

PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP PENINGKATAN PENGENDALIAN DIRI SISWA KELAS VIII MTS SWASTA ISTIQLAL DELI TUA

Alya Fahira¹, Ramadhan Lubis², Purbatua Manurung³

^{1,2,3}Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan

alyafahirat@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh yang signifikan layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan pengendalian diri siswa. Penelitian ini menggunakan metodologi kuantitatif dengan desain pre eksperimen dengan metode pretest-posttest. Populasi penelitian adalah siswa kelas VIII MTs Swasta Istiqlal dengan jumlah sampel 14 siswa. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan peningkatan pengendalian diri siswa di MTs Swasta Istiqlal, hal ini dibuktikan dari hasil uji hipotesis menggunakan uji t-test diperoleh t hitung sebesar 18,191 dan t tabel sebesar 1,771 atau sign $0,000 < 0,05$ sehingga t hitung lebih besar dari t tabel ($18,191 > 1,771$) dapat disimpulkan H_a diterima dan H_o ditolak. Maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan uji t-test dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata antara hasil sebelum dan sesudah pemberian layanan bimbingan kelompok yang artinya ada pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan pengendalian diri siswa kelas VIII MTs Swasta Istiqlal Delitua.

Kata Kunci: Layanan Bimbingan Kelompok, Pengendalian Diri

ABSTRAK

This study aims to determine whether there is a significant effect of group counseling services on increasing student self-control. This study used a quantitative methodology with a pre-experimental design with the pretest-posttest method. The research population was class VIII students of Istiqlal Private MTs with a sample size of 14 students. The results of the study revealed that there was an effect of group guidance services on increasing student self-control in Istiqlal Private MTs, this was proven from the results of the hypothesis testing using the t-test obtained t count of 18.191 and t table of 1.771 or sign $0.000 < 0.05$ so that t count is greater than t table ($18.191 > 1.771$) it can be concluded that H_a is accepted and H_o is rejected. Then as the basis for making decisions on the t-test it can be concluded that there is an average difference between the results before and after the provision of group guidance services, which means that there is an effect of group guidance services on increasing self-control of class VIII students at MTs Istiqlal Delitua.

Keywords: Group Guidance, Self-Control

Pendahuluan

Sekolah sebagai salah satu lembaga yang menyelenggarakan pendidikan formal mempunyai peranan penting dalam usaha mendewasakan siswa dan mengembangkan potensi yang dimiliki siswa agar mampu menjalankan tugas-tugas kehidupan, maka pendidikan senantiasa diperlukan dan memerlukan suatu proses yang akan berlangsung terus-menerus dalam usaha untuk menghasilkan manusia yang menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi. Dengan adanya pendidikan maka siswa dapat menambah wawasan yang dimiliki dan mengembangkan potensi kecerdasan dan bakatnya secara optimal (Nawawi, 2007: 27).

Pendidikan memiliki pengaruh terhadap masa depan individu. Kualitas diri individu akan meningkat dengan adanya pendidikan. Pendidikan mempunyai pengaruh yang dinamis dalam kehidupan manusia dimasa depan. Penyelenggaraan sekolah menengah pertama bertujuan untuk menghasilkan lulusan yang berkarakter, terampil dan dapat menjalin hubungan timbal balik dalam lingkungan social, budaya dan alam sekitar, seperti mengembangkan kemampuan dalam melanjutkan pendidikan.

Bimbingan dan konseling termasuk kedalam salah satu komponen dari pendidikan. Bimbingan dan konseling di sekolah ikut andil untuk membimbing siswa dalam mencapai pengembangan diri secara optimal dan tumbuh dalam situasi dan kondisi lingkungan yang positif. Selain itu layanan bimbingan konseling dapat membantu mengetahui dan memahami bakat dan minatnya untuk kemudian diwujudkan, membangun dan mengembangkan potensi keterampilannya, dan memahami situasi serta kondisi yang sesuai dengan kebutuhan dirinya dan ciri kepribadiannya sendiri (Irhama dan Wiyani, 2014: 35).

Siswa sebagai individu yang sedang tumbuh dan berkembang tentu mengalami berbagai masalah dalam proses perkembangannya, siswa harus tetap dalam bimbingan orang tua dan guru ketika mengatasi kesulitan yang dialami oleh siswa. Berbagai permasalahan yang sering muncul dalam kehidupan banyak diakibatkan oleh ketidak mampuan seseorang dalam mengendalikan diri. Karena pada dasarnya manusia memiliki dorongan-dorongan yang kuat dalam dirinya untuk melakukan atau memenuhi sesuatu yang ia inginkan, dan apabila manusia tidak memiliki kemampuan untuk mengendalikan dorongandorongan tersebut maka kehidupannya tidak dapat berjalan dengan seimbang (Djamarah, 2002: 107-108).

Pengendalian diri sangat diperlukan dalam kehidupan baik itu di masyarakat maupun di sekolah karena dengan pengendalian diri yang baik akan berdampak baik kepada kehidupan bermasyarakat serta berdampak baik pula pada proses belajar di sekolah. Kemampuan untuk mengendalikan diri sangatlah penting dan mendasar demi membangun kepribadian yang sesuai dengan jati diri remaja. Pengendalian diri memegang peran yang penting dalam menentukan dan mengarahkan perilaku individu, bersangkutan dengan pribadi individu yang harus memunculkan konsep diri yang positif.

Rendahnya pengendalian diri dapat dilihat dari sikap maupun perilaku remaja pada masa sekarang yang semakin menyimpang, banyaknya kasus yang melibatkan sikap atau perilaku remaja yang menyimpang dari nilai-nilai dan norma yang sudah ada. Pengendalian diri yang baik diperlukan bagi siswa guna membantu siswa dalam mengatasi kemampuannya yang terbatas dan mengatasi berbagai hal yang merugikan dirinya maupun orang lain yang mungkin terjadi yang berasal dari luar. Namun nyatanya masih ada siswa dengan pengendalian diri yang rendah. Siswa yang memiliki pengendalian diri yang rendah dapat mengakibatkan pada penurunan

performa belajar, ketidakmampuan melakukan penyesuaian diri, stabilitas harga diri yang rendah dan kurangnya hubungan interpersonal serta meningkatnya perilaku impulsif dan agresif (Yanti, 2017: Vol 3, No 2).

Sesuai dengan fenomena di lapangan yang peneliti temukan melalui hasil observasi di sekolah MTs Istiqlal Deli Tua, peneliti melihat terdapat siswa yang melanggar dan tata tertib yang berlaku di sekolah seperti siswa kurang sopan santun kepada guru, cabut, tawuran, merokok di area sekolah, mengganggu dan mengejek teman, dan ada beberapa siswa perempuan yang tidak dapat mengendalikan diri ketika belanja online. Dan dari wawancara dengan guru bimbingan konseling yaitu bapak Ramlan, S.Pd diperoleh informasi bahwa memang benar ada beberapa siswa yang menunjukkan gejala kurang memiliki pemahaman pengendalian diri tersebut, yang menyebabkan hal-hal negative diantaranya seperti, perilaku menyimpang yang ditunjukkan siswa berupa kurang sopan santun dan tidak menghargai guru dan teman, sikap siswa yang suka berkata kotor dan kasar, berkelahi dengan teman dan tawuran, membolos saat kegiatan belajar mengajar berlangsung serta kurangnya kemampuan mengendalikan emosi dan juga kurangnya pemikiran yang matang sebelum melakukan sesuatu tindakan atau keputusan.

Guru bimbingan konseling sebagai salah satu pendidik perlu mengupayakan suatu pendekatan yang tepat untuk membantu masalah siswa dalam proses meningkatkan pengendalian diri siswa, agar dapat melatih siswa untuk mampu menilai dan bersikap positif terhadap dirinya sendiri, lingkungan ataupun situasi yang dihadapinya. Guru bimbingan konseling dapat memanfaatkan sembilan jenis layanan yang terdapat dalam bimbingan konseling untuk membantu siswa dalam memahami pengendalian diri, salah satu nya yaitu dengan memberikan layanan bimbingan kelompok (Hallen, 2002: 9).

Dalam kegiatan bimbingan kelompok, siswa yang menjadi anggota kelompok akan mendapatkan informasi mengenai materi yang berkaitan dengan upaya peningkatan pengendalian diri siswa. Dan selama kegiatan bimbingan kelompok berlangsung siswa yang menjadi anggota tidak hanya menjadi anggota yang pasif tetapi mereka diharapkan untuk turut aktif dalam membahas topik atau materi yang disampaikan. Penentuan topik ini juga nantinya akan disesuaikan dengan tingkat pemahaman siswa sehingga benarbenar tepat dan mampu meningkatkan pemahaman mengenai pengendalian diri siswa (Luddin, 2012: 74).

Di dalam kegiatan bimbingan kelompok ini terjalin interaksi yang dapat menimbulkan dinamika kelompok. Dinamika kelompok sangat diperlukan untuk memperlancar proses kerjasama dalam kelompok, solidaritas dan keterbukaan terutama dalam membahas topik-topik dalam kegiatan bimbingan kelompok. Ketika dinamika kelompok terbentuk, maka itu mampu menghidupkan suasana dalam kelompok, dan para anggota dapat lebih meningkatkan pemahaman diri dan pemahaman terhadap topik yang dibahas, yaitu yang berkaitan dengan upaya meningkatkan pengendalian diri. Dalam layanan bimbingan kelompok, interaksi yang terjadi antar anggota kelompok merupakan suatu hal yang khas, yang tidak mungkin terjadi pada layanan perorangan. Dengan interaksi yang intensif dan dinamis selama layanan berlangsung, diharapkan tujuan layanan dapat tercapai secara lebih mantap. (Harahap, 2021: 24).

Metode

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif. Dikatakan penelitian kuantitatif karena, banyak menggunakan angka dan menekankan analisis pada data numerik yang selanjutnya dianalisis dengan metode

statistic yang sesuai. Penelitian kuantitatif adalah penelitian ilmiah yang sistematis terhadap bagian-bagian dan fenomena serta hubungannya. (Hardani, dkk, 2020: 240).

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain pre experimental yaitu desain penelitian yang hanya menggunakan eksperimen sebagai bahan penelitian. Bentuk penelitian dalam desain pre experimental ini menggunakan metode one group pretest dan posttest. Metode ini memiliki arti memberikan skala untuk penilaian kepada sampel. Definisi dari desain pretest dan posttest ialah metode yang di desain untuk dilakukan sebanyak 2 kali dalam melakukan penelitian yaitu ketika sebelum melakukan penelitian yang disebut pretest dan ketika sudah melakukan penelitian atau ketika sudah memberikan perlakuan yang disebut dengan posttest (Sugiono, 2009: 108).

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan penelitian dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan pengendalian diri pada siswa ini dilaksanakan di MTs Swasta Istiqlal Deli Tua. Sebelum melakukan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok peneliti terlebih dahulu melakukan observasi dan wawancara kepada guru bimbingan konseling untuk mendapatkan informasi mengenai kemampuan pengendalian diri siswa. Berdasarkan informasi yang didapatkan bahwa terdapat beberapa siswa yang memiliki pengendalian diri yang rendah.

Langkah selanjutnya peneliti lakukan ialah menyebarkan angket pengendalian diri, dimana skala yang digunakan model skala likret yang berisi pernyataan-pernyataan yang dapat mengungkap kemampuan pengendalian diri siswa. Skala yang dibagikan merupakan skala yang dibuat peneliti dan telah diuji validitas dan reliabilitasnya sehingga skala tersebut dapat digunakan untuk memperoleh siswa yang memiliki kemampuan pengendalian diri yang tinggi, sedang, rendah pada siswa kelas VIII MTs Swasta Istiqlal Deli Tua.

Setelah disebarkan angket pengendalian diri kepada siswa kelas VIII, didapatlah 14 siswa sebagai subjek penelitian yang memiliki kemampuan pengendalian diri yang beragam yaitu tinggi, sedang dan rendah. Adapun berikut disajikan tabel mengenai kriteria pengendalian diri.

Tabel 1. Kriteria Pengendalian Diri

Interval	Kriteria
79 - 100	Tinggi
78 - 57	Sedang
56 - 35	Rendah

Berikut ini merupakan hasil pretest siswa sebelum diberikan treatment atau perlakuan yaitu layanan bimbingan kelompok.

Tabel 2. Hasil Skor Pre-Test

No	Inisial Siswa	Hasil Pre Test	Kategori
1.	AL	50	Rendah
2.	AS	57	Sedang
3.	BAZ	52	Rendah
4.	CM	56	Rendah

5.	DS	54	Rendah
6.	HS	60	Sedang
7.	MRF	53	Rendah
8.	RBP	45	Rendah
9.	RAZ	53	Rendah
10.	RDP	50	Rendah
11.	TI	56	Rendah
12.	WMK	53	Rendah
13.	YIA	55	Rendah
14.	ZF	48	Rendah
N= 14		741	
Mean		$\Sigma = 52,86$	

Setelah melaksanakan pre-test, mengolah dan menganalisis data, selanjutnya peneliti memberikan treatment atau memberikan layanan bimbingan kelompok. Kegiatan layanan bimbingan kelompok dilaksanakan sebanyak tiga kali pertemuan. Setiap pertemuannya membahas topik yang berbeda-beda. Pada pertemuan pertama siswa diberikan layanan bimbingan kelompok dengan topik konsep pengendalian diri dengan menggunakan metode diskusi, pada pertemuan kedua siswa diberikan layanan bimbingan kelompok dengan topik kesabaran menggunakan metode diskusi, dan pertemuan ketiga diberikan layanan bimbingan kelompok dengan topik pengambilan keputusan.

Dalam kegiatan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok anggota kelompok memiliki hubungan awal yang baik sehingga mempermudah jalannya pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Anggota kelompok sudah saling mengenal dan saling bergaul sebelumnya. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok terarah dengan baik, anggota kelompok menyadari dan memaknai pentingnya memiliki pengendalian diri yang baik. Melalui dinamika kelompok, keaktifan anggota kelompok, sikap-sikap yang ditampilkan anggota kelompok dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, komunikasi yang terjalin antar anggota kelompok dapat membantu kelompok untuk saling melengkapi sehingga mempermudah meningkatkan pengendalian diri siswa pada diri anggota kelompok. Informasi-informasi yang diperoleh dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok dapat membantu anggota kelompok memiliki harapan-harapan untuk mencapai keberhasilan dalam belajar.

Kemudian peneliti memberikan angket post-test kepada siswa untuk melihat apakah ada pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap pengendalian diri siswa. Hasil posttest menunjukkan bahwa skor adalah 1162 dengan rata-rata adalah 83,00. Ini menunjukkan adanya peningkatan pengendalian diri siswa setelah diberikan perlakuan yang berupa layanan bimbingan kelompok. Adapun hasil dari posttest ialah sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Skor Post-Test

No	Nama Siswa	Hasil Post Test	Kagetori
1.	AL	84	Tinggi
2.	AS	83	Tinggi

3.	BAZ	90	Tinggi
4.	CM	85	Tinggi
5.	DS	87	Tinggi
6.	HS	80	Tinggi
7.	MRF	82	Tinggi
8.	RBP	84	Tinggi
9.	RAZ	87	Tinggi
10.	RDP	83	Tinggi
11.	TI	91	Tinggi
12.	WMK	73	Sedang
13.	YIA	76	Sedang
14.	ZF	77	Sedang
N=14		1162	
Mean		$\Sigma = 83,00$	

Dari hasil diskripsi data yang dikaji, dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan antara pre-test dan post-test. Perbedaan hasil ini menunjukkan tingkat pengendalian diri pada siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok.

Tabel 4. Hasil Skor Pre-Test dan Post Test

No.	Pre Test	Post Test	Gain Score
1.	50	84	34
2.	57	83	26
3.	52	90	38
4.	56	85	29
5.	54	87	33
6.	60	80	20
7.	52	82	30
8.	45	84	39
9.	53	87	34
10.	50	83	33
11.	56	91	35
12.	53	73	20
13.	55	76	21
14.	48	77	29
N	741	1162	421
Mean	52,86	83,00	30,07

Data diatas menunjukkan perbedaan sebelum dan sesudah pemberian layanan, terdapat perbedaan yang signifikan antara pre-test dan post-test.

Selanjutnya pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik paired sampel test (uji T untuk dua sampel yang berpasangan). Uji sampel T test digunakan untuk menentukan ada tidaknya perbedaan rata-rata dua sampel bebas. Dua sampel yang dimaksud adalah yang sama namun mempunyai dua data, yaitu nilai

sebelum dan sesudah pemberian layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan pengendalian diri pada siswa di MTs Swasta Istiqlal. Hasil pengujian yang dilakukan adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Uji

		Paired Samples Test								
		Paired Differences				95% Confidence Interval of the Difference		T	Df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower	Upper				
Pair 1	PRE TEST - POST TEST	-30.14286	6.19996	1.65701	-33.72261	-26.56310	-18.191	13	.000	

Sumber: Output SPSS 25

Berdasarkan hasil uji Paired Samples Test diatas dengan taraf signifikan 0,05 dengan derajat kebebasan $df = n - 1 = 13$ maka diperoleh nilai t tabel sebesar 1,771. Dengan demikian t hitung $> t$ tabel ($18,191 > 1,771$) atau $sign\ 0,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata antara hasil sebelum dan sesudah pemberian layanan bimbingan kelompok yang artinya ada pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan pengendalian diri siswa kelas VIII MTs Swasta Istiqlal Delitua.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok berpengaruh terhadap peningkatan pengendalian diri siswa kelas VIII MTs Istiqlal. Pernyataan tersebut dibuktikan dengan hasil analisis data yang membuktikan adanya perbedaan dari uji paired sample t test yang telah dilaksanakan oleh peneliti. Hasil tersebut disimpulkan bahwa Hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima, pernyataan tersebut mengartikan bahwa "Terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan pengendalian diri siswa di kelas VIII MTs Swasta Istiqlal". Kekurangan penelitian ini terletak dalam proses pelaksanaan yang sangat terbatas. Rekomendasi untuk penelitian selanjutnya adalah untuk dapat memaksimalkan setiap layanan yang akan diberikan melalui materi materi yang terperinci dalam pengentasan pengendalian diri siswa yang rendah.

Daftar Pustaka

- Bachri, Syamsul Thalib, 2010. Edisi revisi: Psikologi pendidikan berbasis analisis empiris aplikatif. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Djamarah, Syaiful Bahri. 2002. Psikologi Belajar. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Fatimah. 2008. Psikologi Perkembangan. Bandung: Pustaka Setia.
- Ghufron dan Risnawata S. 2011. Teori-Teori Psikologi. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gunarsa, S.D. 2009. Dari Anak Sampai Usia Lanjut Bunga Rampai Psikologi Perkembangan. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Hallen. 2002. Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Ciputat Pers.
- Harahap, Ade Chita Putri. 2021. Prosedur Kelompok dalam Konseling. Yogyakarta: Mirra Buana Media.
- Hartinah, Siti. 2009. Konsep Dasar Bimbingan Kelompok. Bandung: Refika Aditama.

- Irham, Muhammad, & Novan Ardy Wiyani. 2014. *Bimbingan dan Konseling Teori dan Aplikasi Di Sekolah Dasar*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Luddin, Abu Bakar M. 2012. *Konseling Individual dan Kelompok Aplikasi dalam Praktek Konseling*. Bandung: Citapustaka Media Perintis.
- Marsela, Ramadona Dwi & Mamat Supriatna. 2019. *Kontrol Diri: Definisi dan Faktor*. *Jurnal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*. Vol 32.