutuhkan untuk penyusunan artikel ini.

Kami menyadari sepenuhnya bahwa tulisan ini masih memiliki kekurangan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, kami sangat mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi perbaikan dan penyempurnaan karya-karya ilmiah kami selanjutnya. Akhir kata, besar harapan kami agar artikel ini dapat memberikan manfaat, menambah wawasan, serta menjadi referensi yang berguna bagi para pembaca. Denpasar, 10 Juni 2025 Tim Penulis.

6. Daftar Pustaka

Alamsyah, I. F., Esra, R., Awalia, S., & Nohe, D. A. (2022). Analisis regresi data panel untuk mengetahui faktor yang memengaruhi jumlah penduduk miskin di Kalimantan Timur. *Prosiding Seminar Nasional Matematika dan Statistika*.

Anjani, W. S., Arumsari, C., & Imaddudin, A. (2020). Pelatihan self-management untuk meningkatkan disiplin belajar siswa: Studi kuasi eksperimen pada siswa. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research, 4*(1). Retrieved from http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling

Astuti, A. D., & Lestari, S. D. (2020). Teknik self-management untuk mengurangi perilaku terlambat datang di sekolah. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 10*(1), 54. doi:10.25273/counsellia.v10i1.6304

Janna, N. M., & Herianto. (2021). Konsep uji validitas dan reliabilitas dengan menggunakan SPSS. *OSF Preprints*, 1–12. doi:10.31219/osf.io/v9j52

Maskur, Y., Pandang, A., & Anas, D. H. M. (2021). Penerapan teknik self-management untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa di MTs Negeri 4 Bone. *Pinisi Journal of Education*.

Said, N., Aryani, F., & Buchori, S. (2024). Efektivitas teknik self-management dalam mendorong peningkatan disiplin siswa di SMKN 1 Tinambung. *CONSILIUM: Journal Education and Counseling*.

Sulistyawati, W., Wahyudi, & Trinuryono, S. (2022). Analisis deskriptif kuantitatif motivasi belajar siswa dengan model blended learning di masa pandemi COVID-19.

© 2026 by the authors. Submitted for possible open accesspublication under the terms and conditions of the CreativeCommons Attribution Share Alike (CC BY SA) license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).