KEEFEKTIFAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN *SELF CONTROL* PADA PESERTA DIDIK KELAS VIII DI SMP N 3 PAGERWOJO TULUNGAGUNG TAHUN PELAJARAN 2015/2016

ARTIKEL SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Pada Jurusan Bimbingan dan Konseling

OLEH:

NOVITA FITRIANA

11.1.01.01.0213

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UNP KEDIRI
2015

Skripsi oleh:

NOVITA FITRIANA

11.1.01.01.0213

Judul:

KEEFEKTIFAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN *SELF CONTROL* PADA PESERTA DIDIK DI SMP N 3 PAGERWOJO KELAS VIII TULUNGAGUNG TAHUN PELAJARAN 2015/2016

Telah disetujui untuk diajukan kepada Panitia Ujian/Sidang Skripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling
FKIP UNP Kediri

Tanggal:

Pembimbing I	Pembimbing II
Dra. Khususiyah, M.Pd	**Galang Surya Gumilang, M.Pd**
NIDN. 0717115901	**NIDN. 0731089001**

ii

Skripsi oleh:

NOVITA FITRIANA
11.1.01.01.0213

Judul:

KEEFEKTIFAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN *SELF CONTROL* PADA PESERTA DIDIK KELAS VIII DI SMP N 3 PAGERWOJO TULUNGAGUNG TAHUN PELAJARAN 2015/2016

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Jurusan BK FKIP UN PGRI Kediri
Pada tanggal: 7 Agustus 2016

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:			Tanda Tangan
1. Ketua	:	Dra. Khususiyah, M.Pd	
2. Penguji I	:	Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd	
3. Penguji II	:	Dra. Endang Ragil W.P, M.Pd	

Mengetahui,
Dekan FKIP

Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd
NIDN. 0716046202

iii

KEEFEKTIFAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN *SELF CONTROL* PADA PESERTA DIDIK KELAS VIII DI SMP N 3 PAGERWOJO TULUNGAGUNG TAHUN PELAJARAN 2015/2016

NOVITA FITRIANA
NPM: 11.1.01.01.0213
FKIP – PGSD
Email: ikapermatasari123@gmail.com
Dra. Khususiyah,M.Pd [1] dan Galang Surya Gumilang, M.Pd[2]
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari nara sumber tertentu (terutama guru pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan.

Self-control adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangi impuls-impuls atau tingkah laku impulsif.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan *self control* pada peserta didik kelas VIII di SMP N 3 Pagerwojo Tulungagung tahun pelajaran 2015/2016.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Teknik yang digunakan adalah eksperimen. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 145 peserta didik. Sampel yang digunakan dalam penelitian sebanyak 23 peserta didik dengan teknik pengambilan sampel *simple random sampling*. Dengan teknik analisis uji-t.

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa: ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan *self control* pada peserta didik kelas VIII di SMP N 3 Pagerwojo Tulungagung tahun pelajaran 2015/2016. Hal ini dapat diperoleh perhitungan menggunakan uji-t diperoleh nilai t_{hitung} 13.810 > t_{tabel} 2.105 (5%), maka signifikan, akibatnya H_0 ditolak.

Hasil penelitian ini disarankan bagi guru bimbingan dan konseling agar dapat menjalankan layanan bimbingan konseling untuk meningkatkan self control pada peserta didik sehingga dapat membantu proses belajar secara optimal.

Kata Kunci: layanan bimbingan kelompok dan self control

I. LATAR BELAKANG MASALAH

Pendidikan merupakan proses membantu individu baik jasmani dan rohani kearah terbentuknya keperibadian yang berkualitas. Umumnya banyak sekali peserta didik yang kurang peduli terhadap dirinya sendiri dan bertanggung jawab atas studinya sehingga banyak peserta didik yang kurang mengendalikan diri (*self control*) terhadap perilakunya terutama perilaku membolos disekolah. Sekolah merupakan salah satu lembaga pendidikan formal memiliki tujuan yang sama dengan tujuan pendidikan nasional, yang didalamnya didukung oleh peran serta bimbingan dan konseling.

Tujuan pendidikan nasional menurut Undang-Undang Republik Indonesia (UURI) No. 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional menyatakan bahwa:

Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermanfaat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Dan dalam UU RI No. 20 Tahun 2003, Bab I pasal 1 berbunyi:

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya sebagai masyarakat, bangsa dan negara.

Pada masa perkembangan individu adalah peserta didik yang berada pada masa yang bermasalah, peserta didik harus tetap dalam bimbingan orang tua dan guru ketika mengatasi kesukaran yang di alami oleh peserta didik. Berbagai permasalahan yang sering muncul dalam kehidupan ini banyak diakibatkan oleh ketidakmampuan seseorang dalam mengendalikan diri. Tawuran antar pelajar, mengambil hak milik orang lain (mencuri, merampok, korupsi), vandalism, penyalahgunaan obat terlarang, penyimpangan perilaku seperti membolos sekolah merupakan contoh perilaku yang timbul karena ketidakmampuan dalam mengendalikan diri (*self control*).

Manusia memiliki kebutuhan yang mendorong pada suatu tindakan atau menghambat tindakan tersebut. Dala m pemenuhan kebutuhan tersebut

terdapat dinamika yang berbentuk interaksi antara kekuatan-kekuatan psikis yang ada pada diri manusia yaitu insting dan pertahanan. Pertahanan diri (*self control*) merupakan jalan pintas indvidu mengatasi kecemasannya (Latipun, 2010: 51- 53).

Membolos merupakan perilaku yang melanggar norma-norma sosial sebagai berikut dari proses pengkondisian lingkungan yang buruk. Perilaku membolos sebenarnya bukan hal yang baru lagi bagi kalangan pelajar, setidaknya mereka yang pernah duduk didunia pendidikan, sebab perilaku membolos itu sendiri telah ada sejak dulu (Kartono, 2011: 21). Akibat dari perilaku menyimpang khusunya membolos tersebut dapat berdampak bagi diri sendiri dan orang lain di antaranya ketidakmampuan berprestasi, peserta didik menggunakan waktu luangnya untuk menganggu temanya dikelas, kegelisahan yang tidak realitas, kesedihan dan depresi, kesulitan bergaul dan ketergantungan yang berlebihan kepada guru. Pada kenyataannya banyak peserta didik yang menunjukan perilaku membolos, berkelahi dan datang terlambat ke sekolah ini dengan berbagai macam alasan (Thalib, 2010: 253).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru BK disekolah peneliti menemukan peserta didik dikelas VIII di SMP N 3 Pagerwojo masih banyak yang melanggar peraturan sekolah dengan membolos, berkelahi dan datang terlambat tiap bulannya berdasarkan catatan guru BK. Selain itu tidak sedikit peserta didik yang meninggalkan jam pelajaran tertentu hanya sekedar dikantin berkumpul ditoilet bersama teman-temanya. Peserta didik di SMP N 3 Pagerwojo ini membolos tidak hanya dari sekolah saja tetapi ada peserta didik yang berangkat sekolah dari rumah dengan berpakaian seragam sekolah akan tetapi tidak masuk sekolah malah mereka pergi ke rumah temannya atau nongkrong ditempat lain. Bahkan Peserta didik di SMP N 3 Pagerwojo pernah ada yang tertangkap oleh warga akibat perkelahian antara SMP lain. Hal ini perlunya mendapatkan perlakuan serius oleh pihak guru BK disekolah tersebut, dengan memanggil peserta didik yang melanggar peraturan sekolah dengan meminta keterangan dari orang tua peserta didik. Namun kenyataannya, masih banyak peserta didik yang melanggar peraturan terulang disekolah ini. Melihat permasalahan tersebut adanya langkah guna mengentaskan masalah ini. Melalui konseling kelompok, diharapkan peserta didik mampu meningkatkan *Self control*.

Layanan konseling kelompok yaitu mengaktifkan dinamika kelompok

untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan pemecahan masalah individu yang menjadi peserta layanan. Dalam konseling kelompok, dibahas masalah pribadi yang di alami oleh masing -masing anggota kelompok (Tohirin, 2013: 171). Anggota dalam konseling kelompok terdiri dari 4-12 anggota kelompok, serta dipimpin oleh konselor. Akibat rendahnya *self control* pada peserta didik adalah merasa kesulitan dalam belajar dan menerima pelajaran, terpengaruh dengan teman-teman pergaulan, peserta didik dalam kondisi sulit karena tekanan faktor ekonomi keluarga, peserta didik ada hubungan antar personal yang tidak menyenangan baik dengan guru maupun kepada teman sebayanya (Mustaqim dan Wahib, 2003: 139-142). Berdasarkan uraian tersebut diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang: efektivitas layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self control* pada peserta didik di SMP N 3 Pagerwojo Kelas VIII Tulungagung Tahun Pelajaran 2015/2016.

II. METODE

Pendekatan yang dipakai oleh peneliti adalah pendekatan kuantitatif. Penelitian dilakukan untuk menguji hipotesis yaitu dengan statistik (uji-t).

Penelitian yang digunakan oleh peneliti yaitu penelitian eksperimen. subjek dalam penelitian ini akan digunakan sebanyak 145 peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 3 Pagerwojo Tulungagung Tahun Pelajaran 2015/2016. Jadi dari hasil tes tersebut peneliti menemukan 23 siswa yang mempunyai self control paling terendah. Sehingga dari hasil tersebut peneliti akan meneliti 23 siswa yang mempunyai self control yang paling terendah. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Uji-t, karena teknik ini membandingkan dua mean (rata-rata) untuk menentukan apakah perbedaan rata-rata tersebut perbedaan nyata atau tidak.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Hasil Uji-t

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Sebelum - Sesudah	Equal variances assumed	.174	.678	-14.139	44	.000	-38.87879	2.74978	-44.42061	-33.33696
	Equal variances not assumed			-14.243	43.744	.000	-38.87879	2.72974	-44.38113	-33.37644

Berdasarkan Tabel 4.7 hasil nilai t_{hitung} dan t_{tabel} untuk taraf signifikan 5% dan derajat kebebasan (df) 44 diperoleh t_{tabel} 14.139, nilai t_{hitung} ini 14.139 berarti lebih besar dari pada nilai t_{tabel} 2.105 (14.139 > 2.105) dengan demikian Ho ditolak, artinya bahwa layanan bimbingan kelompok berpengaruh dalam meningkatkan *self control* pada peserta didik kelas VIII di SMP N 3 Pagerwojo Tulungagung Tahun pelajaran 2015/2016.

Pengujian Hipotesis

Hipotesis merupakan suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian. Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan.

Pembahasan

Sesuai dengan permasalahan yang diangkat pada penelitian ini bertujuan untuk menjawab pengaruh keefektifan peningkatan *self control* melalui layanan bimbingan kelompok pada peserta didik kelas VIII di SMP N 3 Pagerwojo Tulungagung Tahun pelajaran 2015/2016.

Berdasarkan data hasil penelitian diperoleh nilai rata-rata sebelum diberikan perlakuan diperoleh nilai rata-rata sebesar 102,3913 dan sesudah diberikan perlakuan meningkat sebesar 143,0870 dengan *standar deviasi* sebelum diberikan perlakuan sebesar 8,29424 dan sesudah diberikan perlakuan sebesar 5,26492 pada nilai minimum diperoleh nilai sebesar 91 meningkat sebesar 132 sedangkan peroleh angka maksimum pada diperoleh nilai sebesar 118 meningkat menjadi sebesar 1539. Dari data hasil analisa yang menggunakan uji-t dapat terlihat bahwa ada perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan. Dari data diatas terlihat t_{hitung} (14.139) > t_{tabel} 5% (2.105), maka signifikan, akibatnya Ho ditolak.

Sehingga layanan bimbingan kelompok berpengaruh dalam meningkatkan *self control* pada peserta didik kelas VIII di SMP N 3 Pagerwojo Tulungagung Tahun pelajaran 2015/2016.

Dengan demikian disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok diberikan kepada peserta didik dapat efektif dalam meningkatkan *self control*. Dalam layanan bimbingan kelompok, dibahas masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok. Sehingga rendahnya *self control* pada peserta didik yang terjadi pada kelas VIII di SMP N 3 Pagerwojo Tulungagung antara lain masih sering membolos, berkelahi dan datang terlambat merasa kesulitan dalam belajar dan menerima pelajaran, terpengaruh dengan teman-teman pergaulan, peserta didik dalam kondisi sulit karena tekanan faktor ekonomi keluarga.

Hal ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Aprilia Sukmadewi. (2010) dengan judul "Upaya Meningkatkan Pengendalian Diri Penerima Manfaat Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang". Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat sebelum pemberian treatment berupa layanan bimbingan kelompok sebesar 50% termasuk dalam kategori rendah. Setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok sebanyak delapan kali. Pengendalian diri mengalami perubahan menjadi 73% termasuk dalam kategori tinggi. Sehingga berdasarkan persentase pengendalian diri mengalami perubahan yaitu peningkatan sebesar 23%. Hasil perhitungan uji wilcoxon menunjukkan perhitungan sebelum dan setelah memperoleh treatment, diperoleh, $z_{hitung} = 55{,}0 > z_{tabel} = 8$ dengan taraf signifikansi 5% sehingga dinyatakan bahwa Ha diterima. Dengan kata lain bahwa terjadi perubahan tingkat pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat setelah mereka mengikuti layanan bimbingan kelompok.

Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dari pengujian hipotesis yang telah dibahas pada bab sebelumnya maka dapat disimpulkan: layanan bimbingan kelompok berpengaruh dalam meningkatkan *self control* pada peserta didik kelas VIII di SMP N 3 Pagerwojo Tulungagung tahun pelajaran 2015/2016. Hasil ini diperkuat dari hasil perolehan nilai t_{hitung} (14.139) > t_{tabel} 5% (2.105), maka signifikan, akibatnya Ha diterima.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Arikunto S. 2002. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: PT Bima Karya.

Averill. 2003. Personal Control Over Aversive Stimuli and Its Relationship to Stress. *Psychological Bulletin*. Vol. 80, No. 4, 286-303.

Chaplin, J.P. 2006. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo.

Emzir. 2010. *Analisis Data*: *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Gunarsa, SD & Gunarsa, YSD.2008. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.

Hurlock, EB. 2000. *Developmental Psychology a Life-Span Approach*. Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan.Istiwidayanti dan Soedjarwo, M.Sc (terjemahan).Edisi kelima. Jakarta: Penerbit Erlangga.

Kartono, K. 2000. *Kamus Psikologi*. Bandung: CV. Pionir Jaya.

Kunandar. 2010. *Guru Profesional Implementasi Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) dan sukses dalam sertifikasi Guru*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Mappiare, A. 2002. *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.

Mashudi, F. 2012. *Psikologi Konseling*. Jogjakarta: IRCiSoD.

Mardalis. 2003. *Metode Penelitian Proposal*. Jakarta: Bumi Aksara.

Moeleong, Lexy J. 2007. *Metode Penelitian Kualitatif: Edisi Revisi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Prawira, P. A. 2012. *Psikologi Pendidikan*. Jogjakarta: AR-Ruzz Media.

Sarafino, E.P. 2004. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Second Edition. New York: John Willey & Sons, Inc.

Siti F. 2013. *Peran Pendidikan Profesi Guru BK/ Konselor Dalam Meningkatkan Kompetensi Konselor Di Indonesia*, Jurnal IKIP PGRI Semarang.

Soetjipto & Kosasi, R. 2009. *Profesi Keguruan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Supriyono, W. & Ahmadi, A. 2008. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sugiyono. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.

Syaiful, S. 2013. *Kemampuan Profesional Guru dan Tenaga Kependidikan*. Bandung: Alfabeta. 2013

Walgito, B. 2010. *Bimbingan dan Konseling (Studi & Karier)*. Jogjakarta: Andi Offset.