

PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL DAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN KONSENTRASI BELAJAR SISWA DI SMK NEGERI 2 MANDREHE

Nice Blessing Gulo^{1*}, Famahato Lase²,
Hosianna Rodearni Damanik³, Justin Foera-era Lase⁴
Universitas Nias
e-mail: nice13blessing@gmail.com

Diterima: 14/08/2026; Direvisi: 08/09/2026; Diterbitkan: 26/09/2026

ABSTRAK

Konsentrasi belajar merupakan aspek penting dalam proses pembelajaran karena berkaitan dengan kemampuan siswa memusatkan perhatian, memahami informasi, dan menyelesaikan tugas secara optimal. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh layanan bimbingan klasikal dan teknik *self-management*, baik secara parsial maupun simultan, terhadap konsentrasi belajar siswa kelas XI MP di SMK Negeri 2 Mandrehe. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis *pre-experimental design* dan desain *one-group pretest-posttest*. Subjek penelitian berjumlah 20 siswa kelas XI MP. Data dikumpulkan menggunakan angket dan dianalisis melalui uji prasyarat, regresi linear berganda, uji *t*, uji *F*, dan koefisien determinasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasikal berpengaruh signifikan secara statistik terhadap konsentrasi belajar siswa dengan nilai $t = 2,750$ dan signifikansi $0,014 < 0,05$. Teknik *self-management* juga menunjukkan pengaruh yang signifikan dengan nilai $t = 2,641$ dan signifikansi $0,017 < 0,05$. Secara simultan, kedua variabel menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap konsentrasi belajar dengan nilai $F = 64,969$ dan signifikansi $0,000 < 0,05$. Nilai koefisien determinasi sebesar 0,884 menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasikal dan teknik *self-management* secara bersama-sama menjelaskan 88,4% variasi konsentrasi belajar siswa, sedangkan 11,6% sisanya berkaitan dengan faktor lain di luar model penelitian. Dengan demikian, integrasi layanan bimbingan klasikal dan teknik *self-management* dapat menjadi salah satu alternatif layanan bimbingan dan konseling untuk mendukung peningkatan konsentrasi belajar siswa SMK.

Kata kunci: layanan bimbingan klasikal, *self management*, konsentrasi belajar, *pre-experimental design*, siswa SMK.

ABSTRACT

Learning concentration is an important aspect of the learning process because it is related to students' ability to maintain attention, understand information, and complete learning tasks optimally. This study aimed to analyze the effects of classical guidance services and the *self-management* technique, both partially and simultaneously, on the learning concentration of Grade XI MP students at SMK Negeri 2 Mandrehe. This study employed a quantitative approach using a *pre-experimental design* with a *one-group pretest-posttest* design. The research subjects consisted of 20 Grade XI MP students. Data were collected using a questionnaire and analyzed through prerequisite tests, multiple linear regression, *t*-test, *F*-test, and coefficient of determination. The results showed that classical guidance services had a statistically significant effect on students' learning concentration, with a *t*-value of 2.750 and a significance value of $0.014 < 0.05$. The *self-management* technique also showed a significant effect, with a *t*-value of 2.641 and a significance value of $0.017 < 0.05$.

Simultaneously, the two variables showed a significant effect on learning concentration, with an F -value of 64.969 and a significance value of $0.000 < 0.05$. The coefficient of determination was 0.884, indicating that classical guidance services and the *self-management* technique jointly explained 88.4% of the variation in students' learning concentration, while the remaining 11.6% was associated with other factors outside the research model. Therefore, integrating classical guidance services with the *self-management* technique can serve as an alternative guidance and counseling strategy to support the improvement of learning concentration among vocational high school students.

Keywords: classical guidance services, *self-management*, learning concentration, *pre-experimental design*, vocational high school students.

PENDAHULUAN

Konsentrasi belajar merupakan aspek penting dalam proses pembelajaran karena berkaitan dengan kemampuan siswa memusatkan perhatian, memahami informasi, mengikuti instruksi, dan menyelesaikan tugas secara optimal (Pitasari & Indrawati, 2024). Konsentrasi dipengaruhi oleh faktor internal, seperti motivasi, minat, kondisi psikologis, dan kebiasaan belajar, serta faktor eksternal berupa lingkungan belajar dan interaksi sosial (Amaliyah et al., 2022; Mustofa et al., 2023). Lingkungan belajar yang kondusif juga berperan dalam mendukung konsentrasi siswa SMK (Pemba et al., 2022). Rendahnya konsentrasi dapat menghambat proses dan hasil belajar karena siswa mengalami kesulitan dalam memahami materi dan mempertahankan keterlibatan dalam pembelajaran (Riinawati, 2021; Sati & Sunarti, 2021).

Permasalahan konsentrasi belajar ditemukan pada siswa kelas XI MP SMK Negeri 2 Mandrehe. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa beberapa siswa kurang memperhatikan penjelasan guru, berbicara dengan teman saat pembelajaran, mudah teralihkan oleh kondisi sekitar, kurang sungguh-sungguh mengerjakan tugas, dan belum mampu mempertahankan perhatian secara konsisten. Kondisi tersebut perlu mendapat perhatian karena pembelajaran SMK tidak hanya menuntut pemahaman teori, tetapi juga ketelitian, kedisiplinan, dan keterlibatan siswa dalam kegiatan praktik. Selain itu, kemampuan regulasi diri juga berkaitan dengan perilaku akademik siswa SMK, termasuk kecenderungan melakukan prokrastinasi (Sarijanah et al., 2025).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membantu mengatasi permasalahan tersebut adalah layanan bimbingan klasikal. Layanan ini memungkinkan guru BK memberikan arahan dan strategi secara terstruktur kepada siswa sesuai dengan kebutuhan mereka. Penelitian Fridaram et al. (2021) menunjukkan bahwa bimbingan klasikal dengan metode *cooperative learning* tipe Jigsaw dapat meningkatkan konsentrasi belajar. Hasil serupa juga ditemukan melalui penerapan teknik *reward* untuk meningkatkan konsentrasi belajar (Atmaja et al., 2025). Selain konsentrasi, bimbingan klasikal dapat mendukung motivasi, efikasi diri, dan manajemen waktu siswa melalui metode diskusi, *game-based learning*, dan *problem based learning* (Rifqi et al., 2024; Nisa et al., 2024; Audinah et al., 2024).

Namun, bimbingan klasikal perlu diperkuat dengan kemampuan siswa dalam mengelola perilakunya sendiri. Teknik *self-management* membantu siswa mengenali hambatan belajar, menetapkan tujuan, mengatur waktu, mengendalikan gangguan, memantau perilaku, dan mengevaluasi perubahan yang dicapai. Penelitian menunjukkan bahwa *self-management* dapat meningkatkan disiplin dan motivasi belajar siswa (Manurung & Darmayanti, 2024; Assahra et al., 2024; Suryaning & Kholisna, 2023) serta membantu

mencegah prokrastinasi akademik (Sutarno et al., 2025). Temuan tersebut relevan dengan kondisi siswa SMK yang membutuhkan kemampuan pengelolaan diri untuk mempertahankan keterlibatan dan kedisiplinan dalam pembelajaran (Anggreni et al., 2024).

Bimbingan klasikal dan *self-management* memiliki fungsi yang saling melengkapi. Bimbingan klasikal memberikan arahan dan strategi secara terstruktur, sedangkan *self-management* membantu siswa menerapkan dan mempertahankan strategi tersebut secara mandiri. Sejumlah penelitian telah menunjukkan manfaat bimbingan klasikal terhadap konsentrasi maupun aspek belajar lainnya (Fridaram et al., 2021; Atmaja et al., 2025; Rifqi et al., 2024), sementara penelitian mengenai *self-management* lebih banyak berfokus pada disiplin, motivasi, dan prokrastinasi (Manurung & Darmayanti, 2024; Assahra et al., 2024; Sutarno et al., 2025). Dengan demikian, masih terdapat ruang penelitian untuk menguji kedua pendekatan tersebut secara bersama-sama dalam kaitannya dengan konsentrasi belajar siswa SMK.

Berdasarkan permasalahan dan kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh layanan bimbingan klasikal dan teknik *self-management* terhadap konsentrasi belajar siswa kelas XI MP SMK Negeri 2 Mandrehe, baik secara parsial maupun simultan. Kebaruan penelitian terletak pada pengujian kedua pendekatan tersebut secara bersama-sama dalam konteks konsentrasi belajar siswa SMK. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar empiris bagi guru BK dalam mengembangkan layanan yang lebih terarah untuk mendukung konsentrasi dan perilaku belajar siswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *pre-experimental design* dan desain *one group pretest-posttest*. Desain ini digunakan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan klasikal dan teknik *self management* terhadap konsentrasi belajar siswa melalui pengukuran sebelum dan sesudah pemberian perlakuan. Penelitian dilaksanakan di SMK Negeri 2 Mandrehe pada 14 Mei sampai 20 Juli semester genap tahun 2025/2026. Subjek penelitian berjumlah 20 siswa kelas XI MP yang dijadikan sampel penelitian.

Variabel penelitian terdiri atas layanan bimbingan klasikal (X1) dan teknik *self management* (X2) sebagai variabel bebas, serta konsentrasi belajar siswa (Y) sebagai variabel terikat. Perlakuan diberikan melalui layanan bimbingan klasikal yang dipadukan dengan teknik *self management* untuk membantu siswa mengenali faktor yang mengganggu konsentrasi, menetapkan tujuan belajar, mengatur perilaku dan waktu belajar, mengendalikan gangguan, serta melakukan evaluasi terhadap perilaku belajarnya.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket. Angket digunakan untuk memperoleh data mengenai layanan bimbingan klasikal, teknik *self management*, dan konsentrasi belajar siswa. Instrumen penelitian berupa angket yang disusun berdasarkan indikator masing-masing variabel penelitian. Angket diberikan kepada subjek penelitian sebagai alat ukur untuk memperoleh data sebelum dan sesudah perlakuan. Data yang diperoleh selanjutnya digunakan untuk mengetahui perubahan dan pengaruh variabel bebas terhadap konsentrasi belajar siswa.

Analisis data dilakukan melalui beberapa tahap. Tahap pertama adalah uji prasyarat yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas untuk memastikan bahwa data memenuhi persyaratan analisis. Selanjutnya dilakukan analisis regresi linear berganda untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan klasikal dan teknik *self management* terhadap konsentrasi belajar siswa. Uji *t* digunakan untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel bebas

secara parsial terhadap konsentrasi belajar, sedangkan uji F digunakan untuk mengetahui pengaruh kedua variabel bebas secara simultan. Selanjutnya, koefisien determinasi (R^2) digunakan untuk mengetahui besarnya kontribusi layanan bimbingan klasikal dan teknik *self management* dalam menjelaskan variasi konsentrasi belajar siswa. Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan taraf signifikansi 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini dilakukan terhadap 20 siswa kelas XI MP SMK Negeri 2 Mandrehe untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan klasikal dan teknik *self management* terhadap konsentrasi belajar siswa. Data penelitian dianalisis melalui uji prasyarat dan pengujian hipotesis menggunakan regresi linear berganda. Hasil analisis menunjukkan bahwa kedua variabel bebas memiliki hubungan yang bermakna dengan konsentrasi belajar siswa, baik ketika diuji secara sendiri-sendiri maupun secara bersama-sama.

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, data terlebih dahulu diuji untuk memastikan terpenuhinya persyaratan analisis. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal, sedangkan uji linearitas digunakan untuk memastikan adanya hubungan linear antara variabel bebas dan variabel terikat. Hasil kedua pengujian tersebut menjadi dasar bahwa data dapat dilanjutkan pada tahap analisis regresi linear berganda.

Untuk memberikan gambaran mengenai hasil pengujian hipotesis secara keseluruhan, hasil analisis regresi, uji parsial, uji simultan, dan koefisien determinasi dirangkum pada Tabel 1.

Tabel 1. Ringkasan Hasil Uji Hipotesis

Variabel/Pengujian	Nilai Statistik	Signifikansi	Keterangan
Uji F (Simultan)	64,969	0,000	Berpengaruh signifikan
Bimbingan Klasikal (X1)	2,750	0,014	Berpengaruh signifikan
<i>Self Management</i> (X2)	2,641	0,017	Berpengaruh signifikan
Koefisien Determinasi (R^2)	0,884	—	Kontribusi 88,4%

Berdasarkan Tabel 1, temuan utama penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasikal dan teknik *self management* secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap konsentrasi belajar siswa. Nilai signifikansi uji F sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 menunjukkan bahwa kedua variabel bebas secara simultan memiliki pengaruh yang bermakna terhadap konsentrasi belajar. Dengan demikian, peningkatan konsentrasi belajar siswa berkaitan dengan penerapan layanan bimbingan klasikal yang disertai dengan pengelolaan diri siswa.

Secara parsial, layanan bimbingan klasikal juga menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap konsentrasi belajar siswa. Hasil uji t menunjukkan nilai 2,750 dengan signifikansi $0,014 < 0,05$. Temuan ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasikal memberikan kontribusi terhadap peningkatan konsentrasi belajar. Melalui layanan yang diberikan secara terstruktur, siswa memperoleh arahan dan strategi yang membantu mereka memahami pentingnya fokus, mengenali gangguan belajar, dan mengembangkan perilaku belajar yang lebih terarah.

Teknik *self management* juga menunjukkan pengaruh yang signifikan secara parsial terhadap konsentrasi belajar siswa. Nilai t sebesar 2,641 dengan signifikansi $0,017 < 0,05$

menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam mengelola dirinya berkaitan secara signifikan dengan konsentrasi belajar. Temuan ini memperlihatkan bahwa konsentrasi tidak hanya bergantung pada stimulus dari luar diri siswa, tetapi juga pada kemampuan siswa mengatur waktu, mengendalikan gangguan, menetapkan tujuan, dan mengevaluasi perilaku belajarnya.

Besarnya koefisien determinasi sebesar 0,884 menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasikal dan teknik *self management* secara bersama-sama mampu menjelaskan 88,4% variasi konsentrasi belajar siswa. Sementara itu, sebesar 11,6% variasi lainnya berkaitan dengan faktor lain yang tidak dianalisis dalam penelitian ini. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa kedua variabel yang diteliti memiliki daya jelas yang kuat terhadap konsentrasi belajar siswa dalam konteks penelitian ini.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa temuan tidak hanya terletak pada kebermaknaan statistik, tetapi pada adanya keterkaitan yang kuat antara pemberian layanan bimbingan klasikal, kemampuan pengelolaan diri, dan konsentrasi belajar siswa. Layanan bimbingan klasikal memberikan dukungan melalui arahan dan strategi yang terstruktur, sedangkan teknik *self management* memperkuat kemampuan siswa untuk mengendalikan dan mempertahankan perilaku belajar secara mandiri. Kombinasi keduanya menjadi temuan penting penelitian dalam upaya meningkatkan konsentrasi belajar siswa kelas XI MP SMK Negeri 2 Mandrehe.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasikal dan teknik *self management* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap konsentrasi belajar siswa. Temuan ini menegaskan bahwa peningkatan konsentrasi tidak cukup ditangani melalui pemberian informasi atau arahan saja, tetapi perlu disertai kemampuan siswa untuk mengatur perilaku belajarnya. Besarnya kontribusi kedua variabel menunjukkan bahwa kombinasi dukungan layanan yang terstruktur dan pengelolaan diri menjadi faktor penting dalam membantu siswa mempertahankan perhatian selama proses pembelajaran.

Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Fridaram et al. (2021) yang menunjukkan bahwa bimbingan klasikal dengan metode *cooperative learning* tipe Jigsaw dapat meningkatkan konsentrasi belajar peserta didik. Hasil ini memperkuat bahwa bimbingan klasikal dapat menjadi intervensi yang efektif ketika diberikan melalui kegiatan yang terarah dan melibatkan siswa secara aktif. Penelitian Diva Atmaja et al. (2025) juga menunjukkan efektivitas layanan bimbingan klasikal teknik *reward* dalam meningkatkan konsentrasi belajar. Dengan demikian, hasil penelitian ini memperluas temuan sebelumnya bahwa bimbingan klasikal tidak hanya berfungsi sebagai layanan pemberian informasi, tetapi dapat diarahkan secara khusus untuk membentuk perilaku belajar yang mendukung konsentrasi.

Pengaruh layanan bimbingan klasikal terhadap konsentrasi belajar juga dapat dipahami dari karakteristik layanan yang memungkinkan guru BK memberikan arahan secara sistematis sesuai kebutuhan siswa. Layanan yang diberikan secara terstruktur membantu siswa mengenali hambatan dalam belajar dan menentukan strategi yang dapat digunakan untuk mengatasinya. Temuan ini sejalan dengan Pitasari dan Indrawati (2024) yang menunjukkan bahwa konsentrasi belajar siswa SMK berkaitan dengan kondisi lingkungan belajar dan motivasi belajar. Artinya, peningkatan konsentrasi perlu didukung melalui intervensi yang membantu siswa merespons berbagai faktor yang dapat mengganggu fokus belajarnya.

Selain bimbingan klasikal, teknik *self management* terbukti memberikan pengaruh signifikan terhadap konsentrasi belajar. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan siswa mengelola perilakunya sendiri merupakan bagian penting dalam mempertahankan fokus

belajar. Melalui *self management*, siswa tidak hanya menerima arahan dari guru BK, tetapi belajar mengenali perilaku yang menghambat belajar, menetapkan target, mengatur waktu, mengendalikan gangguan, dan mengevaluasi pencapaiannya. Hasil ini sejalan dengan Manurung dan Darmayanti (2024) yang menunjukkan bahwa teknik *self management* efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa. Assahra et al. (2024) juga menemukan bahwa penerapan teknik *self management* dapat meningkatkan motivasi belajar siswa.

Temuan tersebut semakin diperkuat oleh penelitian Suryaning dan Kholisna (2023) yang menunjukkan bahwa *self management* dapat meningkatkan disiplin belajar siswa. Kedisiplinan dan kemampuan mengatur diri memiliki hubungan erat dengan konsentrasi karena siswa yang mampu mengendalikan perilakunya lebih mudah mempertahankan perhatian pada tugas yang sedang dikerjakan. Hal ini relevan dengan kondisi siswa SMK yang menghadapi tuntutan pembelajaran teori dan praktik. Anggreni et al. (2024) menunjukkan bahwa kedisiplinan belajar masih menjadi persoalan pada siswa SMK, sehingga penguatan kemampuan pengelolaan diri menjadi bagian penting dalam mendukung proses belajar mereka.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa kedua pendekatan tersebut lebih bermakna ketika dipadukan. Bimbingan klasikal memberikan arahan dan strategi secara terstruktur, sedangkan *self management* membantu siswa menerapkan dan mempertahankan strategi tersebut melalui pengendalian diri. Pola ini menjelaskan mengapa kedua variabel secara simultan mampu memberikan kontribusi yang kuat terhadap konsentrasi belajar. Temuan ini sejalan dengan Sutarno et al. (2025) yang menunjukkan efektivitas teknik *self management* dalam mencegah prokrastinasi akademik. Kemampuan mengelola diri pada akhirnya tidak hanya berkaitan dengan penyelesaian tugas, tetapi juga dengan kemampuan siswa mengarahkan perilakunya agar tetap sesuai dengan tujuan belajar.

Dengan demikian, temuan penelitian ini menegaskan bahwa konsentrasi belajar siswa SMK perlu ditangani melalui pendekatan yang menggabungkan dukungan eksternal dan penguatan kapasitas internal siswa. Bimbingan klasikal menyediakan struktur intervensi, sedangkan *self management* membangun kemandirian siswa dalam mempertahankan perilaku belajar yang mendukung konsentrasi. Pendekatan gabungan ini relevan diterapkan dalam layanan bimbingan dan konseling di SMK karena konsentrasi tidak hanya berkaitan dengan kemampuan memperhatikan pembelajaran, tetapi juga dengan kemampuan siswa mengendalikan diri dan mempertahankan keterlibatan dalam proses belajar.

Meskipun demikian, hasil penelitian perlu dipahami dalam batas konteks penelitian yang melibatkan 20 siswa kelas XI MP di SMK Negeri 2 Mandrehe. Oleh karena itu, besarnya kontribusi kedua variabel tidak dapat secara langsung digeneralisasikan pada seluruh siswa SMK. Penelitian selanjutnya dapat menguji pendekatan yang sama dengan jumlah sampel yang lebih besar, melibatkan kelompok kontrol, serta mempertimbangkan faktor lain yang dapat memengaruhi konsentrasi belajar. Secara praktis, hasil penelitian memberikan dasar bagi guru BK untuk mengintegrasikan layanan bimbingan klasikal dengan teknik *self management* secara terencana dan berkelanjutan dalam membantu siswa meningkatkan konsentrasi belajar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, layanan bimbingan klasikal dan teknik *self management* terbukti berpengaruh signifikan terhadap konsentrasi belajar siswa kelas XI MP SMK Negeri 2 Mandrehe, baik secara parsial maupun simultan. Temuan utama penelitian menunjukkan bahwa bimbingan klasikal memberikan dukungan terstruktur bagi siswa dalam memahami

dan mengatasi hambatan konsentrasi, sedangkan teknik *self management* memperkuat kemampuan siswa dalam mengatur perilaku, waktu, dan fokus belajar. Kombinasi kedua pendekatan tersebut memberikan kontribusi yang kuat terhadap konsentrasi belajar siswa, sehingga dapat menjadi alternatif layanan bimbingan dan konseling yang relevan dalam mendukung proses pembelajaran di SMK.

Penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah subjek yang relatif kecil dan pelaksanaan penelitian yang terbatas pada satu kelas di SMK Negeri 2 Mandrehe, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan secara luas. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan jumlah sampel yang lebih besar, kelompok pembandingan, serta mempertimbangkan faktor lain yang dapat memengaruhi konsentrasi belajar. Secara praktis, guru BK dapat mengintegrasikan layanan bimbingan klasikal dengan teknik *self management* secara terencana dan berkelanjutan sebagai upaya membantu siswa membangun konsentrasi dan perilaku belajar yang lebih mandiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Amaliyah, A., Rini, E. S., & Zamroni, M. (2022). Hubungan kebiasaan makan pagi terhadap konsentrasi belajar pada mata pelajaran matematika siswa kelas III SDN Bidara. *As-Sabiqun*, 4(4), 1018–1028. <https://doi.org/10.36088/assabiqun.v4i4.2140>
- Anggreni, M. S. D., Rakhmawati, D., & Windaniati, W. (2024). Gambaran kedisiplinan belajar pada siswa kelas XI SMK Negeri 7 Semarang. *Guidance: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 21(1), 52–60. <https://doi.org/10.34005/guidance.v21i01.3534>
- Assahra, F., Buchori, S., & Harum, A. (2024). Meningkatkan motivasi belajar siswa melalui penerapan teknik *self management* bagi siswa di sekolah menengah atas. *Indonesian Journal of School Counseling: Theory, Application, and Development*, 4(2). <https://doi.org/10.26858/ijosc.v4i2.61074>
- Audinah, R., Wiyono, B. D., & Hakim, M. (2024). Implementasi bimbingan klasikal dengan metode *problem based learning* dalam meningkatkan manajemen waktu belajar peserta didik XI TFLM SMKN 5 Surabaya. *Jurnal Kajian Penelitian Pendidikan dan Kebudayaan (JKPPK)*, 2(4), 50–59. <https://doi.org/10.59031/jkppk.v2i4.497>
- Atmaja, D., Fitriyadi, S., & Basith, A. (2025). Pengaruh layanan bimbingan klasikal teknik *reward* untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa kelas VIII SMP Negeri Y. *Journal Innovation in Education*, 3(3), 298–312. <https://doi.org/10.59841/inoved.v3i3.3261>
- Fridaram, O., Isthari, E., Cicilia, P. G. C., Nuryani, A., & Wibowo, D. H. (2021). Meningkatkan konsentrasi belajar peserta didik dengan bimbingan klasikal metode *cooperative learning* tipe Jigsaw. *Magistrorum et Scholarium: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 161–170. <https://doi.org/10.24246/jms.v1i22020p161-170>
- Handayani, A. S. (2025). Layanan bimbingan klasikal dengan metode *problem based learning* terhadap pemahaman bahaya *cyber grooming*. *Empati: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 12(1), 1–14. <https://doi.org/10.26877/empati.v12i1.15775>
- Ivantoro, D., Purnama, E. D., Budiman, J., & Santoso, E. J. (2025). Strategi pengembangan manajemen layanan bimbingan dan konseling melalui penerapan layanan bimbingan klasikal berbasis permainan kelompok untuk meningkatkan interaksi sosial siswa. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti*, 12(4), 1106–1118. <https://doi.org/10.38048/jipcb.v12i4.5931>
- Manurung, K. S., & Darmayanti, N. (2024). Penerapan teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa sekolah menengah atas (SMA): Systematic

- literature review. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(3), 1574–1590. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.6092>
- Mustofa, Z., Ulya, I. L., Muqorrobbin, Z., Pangestu, R. T., Rochim, R. L., & Prayitno, M. A. (2023). Strategi peningkatan konsentrasi belajar siswa dalam memahami materi pembelajaran sejarah kebudayaan Islam (SKI). *Damhil Education Journal*, 3(1), 19–35. <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/3321927>
- Nisa, F., Sumaryani, R., & Hariyadi, S. (2024). Efektivitas bimbingan klasikal metode *game-based learning* berbasis digital dalam meningkatkan efikasi diri siswa. *Jurnal Konseling Indonesia*, 9(2), 69–76. <https://doi.org/10.21067/jki.v9i2.10183>
- Nurrohmatulloh, A. F., & Mulyawati, I. (2022). Pengaruh pemberian *reward* dan *punishment* terhadap motivasi dan prestasi belajar matematika siswa sekolah dasar. *Jurnal Basicedu*, 6(5), 8441–8449. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i5.3838>
- Pemba, Y., Darmawang, D., & Kusuma, N. R. (2022). Peran lingkungan belajar terhadap konsentrasi belajar peserta didik di SMK Katolik Muktyaca. *Jurnal Pendidikan dan Profesi Keguruan*, 2(1), 12–20. <https://doi.org/10.59562/progresif.v2i1.29859>
- Pitasari, A., & Indrawati, C. D. S. (2024). Pengaruh motivasi belajar dan lingkungan belajar terhadap konsentrasi belajar siswa MPLB SMK Negeri 1 Karanganyar. *JIKAP*, 8(6), 615–624. <https://jurnal.uns.ac.id/JIKAP/article/view/89500>
- Rifqi, H., Handayani, A., & Ajie, G. (2024). Efektivitas layanan bimbingan klasikal dengan metode diskusi untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. *Empati*, 11(1), 44–61. <https://doi.org/10.26877/empati.v11i1.10187>
- Riinawati, R. (2021). Hubungan konsentrasi belajar siswa terhadap prestasi belajar peserta didik pada masa pandemi Covid-19 di sekolah dasar. *Edukatif*, 3(4), 2305–2312. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i4.886>
- Sarijanah, H., Islamy, F. J., & Meilani, R. I. (2025). Regulasi diri dan prokrastinasi akademik: Studi kuantitatif di kalangan siswa SMK. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 10(2), 187–200. <https://doi.org/10.17509/jpm.v10i2.74583>
- Sati, L., & Sunarti, V. (2021). Hubungan konsentrasi belajar dengan hasil belajar peserta didik di LKP Hazika Education Center. *Spektrum: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah (PLS)*, 9(4). <https://doi.org/10.24036/spektrumpls.v9i4.113946>
- 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>
- Sutarno, S. R., Afrilianto, M., & Utomo, P. (2025). Kemanjuran teknik *self-management* dalam bingkai bimbingan kelompok untuk mencegah perilaku prokrastinasi akademik siswa SMP. *FOKUS: Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*, 8(1), 21–31. <https://journal.ikipsiliwangi.ac.id/fokus/article/view/23502>