ARTIKEL

PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK PENGUATAN POSITIF TERHADAP PENGENDALIAN DIRI PESERTA DIDIK KELAS X SMK PGRI 4 KEDIRI TAHUN PELAJARAN 2016-2017

Oleh:

SOCHIBATUL NUR HAMIDAH

13.1.01.01.0011

Dibimbing oleh :

1. **Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd.**
2. **Galang Surya Gumilang, M.Pd.**

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

TAHUN 2017

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2017

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Lengkap	: Sochibatul Nur Hamidah
NPM	: 13.1.01.01.0011
Telepun/HP	: 085749197073
Alamat Surel (Email)	: sochibatul.nur17@gmail.com
Judul Artikel	: Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Penguatan Positif terhadap Pengendalian Diri Peserta Didik Kelas X SMK PGRI 4 Kediri Tahun Pelajaran 2016-2017
Fakultas – Program Studi	: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan – Bimbingan dan Konseling
NamaPerguruan Tinggi	: Universitas Nusantara PGRI Kediri
Alamat PerguruanTinggi	: Jln. KH. Ahmad Dahlan No.76, Kediri.

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 dikemudian hari ditemukan ketidak sesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggungjawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, 29 Agustus 2017
Pembimbing I	Pembimbing II	Penulis,
Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd. NIDN. 0716046202	Galang Surya Gumilang, M.Pd. NIDN. 0731089001	Sochibatul Nur Hamidah NPM. 13.1.01.01.0011

PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK PENGUATAN POSITIF (*POSITIVE REINFORCEMENT*) TERHADAP PENGENDALIAN DIRI PESERTA DIDIK KELAS X SMK PGRI 4 KEDIRI TAHUN PELAJARAN 2016-2017

Sochibatul Nur Hamidah
13.1.01.01.0011
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan – Bimbingan dan Konseling
Sochibatul.nur17@gmail.com
Sri Panca Setyawati dan Galang Surya Gumilang
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Sochibatul Nur Hamidah: Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Penguatan Positif (*Positive Reinforcement*) terhadap Pengendalian Diri Peserta Didik Kelas X SMK PGRI 4, Skripsi, BK, FKIP UN PGRI Kediri, 2017.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik penguatan positif (*positive reinforcement*) terhadap pengendalian diri peserta didik kelas X SMK PGRI 4. Hal ini dilatarbelakangi adanya pernyataan yang diutarakan oleh rekan mahasiswa PPL bahwa tingkah laku yang ditampakkan oleh siswa-siswi di sekolah tersebut dinilai kurang mengindahkan keberadaan orang yang lebih tua disekitarnya, hal ini terkait dengan pengendalian diri siswa salah satu buktinya banyak siswa yang menggunakan bahasa yang kurang sopan dan menggunakan kata-kata yang kurang mengindahkan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen. Populasi dalam penelitian adalah seluruh siswa kelas X di SMK PGRI 4. Sampel penelitian adalah satu kelas rombongan belajar yang dibagi menjadi 2 kelompok, masing-masing berjumlah 15 orang diambil menggunakan teknik *cluster random sampling*. Variabel yang dikaji adalah pengendalian diri. Variabel diukur menggunakan angket/kuesioner pengendalian diri. Berdasarkan penelitian yang dilakukan dengan memberikan 3 kali intervensi pada kelompok eksperimen, didapatkan hasil analisis deskriptif yang menunjukkan bahwa siswa yang mendapat skor tinggi dalam kelompok ekperimen (3 siswa) lebih tinggi dibandingkan dengan skor tinggi dalam kelompok kontrol (1 siswa) dan dengan hasil analisis data yang menggunakan perhitungan statistik didapatkan hasil t_{hitung} = 3,057 dan t_{tabel} =2,05 pada taraf signifikansi (α) sebesar 5% (0,05) yang berarti bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$ (3,057 > 2,048). Hal ini membuktikan bahwa ada Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Penguatan Positif (*Positive Reinforcement*) terhadap Pengendalian Diri pada siswa kelas X-TITPL di SMK PGRI 4 Kediri tahun pelajaran 2016/2017. Oleh karena itu dari hasil penelitian yang telah dilakukan ini, Guru BK yang ada di sekolah dapat memberikan layanan bimbingan kelompok teknik penguatan positif sebagai salah satu alternatif untuk meningkatkan kemampuan pengendalian diri atau dalam meningkatkan kemampuan siswa dalam mengembangkan tugas perkembangan diri lainnya.

Kata Kunci: Layanan Bimbingan Kelompok, Penguatan Positif(*Positive Reinforcement*), Pengendalian Diri

I. LATAR BELAKANG

Manusia merupakan makhluk hidup yang mengalami perkembangan seumur hidup.Salah satu diantara perkembangan tersebut adalah masa remaja, dimana pada masa tersebut dianggap sebagai masa transisi karena ciri-ciri yang ditampakkan dari tingkah laku merupakan percampuran tingkah laku seorang anak dengan tingkah laku orang dewasa.

Dalam masa perkembangan masa remaja ini memiliki banyak tugas perkembangan, perkembangan yang harus dipenuhi diantaranya meliputi aspek perkembangan kognitif, afektif dan psikomotor. Perwujudan dari lembaga Pemerintahan di bidang pendidikan dalam mendukung proses perkembangan remaja sudah dituangkan melalui Standar Kemandirian Peserta Didik (SKKPD) yang dijadikan sebagai dasar acuan dalam pembuatan Program BK di sekolah. Di dalam SKKPD tersebut sudah mencakup sebagian besar tugas perkembangan yang harus dipahami serta ditanamkan pada kalangan remaja saat ini, tetapi salah satu diantara tugas perkembangan yang jarang sekali untuk dibahas dan dikuasai adalah masalah pengendalian diri.

Pengendalian diri juga biasa disebut kontrol diri, ditemukan beberapa masalah yang timbul akibat dari ketidak tercapaian dari berbagai tugas yang diberikan mengenai kontrol diri. Dalam kasus kenakalan yang dilakukan oleh remaja kemungkinan karena kegagalan remaja dalam pemahaman atau mungkin karena ketidakmampuan remaja dalam mengembangkan kontrol diri.

Menurut Penelitian yang dilakukan Junger &Tremblay (1999:485): "*According to self-control theory, crime and accident involvement are positively related*", Kalimat tersebut menunjukkan bahwa pengendalian diri sangatlah berhubungan erat dengan adanya kejahatan dan kecelakaan yang dalam kaitannya dengan remaja biasa dengan kenakalan remaja dan dikhawatirkan akan terus berlanjut di usia dewasa nanti.

Pengendalian diri yang dimiliki oleh seseorang tergantung dari diri seseorang itu sendiri, hal ini juga berkaitan erat dengan apa yang dipelajari individu tersebut. Apabila seorang individu belajar berperilaku yang baik maka tingkat pengendalian diri yang dikembangkan juga akan tinggi, tetapi sebaliknya apabila seseorang belajar berperilaku yang tidak baik maka tingkat pengendalian diri yang dikembangkan pun juga akan rendah. Terdapat pernyataan lain yang disampaikan oleh (Santrock, 2003:524) "remaja pelaku kenakalan yang juga mungkin mengembangkan standar tingkah laku yang tidak memadai". Hal ini dimaksudkan bahwa segala yang menjadi lingkungan pembelajaran bagi seorang remaja sangat menentukan tingkat kecenderungan remaja dalam mengambil keputusan untuk melakukan tindakan kenakalan remaja.

Dalam survei yang pernah dilakukan dan berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti, tingkah laku yang diperlihatkan oleh siswa-siswi di sekolah tersebut dinilai kurang mengindahkan keberadaan orang yang lebih tua disekitarnya, seperti bahasa yang digunakan kurang formal dan sopan dan kata-kata sapaan yang kurang mengindahkan, khususnya teman-teman PPL yang rata-rata usianya tidak terlampau jauh dari siswa-siswi tersebut. Jika hal tersebut dibiarkan, dikhawatirkan akan menimbulkan hal-hal yang tidak diinginkan seperti munculnya tingkah laku membangkang terhadap guru selaku orang tua di sekolah, sikap antisosial terhadap orang yang lebih tua atau lebih buruk, yaitu tindakan kenakalan remaja.

Dari kasus yang ditemui oleh peneliti terkait dengan tingkat pengendalian diri seseorang, kasus kenakalan remaja yang dilakukan tidak langsung terjadi melainkan butuh penguatan dalam diri seseorang itu sendiri. Penguatan yang dimiliki oleh seseorang akan sangat berpengaruh terhadap proses perkembangan tingkat pengendalian diri yang dimiliki. Pernyataan Heppner (dalam Feindler & Ecton dalam Gunarsa, 2009:261), "*self-reinforcement* (penguatan diri) merupakan kata-kata atau pernyataan

positif kepada diri pribadi yang merupakan hasil evaluasi terhadap keberhasilan-keberhasilan yang diperoleh dalam mengatasi kondisi negatif yang dihadapi oleh individu". Hal ini menunjukkan bahwa penguatan diri bisa menjadi salah satu bentuk dukungan untuk meningkatkan kemampuan pengendalian diri yang dimiliki oleh seseorang. Ditambah dengan teori lain (Kazdin dalam Santrock, 2003:524) yang menyatakan bahwa "kenakalan yang dilakukan remaja juga bisa dipengaruhi oleh kompetensi seseorang yang telah dicapai dalam berbagai aspek kehidupan yang berbeda-beda. remaja yang memiliki kompetensi serta kemampuan baik yang diterima oleh masyarakat akan cenderung mengembangkan cara pandang terhadap diri mereka sendiri dan menerima *reinforcement* atau penguat dari orang lain karena tingkah laku mereka yang prososial".

Dari sekilas gambaran mengenai pengendalian diri atau kontrol diri di atas, peneliti bermaksud untuk menemukan jalan keluar dalam membantu mengembangkan pengendalian diri seseorang khususnya remaja dengan memberikan layanan bimbingan kelompok teknik penguatan positif untuk meningkatkan kemampuan pengendalian diri yang dimiliki oleh siswa yang rata-rata usianya berada pada tahap remaja.

II. METODE

A. Pendekatan dan JenisPenelitian

1. Pendekatan Penelitian

Dalam penelitian ini karena peneliti bertujuan untuk membuktikan sebuah teori yang sudah ada sebelumnya, peneliti menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif eksperimen sebagai pendekatan. Sugiyono (2015:107), "Dalam bukunya dibahas khusus tentang metode eksperimen, karena metode ini sebagai bagian dari metode kuantitatif mempunyai ciri khas tersendiri, terutama dengan adanya kelompok kontrolnya".

2. Jenis Penelitian

Penulis menggunakan salah satu bentuk desain *Pre-Experimental Design*, yaitu *Intact-Group Comparison*.

Peneliti memilih bentuk desain penelitian ini karena beberapa pertimbangan, salah satunya karena keterbatasan waktu yang dimiliki oleh peneliti terkait *treatment/*perlakuan yang diberikan kepada subjek penelitian di tempat penelitian.

Dalam pernyataan Sugiyono (2015:111), "Bentuk desain penelitian *Intact-Group Comparison* merupakan desain penelitian dimana terdapat satu kelompok yang dibagi lagi menjadi 2, dengan setengah kelompok sebagai kelompok kontrol dan setengah kelompok lain sebagai kelompok eksperimen". Pengukuran untuk hasil penelitian adalah dengan dilakukan perbandingan pada akhir sesi kelompok, yaitu setelah selesai diberikannya perlakuan/*treatment* pada kelompok eksperimen. Dengan cara dicari selisih dari hasil pengukuran antara kelompok ekperimen dengan kelompok kontrol. Pengukuran hasil penelitian yang dilakukan di akhir sesi membantu peneliti dalam efisien waktu.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMK PGRI 4 Kediri yang beraalamat di Jln. K.H. Ahmad Dahlan Gg. 1 No. 6 Mojoroto Kota Kediri, satu lokasi dengan Kampus II Universitas Nusantara PGRI Kediri.

2. Waktu Penelitian

Waktu yang digunakan peneliti untuk melakukan penelitianmulai bulan Oktober 2016 hingga Juni 2017.Waktu tersebut terhitung singkat karena digunakan oleh peneliti untuk mengajukan judul hingga penyelesaian laporan penelitian.

D. Populasi dan Sampel

Peneliti mengambil populasi penelitian yaitu siswa kelas X di SMK PGRI 4 Kota Kediri yang terdiri atas 6 kelas. Sedangkan untuk pengambilan sampel, peneliti menggunakan teknik *cluster random sampling*, yaitu

dipilih secara acak untuk menyatakan 1 kelas sebagai sampel dari penelitian.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis secara deskriptif menunjukkan bahwa terdapat skor pengendalian diri yang berbeda antara kelompok kontrol dan eksperimen. Hal ini dapat dilihat melalui tabel 1.1 dan tabel 1.2 berikut ini:

Tabel 1.1
Data Frekuensi Variabel Pengendalian Diri Siswa Kelompok Eksperimen

No	Interval	Kategori	Frekuensi
1	144,48244 ≤ X	Tinggi	3
2	118,45096 ≤ X < 144,48244	Sedang	9
3	X < 118,45096	Rendah	3
Jumlah			15

Tabel 1.2
Data Frekuensi Variabel Pengendalian Diri Siswa Kelompok Kontrol

No	Interval	Kategori	Frekuensi
1	129,03242 ≤ X	Tinggi	1
2	106,96758 ≤ X < 129,03242	Sedang	11
3	X < 106,96758	Rendah	3
Jumlah			15

Perbedaan ini terbukti dari hasil perhitungan pada kelompok kontrol dengan nilai rata-rata 118,000; hal ini sedikit berbeda dibandingkan dengan nilai rata-rata sebesar 131,4667 dari kelompok eksperimen yang mendapat intervensi layanan bimbingan kelompok penguatan positif. Dari kedua *mean* didapatkan selisih antara keduanya, yaitu sebesar 13,4667.

Perbedaan lain juga dapat dilihat pada pengkategorian dari hasil analisis data yang didapat. Pada kategori skor sedang yang ada pada kelompok eksperimen, didapatkan hasil siswa yang memiliki skor dalam kategori sedang terdapat 9 siswa dan siswa yang berada pada kategori tinggi terdapat 3 siswa. Sedangkan, pada kelompok kontrol yang berada pada skor dalam kategori sedang terdapat 11 siswa dan siswa yang berada pada kategori tinggi terdapat 1 siswa. Hal tersebut berarti bahwa meski jumlah siswa yang berada pada kategori skor sedang dalam kelompok eksperimen lebih sedikit dibandingkan dengan jumlah siswa yang berada pada skor sedang dalam kelompok kontrol, tetapi jumlah siswa yang berada pada kategori skor tinggi dalam kelompok eksperimen lebih banyak bila dibandingkan dengan jumlah siswa

yang berada pada skor tinggi dalam kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji-t sampel independen dengan bantuan *IBM Statistic 21.0* didapatkan hasil t_{hitung} = 3,057, sedangkan harga t_{tabel} = 2,048; dengan derajat kebebasan (df) = n – 2 atau 30 – 2 = 28, dan pada taraf signifikansi sebesar 0,05 (5%). Maka didapatkan hasil t_{hitung}>t_{tabel} (3,057 > 2,048), berarti ada pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik penguatan positif (*positive reinforcement*) terhadap pengendalian diripada peserta didik kelas X-TITPL di SMK PGRI 4 Kediri tahun pelajaran 2016-2017.

Dari penelitian yang telah dilaksanakan, dapat ditarik kesimpulan bahwa siswa yang berada dalam kelompok eksperimen (siswa yang mendapatkan treatment/perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan penguatan positif (*positive reinforcement*) memiliki pengendalian diri yang lebih tinggi/ lebih baik dibandingkan dengan siswa dalam kelompok kontrol (siswa yang tidak mendapatkan treatment/perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan penguatan positif/*positive reinforcement*).

IV. DAFTAR PUSTAKA

Gunarsa, Singgih D. 2009.*Dari Anak Sampai Usia Lanjut: Bunga Rampai Psikologi Perkembangan.* Jakarta: Gunung Mulia.

Junger, Marianne., Tremblay, Richard E. 1999. Self-Control, Accidents, And Crime. *Criminal Justice And Behavior, 26 (4).* Amerika: American Association for Correctional Psychology.

Santrock, John W. (2003). *Adolecent, Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.

Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.* Bandung: Alfabeta.