JURNAL

EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK DISKUSI UNTUK MENINGKATKAN PENGENDALIAN DIRI SISWA KELAS VII SMPN 6 KOTA KEDIRI

THE EFFECTIVENESS OF GUIDE STUDENTS' GROUP BY USING DISCUSSION TECHNIQUE TO INCREASE STUDENTS' CONTROL TO THE SEVENTH GRADE STUDENT OF SMPN 6 KOTA KEDIRI

Oleh:

VIKY MAY WULANSARI

12.1.01.01.0200

Dibimbing oleh :

1. **Drs. SETYA ADI SANCAYA, M.Pd**
2. **LAELATULAROFAH, M.Pd**

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING

FAKULTAS KEGURUAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

TAHUN 2017

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2017

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap	: Viky May Wulansari
NPM	:12.1.01.01.0200
Telepun/HP	:085736402033
Alamat Surel (Email)	: vikymayw@gmail.com
Judul Artikel	: Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi untuk Meningkatkan Pengendalian Diri Siswa Kelas VII SMPN 6 Kota Kediri
Fakultas – Program Studi	:FKIP – Bimbingan Konseling
Nama Perguruan Tinggi	:Universitas Nusantara PGRI Kediri
Alamat Perguruan Tinggi	: Jalan KH. Achmad Dahlan No. 76 Kediri (64112)

Dengan ini menyatakan bahwa :

a. artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;
b. artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggungjawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri,..30..Januari 2017
Pembimbing I	Pembimbing II	Penulis,
Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd. NIDN. 0712076102	Laelatul Arofah, M.Pd. NIDN. 0722069101	Viky May Wulansari NPM. 12.1.01.01.0200

EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK DISKUSI UNTUK MENINGKATKAN PENGENDALIAN DIRI SISWA KELAS VII SMPN 6 KOTA KEDIRI

Viky May Wulansari
12.1.01.01.0200
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan – Bimbingan dan Konseling
vikymayw@gmail.com
Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd. dan Laelatul Arofah, M.Pd.
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi dari hasil pengamatan peneliti di SMPN 6 Kota Kediri bahwa ada beberapa peserta didik yang berperilaku kurang sopan ketika pelajaran sedang berlangsung, seperti berkata kotor, mengejek teman, dan mengetuk – ngetuk bangku dengan keras. Peserta didik umumnya kurang bisa mengendalikan dirinya akibat ulah teman disekitar yang membuatnya terpancing untuk melakukan suatu tindakan yang bisa menunjukkan luapan emosinya. Permasalahan penelitian ini adalah apakah bimbingan kelompok dengan teknik diskusi efektif untuk meningkatkan pengendalian diri pada siswa kelas VII SMPN 6 Kota Kediri Tahun Pelajaran 2016/2017 ? Pengendalian diri adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh individu untuk mengendalikan perilaku, dengan menggunakan berbagai pertimbangan sebelum bertindak, individu tersebut mencoba untuk mengarahkan diri mereka sesuai dengan yang mereka kehendaki. Diskusi kelompok adalah salah satu teknik dalam bimbingan kelompok yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk memecahkan masalah secara bersama-sama dalam suatu kelompok. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan teknik penelitian *pre experiment design* dengan jenis *one group pre-test and post-test design*. Populasi dalam penelitian adalah seluruh siswa kelas VII SMPN 6 Kota Kediri. Sedangkan sampel yang dijadikan subyek penelitian ini adalah kelas VII – G. Untuk teknik analisa data efektifitas yang digunakan adalah teknik uji – t. Hasil analisis yang dilakukan oleh peneliti, menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi efektif untuk meningkatkan pengendalian diri siswa. Dengan hasil t hitung (-4,289) > t tabel (2,028). Setelah diberikannya layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi siswa dapat mengatasi perbedaan – perbedaan yang ada dalam kelompok atau menghilangkan perilaku negatif mereka seperti mengganggu teman, mengetuk – ketuk bangku ataupun tindakan yang merugikan dirinya maupun orang lain.Kesimpulan hasil penelitian ini adalah (1) Ada peningkatan jumlah siswa kategori pengendalian diri setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. (2) Teknik diskusi efektif untuk meningkatkan pengendalian diri siswa kelas VII – G SMPN 1 Kota Kediri. Implikasi hasil penelitian tersebut adalah Untuk meningkatkan pengendalian diri dapat digunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Metode ini dapat digunakan oleh guru BK dan guru mata peljaran lainnya untuk bisa meningkatkan pengendalian diri siswa dikelas.

KATA KUNCI : bimbingan kelompok teknik diskusi, pengendalian diri.

I. LATAR BELAKANG

Masa remaja menurut Hurlock (1980: 207) merupakan salah satu masa perkembangan manusia yang menarik perhatian untuk dibicarakan, karena pada masa remaja mengalami berbagai permasalahan yang harus dihadapi. Masa remaja disebut sebagai masa transisi yaitu masa peralihan dari masa kanak-kanak menjadi dewasa. Masa remaja adalah masa yang penting bagi remaja, dan remaja mulai menyadari bahwa pada saat inilah mereka dituntut untuk menghadapi kehidupan yang sebenarnya. Berdasarkan pendapat tersebut, masa remaja merupakan masa peralihan. Individu tumbuh dari masa kanak-kanak menjadi individu yang lebih matang atau dewasa.

Pada masa remaja umumnya terjadi pada pelajar SMP, sikap dan perilaku pelajar SMP cenderung lebih ingin menemukan sahabat yang mempunyai tujuan yang sama. Tidak jarang pelajar SMP khususnya laki-laki mempunyai sahabat atau sebuah kelompok yang dibentuk agar mereka bisa lebih ditakuti atau hanya untuk mencari perhatian dari orang lain. Dengan begitu mereka bisa berkuasa dan bisa diperhatikan ketika berada di kelas. Sikap berkuasa seperti ini biasanya tidak hanya ditunjukkan di depan temannya saja, namun didepan guru pelajaran mereka juga menunjukkan sikap kurang sopan. Perilaku seperti ini disebabkan karena kurangnya pengendalian diri dilingkungannya. Salah satu faktor penyebab individu tidak bisa mengendalikan diri adalah faktor dari keluarga, teman, dan lingkungannya.

Hurlock dalam (Fadillah : 2013) mengatakan kendali diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan – dorongan dalam dirinya. Dengan kata lain semakin baik individu dalam mengelola gejolak emosionalnya semakin baik kemampuan mereka dalam mengendalikan dirinya. Apabila siswa memiliki pengendalian diri rendah, meraka akan kesulitan mengontrol emosinya ketika terjadi suatu masalah. Siswa juga kurang mempunyai sopan santun kepada orang yang lebih tua. Namun apabila siswa memiliki pengendalian diri dengan baik, maka mereka dapat mengendalikan emosi, tingkah laku, dan sopan santunnya dengan baik. Meraka juga tidak merugikan orang yang ada di sekitarnya karena menjadi pribadi yang lebih dewasa. Orang yang memiliki pengendalian diri dengan baik, maka akan mudah

untuk berkomunikasi dengan semua orang dengan baik.

Seperti yang terjadi saat peneliti melakukan penelitian di SMPN 6 Kediri bahwa ada beberapa peserta didik yang berperilaku kurang sopan ketika pelajaran sedang berlangsung, seperti berkata kotor, mengejek, dan mengetuk-ketuk bangku dengan keras. Berdasarkan hasil wawancara hal tersebut dilakukan agar kelompok merasa berkuasa dan diperhatikan orang lain. Mereka berpikir bahwa berkata kotor, mengejek, dan mengetuk – mengetuk bangku dengan keras adalah hal yang wajar dilakukan. Mereka menganggap bahwa perilaku seperti itu wajar dilakukan karena untuk menghilangkan rasa jenuh ketika berada dikelas. Ketika terjadi hal yang tidak diinginkan mereka cenderung akan menyalahkan temannya, mereka ingin membuktikan bawa dirinya benar dan temannya salah sehingga membuat temannya tersinggung dan dapat memicu pertengkaran.

Adapun layanan bimbingan dan konseling yang sesuai untuk membantu peserta didik untuk mengontrol diri adalah kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok karena didalam kelompok siswa belajar berdiskusi dan membahas topik yang diangkat bersama-sama serta mencari jalan keluar untuk memecahkan masalah tersebut.

Peneliti beranggapan bahwa diskusi kelompok adalah suatu teknik bimbingan kelompok yang terdiri dari tiga orang atau lebih, yang dilaksanakan dengan maksud agar sebagai anggota kelompok dapat mengumpulkan pendapat, membuat kesimpulan, dan memecahkan masalah yang dihadapi dengan jalan mendiskusikan masalah tersebut secara bersama-sama di bawah pimpinan seorang pemimpin. Dengan menggunakan teknik diskusi siswa bisa lebih mengembangkan pemikirannya untuk memecahkan masalah-masalah yang dialaminya sehingga dalam kesehariannya dapat mengontrol diri untuk menjadi lebih baik. Kelebihan teknik diskusi adalah siswa dapat mengambil pelajaran dari pengalaman - pengalaman peserta yang lain dalam mencari jalan keluar, siswa dapat mengutarakan masalah dan mencari solusi bersama anggota kelompok, siswa mendapat saran dan kritikan dari anggota kelompok agar siswa

dapat mengubah sikap dan tingkah lakunya menjadi lebih baik.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada konselor SMPN 6 Kediri, konselor belum pernah memberikan layanan Bimbingan Kelompok terhadap beberapa peserta didik yang belum bisa mengendalikan dirinya dikelas. Oleh karena itu, peneliti bermaksud memberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik diskusi agar siswa di SMPN 6 Kediri bisa menjadi siswa yang menghargai dan menghormati guru maupun teman sekelasnya. Dengan diadakannya layanan ini, diharapkan agar siswa bisa merubah tingkah lakunya menjadi yang lebih bermanfaat bagi lingkungannya.

Berdasarkan hasil dari penelitian yang dilakukan di SMPN 6 Kediri banyak siswa yang kurang bisa mengendalikan dirinya dan menempatkan dirinya pada keadaan. Peserta didik umumnya kurang bisa mengontrol diri akibat ulah teman disekitarnya yang membuatnya terpancing untuk melakukan suatu tindakan yang bisa menunjukkan luapan emosinya, tanpa mengetahui resiko yang terjadi. Woolfolk (2011) berpendapat bahwa, kontrol diri yang rendah remaja tidak mampu memandu, mengarahkan, dan mengatur perilakunya. Remaja masih belum mampu menginterprestasikan stimulus yang dihadapi, tidak mampu mempertimbangkan konsekuensi yang mungkin dihadapi sehingga tidak mampu memilih tindakan yang tepat.

Berdasarkan uraian diatas, maka perlu kiranya dilakukan penelitian yang dimaksudkan untuk menguji keefektifan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok untuk meningkatkan pengendalian diri siswa kelas VII SMPN 6 Kota Kediri tahun ajaran 2016/2017.

II. METODE

Sugiyono (2013:60) mengidentifikasi variabel adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, subjek, objek, atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Berdasarkan pengertian variabel tersebut, dalam penelitian ini dapat di identifikasikan variabel bebas adalah bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dan variabel terikatnya adalah pengendalian diri.

Indikator dalam pengendalian diri yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan pada teori Averill (dalam Fadillah:2013) mengelompokkan pengendalian diri menjadi tiga jenis yaitu, "(1) mengontrol perilaku (*behavior control),* (2) mengontrol kognitif (*cognitive control),* dan (3) mengotrol keputusan (*decision control)".* Ketiga aspek pengendalian diri tersebut dijadikan sebagai indikator dalam skala pengendalian diri.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan *kuantitatif.* Metode pendekatan *kuantitatif* dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berdasarkan pada sifat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu. Teknik penelitian yang digunakan adalah dengan menggunakan metode *pre eksperimen design*. Dalam peneletian ini masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen (Sugiono, 2013: 82).

Dalam penelitian ini menggunakan *one – group pre – test* dan *post – test design*. *One – group pre – test* dan *post – test design* dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan dan sesudah diberi perlakuan (Sugiono, 2013: 83).

Pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* (sampling bertujuan). Sugiyono (2013:96) mendefinisikan *purposive sampling* sebagai teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. . Sampel yang dijadikan sebagai subjek penelitian ini adalah kelas VII-G yang berjumlah 37 siswa, hal ini disesuaikan dengan rekomendasi dari pihak sekolah.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket. Dengan tujuan agar peneliti dapat mengidentifikasi perilaku sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi.

Uji validitas yang digunakan dalam penelitan ini adalah uji validitas variabel butir soal. Untuk menguji validitas angket tersebut digunakan rumus *Korelasi Product Moment* (Sugiyono, 2013 : 212). Berdasarkan pada hasil try out penyebaran angket pengendalian diri yang berjumlah 41 item dan telah diujicobakan kepada 60 siswa, maka

peneliti memperoleh hasil sebanyak 24 item valid dan 17 item tidak valid. Pengujian reliabilitas menggunakan bantuan *computer* dengan aplikasi SPSS 16 *For Windows* dengan rumus *alpha*. Adapun perhitungan dan analisa data uji reliabilitas dengan menggunakan teknik *Cronbach's Alpha*,dengan hasil reliabilitas angket yang berjumlah 24 item memiliki tingkat reliabilitas 0,830 sedangkan *r*tabel pada taraf signifikasi 5 % adalah 0,254. Hal ini menunjukkan bahwa nilai *alpha* > *r*tabel. Artinya pada instrumen pengendalian diri menunjukkan bahwa *r*tabel < dari *r*hitung.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rumus uji t, menggunakan bantuan *computer* dengan aplikasi SPSS 16.0 *For Windows*. Berdasarkan uraian tersebut, dapat diambil keputusan berikut Jika t hitung ≥ t tabel taraf signifikansi 5% maka signifikan, akibatnya Ho ditolak dan Ha diterima. Jika t hitung < t tabel taraf signifikansi 5%, maka tidak signifikan, akibatnya Ho diterima dan Ha ditolak.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Setelah memperoleh gambaran hasil analisis sebagaimana telah dideskripsikan di atas, berikut ini akan dikemukakan pembahasannya.

Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi Efektif untuk Meningkatkan Pengendalian Diri Siswa Kelas VII SMPN 6 Kediri Tahun Pelajaran 2016/2017.

Permasalahan yang terjadi pada siswa yang kurang bisa mengendalikan dirinya akan berpengaruh terhadap lingkungan disekitarnya. Dalam hal ini konselor dituntut untuk lebih kreatif untuk bisa meningkatkan pengendalian diri siswa agar siswa dapat menolak ajakan dari teman yang kurang bermanfaat. Dengan diberikannya layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi selama 5 kali pertemuan

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan oleh peneliti, menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi efektif untuk meningkatkan pengendalian diri siswa. Dengan

hasil t hitung (-4,289) > t tabel (2,028).

Setelah diberikannya layanan tersebut siswa dapat mengatasi permasalahnnya secara berkelompok dan mengemukakan pendapat masing masing individu . Dengan menyatukan perbedaan – perbedaan yang ada dan menghilangkan perilaku negatif, mereka dapat mencari solusi atau jalan keluar terhadap masalah yang telah dialaminya secara berkelompok. Hal tersebut didukung oleh pendapat Tohirin (2007) yang menyatakan bahwa diskusi kelompok merupakan suatu cara dimana siswa memperoleh kesempatan untuk memecahkan masalah secara bersama-sama. Setiap siswa memperoleh kesempatan untuk mengemukakakn pikirannya masing-masing dalam memecahkan suatu masalah.

Selama memberikan layanan, peneliti juga mengalami beberapa kendala yakni kelas yang cukup sulit dikendalikan karena materi yang untuk satu kelas diberiakan satu kali pertemuan yang dibagi menjadi enam kelompok. Sedangkan idealnya diskusi diadakan secara berkala dan dilaksanakan satu – persatu dengan masing – masing kelompok.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah Ada peningkatan jumlah siswa kategori pengendalian diri setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi (yang semula terdapat 4 siswa menjadi 9 siswa pada kategori sangat tinggi, pada katogori tinggi yang semula 26 siswa menjadi 28 siswa). Teknik diskusi efektif untuk meningkatkan pengendalian diri siswa kelas VII – G SMPN 1 Kota Kediri.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Fadillah, G.F. 2013. *Upaya Meningkatkan Pengendalian Diri Penerima Manfaat Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang.* (Online), http://lib.unnes.ac.id/17861/1/1301408017.pdf diunduh 28 November 2015

Hurlock, E. B. 1980. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga

Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.* Bandung : Alfabeta

Tohirin. 2007. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Madarasah Berbasis Integrasi*. Jakarta : Rajawali Press

Woolfolk, A. 2011. *Educational Psychology Active Learning Education, edisi Kesepuluh Bagian Pertama.* Pustaka Belajar.