

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN
TEKNIK *ROLE PLAYING* UNTUK MENINGKATKAN
SELF CONTROL SISWA KELAS VIII
SMP SWASTA SINAR HUSNI
TAHUN AJARAN 2024-2025**

SKRIPSI

*Diajukan guna Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
guna Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Program Studi Bimbingan Konseling*

Oleh

Tashya Natiyu Tirana
2102080024



UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2025**



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 30
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

BERITA ACARA

Ujian Mempertahankan Skripsi Sarjana Bagi Mahasiswa Program Strata 1
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara



Panitia Ujian Sarjana Strata-1 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dalam Sidangnya yang diselenggarakan pada hari Senin, Tanggal 07 Juli 2025, pada pukul 08.30 WIB sampai dengan selesai. Setelah mendengar, memperhatikan dan memutuskan bahwa:

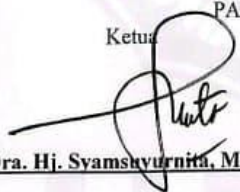
Nama Mahasiswa : Tashya Natiyu Tirana
NPM : 2102080024
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas VIII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024-2025.

Dengan diterimanya skripsi ini, sudah lulus dari ujian Komprehensif, berhak memakai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Ditetapkan : () Lulus Yudisium
() Lulus Bersyarat
() Memperbaiki Skripsi
() Tidak Lulus

PANITIA PELAKSANA

Ketua


Dra. Hj. Svamsuyurnita, M.Pd.

Sekretaris


Dr. Hj. Dewi Kesuma Nst, SS, M.Hum.

ANGGOTA PENGUJI:

1. Dra. Jamila, M.Pd.
2. Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi.
3. Muhammad Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

1.

3.

2.



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI



Skrripsi ini diajukan oleh mahasiswa di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Tashya Natiyu Tirana
NPM : 2102080024
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas VIII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024-2025.

sudah layak disidangkan.

Medan 02 Juli 2025

Disetujui oleh:

Pembimbing

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

Diketahui oleh:

Dekan

Dra. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd

Ketua Program Studi

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd, M.Pd



**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 30
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id



BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Tashya Natiyu Tirana
NPM : 2102080024
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas VIII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024-2025.

Tanggal	Materi Bimbingan Skripsi	Paraf	Keterangan
02 Mei 2025	Bimbingan Penyusunan RPL dan Pembuatan angket	<i>[Signature]</i>	
14 Mei 2025	Perbaikan RPL dan angket	<i>[Signature]</i>	
19 Mei 2025	Penambahan indikator angket	<i>[Signature]</i>	
02 Juni 2025	Perbaikan narasi pada uji hipotesis	<i>[Signature]</i>	
16 Juni 2025	Perbaikan nilai interval	<i>[Signature]</i>	
23 Juni 2025	Penambahan narasi pada deskripsi hasil Penelitian BAB IV	<i>[Signature]</i>	
02 Juli 2025	Disetujui untuk sidang skripsi	<i>[Signature]</i>	

Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling

[Signature]
M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

Medan, 02 Juli 2025
Dosen Pembimbing

[Signature]
M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI



Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Tashya Natiyu Tirana
NPM : 2102080024
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas VIII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024-2025.

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas VIII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024-2025" adalah bersifat asli (Original), bukan hasil menyadur mutlak dari karya orang lain.

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Demikian pernyataan ini dengan sesungguhnya dan dengan yang sebenar-benarnya.

Medan, 07 Juli 2025
Hormat saya
Yang membuat pernyataan,

TASHYA NATIYU TIRANA

ABSTRAK

TASHYA NATIYU TIRANA, NPM. 2102080024. Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas VIII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024-2025. Skripsi, Medan : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas layanan bimbingan kelompok yang menerapkan teknik *role playing* dalam meningkatkan *self control* siswa kelas VIII di SMP Swasta Sinar Husni pada tahun ajaran 2024–2025. Latar belakang penelitian ini berakar pada fenomena rendahnya *self control* di kalangan sejumlah siswa, yang berkontribusi pada perilaku menyimpang, seperti tawuran, pencurian, dan keterlibatan dalam geng motor. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan *Quasi Experimental Design* serta desain *Pretest-Posttest Control Group*. Sampel penelitian terdiri dari 16 siswa, yang terbagi menjadi 8 siswa dalam kelompok eksperimen dan 8 siswa dalam kelompok kontrol. Pemilihan sampel dilakukan melalui teknik *Purposive Sampling*. Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data adalah angket Skala Likert *Self Control* yang telah melalui proses uji validitas dan reliabilitas. Analisis data dilakukan dengan menerapkan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* dan *Kolmogorov-Smirnov Two Independent Samples*. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam *self control* pada kelompok eksperimen setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*. Sebaliknya, peningkatan yang terjadi pada kelompok kontrol tidak menunjukkan signifikansi. Selain itu, terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *role playing* terbukti efektif dalam meningkatkan *self control* siswa.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, *Role Playing*, *Self Control*.

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT, Tuhan semesta alam, yang dengan kasih sayang dan kuasa-Nya telah memberikan penulis kesehatan, kekuatan, serta kesempatan untuk menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan dengan tepat waktu pada program studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, suri teladan dalam kesabaran dan ketekunan menuntut ilmu.

Penulis mengadakan penelitian sesuai dengan observasi serta permasalahan yang terjadi di lapangan. Oleh karena itu, dalam penulisan skripsi ini penulis mengangkat judul **“Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas VIII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024-2025”**.

Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan rasa syukur kepada Allah SWT, yang senantiasa melindungi dan memberikan kelancaran dalam proses penyelesaian penelitian ini. Selain itu, penulis juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada kedua orang tua, yaitu Bapak Husni dan Ibu Suwarni tercinta, dua sosok luar biasa yang menjadi sumber kehidupan, semangat, dan kekuatan dalam perjalanan panjang ini. Bapak dan Ibu adalah alasan mengapa penulis mampu berdiri sampai di titik ini. Dalam setiap proses yang penulis jalani, baik itu saat merasa lelah, terjatuh, kehilangan arah, hingga merasa ingin menyerah, wajah kalian selalu hadir dalam ingatan, mengingatkan bahwa ada dua hati yang selalu berharap dan mendoakan dari kejauhan. Harapan yang tak pernah

padam, doa yang tak pernah berhenti. Bapak, terima kasih atas segala kerja keras dan tanggung jawab yang Bapak pikul. Terima kasih telah mengajarkan bahwa hidup bukan soal mengeluh, tetapi soal bangkit dan tetap melangkah. Ibu, terima kasih atas kelembutanmu yang menjadi peneduh dalam badai. Terima kasih atas doa yang tak terdengar, tapi terasa, atas pelukan yang tak selalu hadir secara fisik, namun mampu menjangkau hati ketika dunia terasa terlalu sunyi. Terima kasih telah mencintai tanpa syarat, mendukung dalam segala aspek, dan mendo'akan dalam setiap waktu.

Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Agussani, M.AP, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Ibu Dra. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
3. Ibu Dr. Hj. Dewi Kesuma Nasution, S.S., M.Hum, selaku Wakil Dekan I Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
4. Bapak Dr. Mandra Saragih, S.Pd., M.Hum, selaku Wakil Dekan III Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
5. Bapak M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd., selaku ketua program studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dan sekaligus dosen pembimbing skripsi penulis yang telah banyak meluangkan waktunya dalam membimbing, memberikan arahan dan masukan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi

ini.

6. Ibu Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi. Psikolog., selaku sekretaris program studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
7. Bapak dan Ibu Dosen dan seluruh staf biro Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang telah memberikan saran, bimbingan, bantuan dan ilmu pengetahuan selama penulis mengikuti perkuliahan.
8. Bapak Drs. H. Juliardi selaku Kepala Sekolah dan Ibu Sri Wahyuni, S.Pd., selaku guru BK di SMP Swasta Sinar Husni yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian di SMP Swasta Sinar Husni.
9. Adik tercinta penulis Chika Restu Kirana, terima kasih yang selalu menjadi penyemangat dari rumah. Dukungan sederhana, candaan receh, dan perhatian kecilmu seringkali hadir di saat yang paling penulis butuhkan. Kehadiranmu adalah pengingat bahwa penulis tidak sendiri dalam perjuangan ini.
10. Bude dan Pak De, yang dengan penuh kasih memperbolehkan penulis tinggal bersama, menyediakan segala kebutuhan harian selama penulis menjalani masa perkuliahan, serta suasana kekeluargaan yang hangat, menjadi anugerah yang sangat berarti bagi penulis.
11. Kakak sepupu penulis Mbak Ayu Oktari Diningrum, S.Kom., yang telah memperbolehkan penulis tinggal bersama, berbagi satu kamar, dan menciptakan ruang aman untuk bercerita, baik tentang lelahnya perjuangan

maupun tawa di sela-sela hari yang berat.

12. Teman seperjuangan penulis Ayu Sri Ginanti, Dania, Rafida Annisa, Riyan Ningsih, dan Zeani Chi Nurvita Sembiring. Terima kasih atas kebersamaan, dukungan, tawa, serta dorongan dan motivasi yang telah diberikan selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini. Semoga segala kebaikan dan persahabatan ini menjadi kenangan indah yang terus hidup dalam langkah kita masing-masing.
13. Kakak tingkat penulis Meisyara Cordelia Bintara Putri, S.Pd., Nadia Sinaga, S.Pd., Nadiya Nurhasanah, S.Pd., dan Putri Neva Octavia, S.Pd. Terima kasih yang telah memberikan nasihat, referensi, dan waktu yang kalian luangkan. Semoga kebaikan kalian dibalas dengan keberkahan dan kesuksesan di masa depan.
14. Adik tingkat penulis Aprilia Malika Putri, Nurlaila Rahmi, dan Risma Irwanti. Terima kasih atas senyum, semangat, dan kebaikan kecil yang ternyata sangat besar artinya. Di tengah langkah yang berat, kalian hadir memberi warna dan cahaya. Semoga perjalanan kalian ke depan pun dipenuhi kemudahan dan keberkahan.
15. *Mine* Febri Mustofandi, S.T., terima kasih atas dukungan dan pengertian yang diberikan selama proses pengerjaan skripsi ini. Terima kasih telah menjadi tempat berlabuh di saat lelah, dan menjadi semangat di saat nyaris menyerah. Semoga segala bentuk ketulusanmu menjadi ladang pahala dan dibalas dengan limpahan rahmat serta rezeki yang baik.
16. Untuk diri penulis, terima kasih telah bertahan sejauh ini. Terima kasih karena

tidak menyerah ketika semuanya terasa berat, saat jalan terlihat buntu, dan saat semangat mulai redup. Dari awal kuliah hingga titik akhir skripsi ini, kamu sudah melalui banyak hal—tangis, tawa, lelah, dan perjuangan yang hanya kamu sendiri yang tahu rasanya. Terima kasih telah bersabar dalam pembelajaran, memaafkan kesalahan, dan terus mencoba walau tidak selalu yakin. Terima kasih karena tetap memilih untuk menyelesaikan apa yang telah kamu mulai, meski terkadang penuh keraguan. Aku bangga padamu, dengan segala kekhawatiran, kamu tetap mampu membuktikan bahwa kamu bisa. Perjalanan ini bukan akhir, melainkan awal untuk terus melangkah dengan lebih kuat, lebih bijak, dan lebih percaya diri. Tetap kuat, tetap semangat, dan terus tumbuh.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan di masa mendatang. Semoga setiap proses dan pembelajaran dalam penulisan skripsi ini tidak hanya menjadi syarat akademik, tetapi juga menjadi bekal berharga dalam kehidupan di masa depan. Terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam perjalanan ini. Penulis berharap bahwa skripsi ini dapat memberikan manfaat baik bagi para pembaca maupun bagi mereka yang membutuhkannya, serta menjadi langkah kecil menuju cita-cita yang lebih besar.

Medan, 07 Juli 2025

Tashya Natiyu Tirana

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	8
1.3 Batasan Masalah	9
1.4 Rumusan Masalah	9
1.5 Tujuan Penelitian	10
1.6 Manfaat penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
2.1 Kerangka Teoretis	12
2.1.1 Layanan Bimbingan Kelompok	12
2.1.1.1 Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok	12
2.1.1.2 Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok	13
2.1.1.3 Manfaat Layanan Bimbingan Kelompok	15
2.1.1.4 Asas-Asas Layanan Bimbingan Kelompok	17
2.1.1.5 Tahapan Layanan Bimbingan Kelompok	18
2.1.2 Teknik <i>Role Playing</i>	21
2.1.2.1 Pengertian Teknik <i>Role Playing</i>	21
2.1.2.2 Tujuan Teknik <i>Role Playing</i>	22
2.1.2.3 Langkah-Langkah Teknik <i>Role Playing</i>	22
2.1.2.4 Kelebihan dan Kekurangan Teknik <i>Role Playing</i>	23
2.1.3 <i>Self Control</i>	24
2.1.3.1 Pengertian <i>Self Control</i>	24
2.1.3.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self Control</i>	25
2.1.3.3 Aspek-Aspek <i>Self Control</i>	27
2.1.3.4 Manfaat <i>Self Control</i>	29

2.1.3.5 Startegi Meningkatkan <i>Self Control</i>	30
2.2 Penelitian Yang Relevan	31
2.3 Kerangka Konseptual	32
2.4 Hipotesis	33
BAB III METODE PENELITIAN	35
3.1 Pendekatan Penelitian	35
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	36
3.2.1 Lokasi Penelitian	36
3.2.2 Waktu Penelitian	36
3.3 Populasi dan Sampel	37
3.3.1 Populasi	37
3.3.2 Sampel	37
3.4 Variabel dan Definisi Operasional	38
3.4.1 Variabel	38
3.4.2 Definisi Operasional	39
3.4.3 Metode Peneltian	39
3.4.4 Desain Penelitian	40
3.5 Instrumen Penelitian	41
3.5.1 Observasi	41
3.5.2 Angket	41
3.5.3 Uji Validitas	42
3.5.4 Uji Reliabilitas	45
3.6 Teknik Analisis Data	46
3.6.1 Deskripsi Data	46
3.6.2 Uji Hipotesis	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	49
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian	49
4.2 Kecenderungan Variabel Penelitian	50
4.2.1 Analisis Hasil Data Pre-test dan Post-test pada Kelompok Eksperimen	50
4.2.2 Analisis Hasil Data Pre-Test dan Post-test pada Kelompok Kontrol	51
4.2.3 Analisis Perbandingan Skor Pre-test dan Post-test antara Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	53

4.3 Pengujian Hipotesis	54
4.3.1 Pengujian Hipotesis Pertama	55
4.3.2 Pengujian Hipotesis Kedua	57
4.3.3 Pengujian Hipotesis Ketiga	59
4.4 Pembahasan dan Diskusi Hasil Penelitian	60
4.4.1 Adanya Perbedaan Tingkat <i>Self Control</i> Siswa pada Kelompok Eksperimen	60
4.4.2 Adanya Perbedaan Tingkat <i>Self Control</i> Siswa pada Kelompok Kontrol	61
4.4.3 Adanya Perbedaan Tingkat <i>Self Control</i> Siswa pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	64
5.1 Kesimpulan	64
5.2 Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN	70

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jadwal Rencana Kegiatan	36
Tabel 3. 2 Populasi Penelitian	37
Tabel 3. 3 Sampel Penelitian	38
Tabel 3. 4 Desain Penelitian	40
Tabel 3. 5 Skor Jawaban Responden Terhadap Instrumen	41
Tabel 3. 6 Kisi-Kisi Angket	42
Tabel 3. 7 Uji Validitas	44
Tabel 3. 8 Uji Reliabilitas	46
Tabel 3. 9 Kategori <i>Self Control</i>	47
Tabel 4. 1 Skor Pre-test dan Pos-test pada Kelompok Eksperimen	50
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Variabel Meningkatkan Self Control Kelompok Eksperimen (Pre-test dan Post-test)	51
Tabel 4. 3 Skor Pre-test dan Pos-test pada Kelompok Kontrol	52
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Variabel Meningkatkan <i>Self Control</i> Kelompok Kontrol (Pre-test dan Post-test)	52
Tabel 4. 5 Skor Pre-test Self Control pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	53
Tabel 4. 6 Skor Pos-test Self Control pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	54
Tabel 4. 7 Wilcoxon Signed Ranks Test Perbedaan Tingkat Self Control antara Pre-test dan Post-test pada Kelompok Eksperimen	56

Tabel 4. 8 Arah Perbedaan Pre-test dan Post-Test Tingkat Self Control pada Kelompok Eksperimen	56
Tabel 4. 9 Wilcoxon Signed Ranks Test Perbedaan Tingkat Self Control antara Pre-test dan Post-test pada Kelompok Kontrol	57
Tabel 4. 10 Arah Perbedaan Pre-test dan Post-Test Tingkat Self Control pada Kelompok Kontrol	58
Tabel 4. 11 Hasil Analisis Uji Kolmogorov-Smirnov Two Independent Samples terhadap Self Control Siswa pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual	33
Gambar 3. 1 Rumus Product Moment	43
Gambar 3. 2 Rumus Alpha Cronbach	45

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan dapat didefinisikan sebagai suatu usaha yang terstruktur dan sistematis untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif serta proses pembelajaran yang efektif. Tujuan dari pendidikan ini adalah untuk memungkinkan siswa mengembangkan berbagai potensi yang terdapat dalam diri mereka secara aktif. Melalui pendidikan, diharapkan siswa dapat membangun kekuatan spiritual yang berkaitan dengan keyakinan agama, menguasai kemampuan *self control*, serta membentuk kepribadian yang baik.

Dalam konteks ini, sangat penting bagi lembaga pendidikan untuk menerapkan pendekatan yang holistik dan inovatif, yang tidak hanya menekankan aspek akademis, tetapi juga mengintegrasikan pengembangan keterampilan sosial, emosional, dan karakter (Utomo Edi dkk., 2024) . Sejalan dengan isi Permendikbud No.12 Tahun 2024, BAB I, Pasal 1, Poin 8 yang menyatakan bahwa:

“Ektrakurikuler merupakan suatu kegiatan yang bertujuan untuk mengembangkan karakter. Kegiatan ini dilakukan dalam rangka memperluas potensi, bakat, minat, kemampuan, kepribadian, kerja sama, serta kemandirian.”

Permendikbud tersebut mengatur berbagai aspek dalam pendidikan, termasuk kemampuan yang diharapkan dari siswa. Kemampuan ini

mencakup tiga aspek utama, yaitu kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotorik. Kemampuan kognitif mencakup pemahaman, pengetahuan, dan keterampilan berpikir kritis. Sementara itu, kemampuan afektif berhubungan dengan nilai, sikap, dan emosi yang berperan dalam pembentukan karakter siswa. Terakhir, kemampuan psikomotorik meliputi keterampilan fisik dan praktis yang diperlukan dalam proses pembelajaran.

Permendikbud ini bertujuan untuk memastikan bahwa pendidikan di Indonesia tidak hanya berfokus pada pengetahuan akademis, melainkan juga pada pengembangan karakter serta keterampilan praktis siswa.

Siswa yang memiliki karakteristik yang baik, mereka dapat membatasi diri dari pengaruh pergaulan negatif. Karakteristik meliputi kepercayaan diri, terbentuknya kemampuan berkomunikasi, memiliki kesadaran diri, mempunyai rasa empati, dan memiliki ketahanan mental yang kuat. Dengan memiliki pola-pola karakteristik tersebut, maka tercipta pula kemampuan siswa untuk membuat keputusan yang tepat, menolak tawaran yang merugikan dirinya, dapat mengekspresikan pendapat, menolak ajakan yang tidak sesuai dengan keinginan secara tegas, mereka juga dapat menetapkan batasan terhadap perilaku yang tidak sesuai terhadap dirinya, dan dapat memahami dampak dari tindakan tertentu. Oleh karena itu, siswa perlu mengembangkan kemampuan pengendalian diri atau *self control* yang stabil.

Self control merupakan aspek yang sangat krusial dalam proses pembentukan perilaku individu. Hal ini berkaitan dengan kemampuan

seseorang untuk mengelola emosi, pikiran, dan tindakan mereka dalam berbagai situasi. Individu yang memiliki *self control* stabil, menunjukkan kesiapan untuk berperilaku sesuai dengan norma, adat, dan nilai-nilai yang diperoleh dari ajaran agama serta tuntutan yang ada dalam lingkungan masyarakat di sekitarnya. Selain itu, mereka mampu mengendalikan emosi, sehingga individu tidak lagi menunjukkan ledakan emosi di hadapan orang lain. Sebaliknya, mereka belajar untuk menunggu waktu dan tempat yang lebih sesuai untuk mengekspresikan perasaan dengan cara yang lebih dapat diterima oleh lingkungan sosial.

Selain itu, ketika tingkat *self control* seorang individu tergolong rendah, individu akan mengalami kesulitan dalam mengelola dan mengendalikan emosi yang muncul dalam berbagai situasi, serta cenderung lebih mudah terlibat dalam perilaku kriminal tanpa memikirkan konsekuensi yang mungkin timbul dari tindakan tersebut. Dampak yang ditimbulkan dari kurangnya *self control* meliputi tawuran antar pelajar serta pengambilan hak milik orang lain melalui tindakan pencurian, dan membolos sekolah (Azhari Putri dkk., 2023).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Chui & Chan dalam (Ayuningtyas dkk., 2022) di Makau, Cina, menunjukkan bahwa 365 anak usia Sekolah Dasar yang terlibat dalam penelitian tersebut memiliki tingkat *self control* yang rendah. Temuan ini dapat dilihat dari beberapa indikator, antara lain perilaku yang bersifat egois, keinginan untuk membuat keributan, perilaku yang temperamental, serta tindakan

intimidasi terhadap teman. Indikator-indikator ini mencerminkan tantangan yang dihadapi anak-anak dalam mengelola emosi dan perilaku mereka.

Hal lainnya yang membuat kurangnya *self control* pada individu adalah keadaan keluarga yang tidak harmonis, tidak memiliki rasa nyaman di dalam lingkungan keluarga, terdapat kurangnya batasan yang tegas, perhatian, kasih sayang, serta komunikasi yang efektif. Kondisi ini menyebabkan seorang anak cenderung memilih untuk mencari kepuasan dari lingkungan eksternal ketimbang dari dalam keluarganya, Mulyasari dalam (Maulida & Sulistiyaningsih, 2023).

Terkait dengan fenomena yang telah dipaparkan di atas, berdasarkan hasil observasi yang dilakukan serta wawancara mendalam dengan guru bimbingan dan konseling di SMP Swasta Sinar Husni, ditemukan bahwa terdapat sekitar delapan siswa yang merupakan gabungan dari kelas VIII dan IX yang menunjukkan masalah terhadap kurangnya *self control*. Dampak dari perilaku siswa ini sangat beragam, seperti terlibat dalam tawuran antar pelajar, bergabung dengan geng motor, mencuri barang milik teman, melakukan hubungan yang tidak sesuai dengan norma, dan mudah terpengaruh untuk terlibat dalam aktivitas negatif lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa kurangnya *self control* dapat memicu berbagai perilaku menyimpang yang berbahaya dan berdampak negatif, tidak hanya bagi individu tersebut, tetapi juga bagi lingkungan sekitar mereka.

Self control berfungsi sebagai fondasi bagi banyak keputusan yang diambil oleh individu, serta perilaku yang ditunjukkan dalam interaksi sehari-hari. Dalam konteks ini, sangat penting untuk menyadari bahwa kemampuan untuk mengendalikan diri memiliki dampak besar pada bagaimana individu berperilaku dan mengambil keputusan yang tepat (Sutanto & Bagas Ryandia Ardi Saputra, 2023). Dengan *self control* yang stabil, individu dapat membuat pilihan yang bijaksana, menghindari risiko yang merugikan dirinya, dan mencapai tujuan individu tersebut. Peranan *self control* dalam hal ini adalah sebagai kunci untuk mendukung individu dalam mengatasi berbagai situasi yang dihadapi.

Dalam hal ini, lingkungan sekolah memainkan peran yang sangat signifikan dalam pembentukan *self control*. Dalam konteks ini, guru, khususnya guru bimbingan dan konseling, memiliki peranan yang krusial dalam membantu siswa mengembangkan kemampuan *self control*. Guru bimbingan dan konseling memberikan layanan yang disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing individu, sehingga dapat membantu siswa belajar lebih efektif, memberikan strategi untuk mengelola emosi, membantu siswa untuk memahami pentingnya *self control*, serta menciptakan lingkungan yang mendukung perilaku positif.

Salah satu layanan yang disediakan dalam Bimbingan dan Konseling adalah bimbingan kelompok. Layanan ini dirancang untuk mendorong siswa supaya dapat mendiskusikan dan mengatasi masalah yang mereka hadapi secara kolektif melalui interaksi dalam kelompok

(Yemima dkk, 2022). Masalah yang diangkat dalam bimbingan ini adalah relevan bagi seluruh anggota kelompok, sehingga setiap siswa dapat saling memberikan dukungan dan solusi.

Salah satu teknik yang digunakan dalam Bimbingan kelompok yaitu *role playing*. *Role playing* merupakan teknik dalam bimbingan kelompok yang dilakukan secara sadar mendiskusikan peran dalam kelompok, untuk meningkatkan keterampilan seperti inisiatif, pemecahan masalah, kesadaran diri, dan kerja sama dalam tim dapat dikembangkan melalui dramatisasi perilaku atau permainan peran. Metode ini digunakan sebagai cara untuk mencari solusi terhadap masalah yang sering dihadapi siswa dalam kehidupan sehari-hari (Zulaikah & Saptadi Ismanto, 2023). Dengan melalui metode *role playing*, siswa akan dapat mengembangkan berbagai aspek keterampilan. Aspek-aspek tersebut meliputi kemampuan untuk mengamati, menarik kesimpulan, menerapkan pengetahuan, serta mengkomunikasikan situasi tertentu (Yemima dkk., 2022).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan dengan guru bimbingan dan konseling di SMP Swasta Sinar Husni, guru BK telah berusaha untuk mengatasi berbagai permasalahan yang dihadapi oleh siswa. Upaya yang dilakukan dengan memberikan berbagai layanan, antara lain: memberikan layanan informasi, melaksanakan konseling individual, menyelenggarakan bimbingan kelompok, melakukan mediasi, serta menyediakan layanan advokasi.

Namun, menurut penjelasan dari guru BK tersebut, layanan-layanan yang diberikan tidak menggunakan teknik dan kurang berjalan dengan efektif. Salah satu penyebab utama ketidakefektifan ini adalah karena guru BK tidak memiliki waktu masuk yang tetap di setiap kelas, mereka hanya memiliki jam kosong yang bisa dimanfaatkan untuk memberikan layanan. Pada jam-jam kosong inilah guru BK berusaha memberikan bantuan yang diperlukan. Meskipun demikian, ketika muncul berbagai masalah dari siswa, guru BK juga menjalin kerja sama dengan guru mata pelajaran dan wali kelas. Kerja sama ini bertujuan untuk secara kolektif mencari solusi dan mengatasi permasalahan yang dihadapi siswa. Jika masalah yang diemban siswa sudah cukup berat, mendapatkan beberapa kali surat panggilan, tetapi siswa tidak kunjung berubah, maka siswa tersebut dikeluarkan dari sekolah berdasarkan keputusan dan aturan sekolah yang sudah ditetapkan.

Sejalan dengan temuan peneliti mengenai kurangnya *self control* siswa di SMP Swasta Sinar Husni, penelitian yang dilakukan oleh (Yemima dkk, 2022) tentang “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Role Playing Terhadap Peningkatan *Self Control* Siswa Era Pandemi Covid-19” hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *role playing* efektif dalam meningkatkan *self control* yang rendah pada siswa di kelas X Perhotelan SMK 4 Surakarta.

Dengan mempertimbangkan fenomena yang terjadi di sekolah tempat penelitian ini dilaksanakan, serta didukung oleh hasil penelitian sebelumnya, peneliti merasa terdorong untuk melakukan penyelidikan yang lebih mendalam terhadap fenomena tersebut. Oleh karena itu, peneliti mengangkat judul penelitian yang berfokus pada **“Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas VIII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024-2025.”** Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana teknik tersebut dapat membantu siswa dalam meningkatkan *self control* pada siswa.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, penulis mengidentifikasi beberapa isu yang menjadi fokus dalam penelitian ini, sebagai berikut:

1. Terdapat delapan siswa dari kelas VIII dan IX yang terindikasi mengalami kurangnya *self control*, yang dapat mengarah pada perilaku menyimpang.
2. Siswa yang memiliki tingkat *self control* yang rendah cenderung terlibat dalam tindakan negatif, seperti tawuran, bergabung dengan geng motor, mencuri, serta perilaku menyimpang lainnya.
3. Layanan bimbingan kelompok yang diselenggarakan oleh guru bimbingan dan konseling (BK) tidak diterapkan menggunakan teknik

yang efektif. Akibatnya, layanan tersebut tidak mampu mengatasi masalah *self control* pada siswa dengan baik.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan beberapa permasalahan yang telah diidentifikasi, penelitian ini perlu dibatasi supaya hasilnya lebih terfokus dalam menggali dan mengatasi isu yang ada. Isu tersebut berkaitan dengan “Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas VIII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024-2025.”

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang, identifikasi masalah, dan batasan masalah yang telah diuraikan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *role playing* efektif dalam meningkatkan *self control* pada kelompok eksperimen?
2. Apakah layanan bimbingan kelompok yang menerapkan teknik pendekatan konvensional efektif dalam meningkatkan *self control* pada kelompok kontrol?
3. Apakah terdapat perbedaan dalam keefektifan layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *role playing* untuk meningkatkan *self control* pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan

keefektifan layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik pendekatan konvensional pada kelompok kontrol?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, batasan masalah, dan rumusan masalah yang telah disusun, tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui keefektifan layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *role playing* dalam meningkatkan *self control* pada kelompok eksperimen.
2. Untuk mengevaluasi keefektifan layanan bimbingan kelompok yang menerapkan teknik pendekatan konvensional dalam meningkatkan *self control* pada kelompok kontrol.
3. Untuk mengidentifikasi perbedaan antara keefektifan layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *role playing* dalam meningkatkan *self control* pada kelompok eksperimen dan keefektifan layanan bimbingan kelompok yang menerapkan teknik pendekatan konvensional pada kelompok kontrol.

1.6 Manfaat penelitian

Manfaat penelitian ini dapat dianalisis dari dua perspektif, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis. Berikut ini adalah penjelasan mengenai kedua jenis manfaat tersebut:

1. Manfaat teoritis

- a. Penelitian ini memberikan konstribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan dan dapat dijadikan referensi untuk memperluas wawasan serta pengetahuan bagi mahasiswa dan praktisi bimbingan dan konseling (BK) lainnya.
- b. Penelitian ini juga menawarkan wawasan baru mengenai penerapan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* sebagai upaya untuk meningkatkan *self control*.

2. Manfaat praktis

a. Bagi praktisi

Temuan dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan bagi guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok. Hal ini bertujuan untuk mengatasi dampak yang ditimbulkan oleh masalah kurangnya *self control*.

b. Bagi peserta didik

Temuan penelitian ini berfungsi sebagai panduan untuk membantu meningkatkan *self control*.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kerangka Teoretis

2.1.1 Layanan Bimbingan Kelompok

2.1.1.1 Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu dari sepuluh jenis layanan dalam bimbingan dan konseling. Layanan ini ditujukan kepada sekelompok siswa atau individu, dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Tujuan utama dari layanan ini adalah untuk mengembangkan potensi diri, termasuk minat dan bakat yang dimiliki oleh para siswa.

Menurut (Mutiarfa Faqih Andi, 2024) , layanan bimbingan kelompok adalah suatu bentuk layanan yang menyediakan informasi yang diperoleh dari konseli. Selain itu, layanan ini juga melibatkan penentuan topik yang dilakukan oleh konselor, untuk memberikan pemahaman yang lebih baik serta membantu siswa mengatasi masalah yang berkaitan dengan pengembangan diri siswa.

Selanjutnya, menurut Tohirin dalam (Aqilah Muslimin Sabbi Daffa, 2024) layanan bimbingan kelompok merupakan suatu bentuk layanan yang memberikan bantuan kepada individu melalui kegiatan yang dilakukan dalam kelompok. Kegiatan ini memanfaatkan dinamika kelompok dan membahas perihal pengembangan diri ataupun pemecahan masalah individu.

Menurut (Hartanti & Nindi Riandika, 2022) , bimbingan kelompok merupakan suatu aktivitas dalam kegiatan kelompok, di mana pemimpin kelompok menyediakan informasi dan mengarahkan diskusi supaya anggota kelompok cenderung lebih aktif dalam bersosialisasi, serta saling membantu untuk mencapai tujuan bersama. Selain itu, bimbingan kelompok juga membahas berbagai masalah yang berkaitan dengan pendidikan, pekerjaan, aspek pribadi, dan isu sosial.

Berdasarkan berbagai pendapat yang telah disampaikan, dapat diartikan bahwa layanan bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang berlangsung antara konselor dan konseli dalam konteks kelompok. Kegiatan ini memanfaatkan dinamika kelompok, yang melibatkan interaksi berupa pertukaran pendapat, tanggapan, dan saran. Dalam layanan bimbingan kelompok ini, konselor berperan sebagai pimpinan kelompok yang memberikan informasi yang bermanfaat untuk membantu individu (konseli) sebagai anggota kelompok dalam mencapai perkembangan di bidang pribadi, sosial, pembelajaran, dan karir.

2.1.1.2 Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok

Tujuan layanan bimbingan kelompok menurut Tohirin dalam (Amanah dkk., 2023) adalah untuk membantu individu yang menghadapi masalah dengan cara bekerja sama dalam sebuah

kelompok. Pendekatan ini memungkinkan anggota kelompok untuk saling mendukung dalam proses penyelesaian masalah.

Menurut Prayitno dalam (Maunti Magdalena, 2021) layanan bimbingan kelompok dapat dibedakan menjadi tujuan umum dan khusus, yaitu:

1. Secara umum, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk meningkatkan kemampuan interaksi sosial siswa supaya menjadi lebih efektif melalui kegiatan dalam kelompok.
2. Secara khusus, layanan ini bertujuan untuk mengembangkan perasaan, pemikiran, pandangan, perspektif, serta sikap yang mendukung, yang kemudian diimplementasikan dalam perilaku yang efektif.

Sedangkan menurut (Anggoro dkk., 2019) , layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu siswa dalam mengatasi masalah-masalah umum yang mereka hadapi secara mandiri. Selain itu, layanan ini juga berfungsi untuk melatih siswa dalam mengembangkan kemampuan bersosialisasi. Dengan demikian, layanan ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan komunikasi siswa, baik secara verbal maupun non-verbal, supaya siswa mampu berinteraksi dengan baik, dapat mengemukakan pendapatnya sendiri, dan tidak hanya sekedar mengadopsi pendapat orang lain.

Dari pendapat diatas yang telah dijelaskan, maka layanan bimbingan kelompok memiliki tujuan untuk meningkatkan kemampuan

interaksi sosial siswa, membantu siswa untuk berani mengemukakan pendapatnya, membantu mengembangkan pemikiran siswa, dan mengentaskan masalah bersama dalam sebuah kelompok.

2.1.1.3 Manfaat Layanan Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok memiliki sejumlah manfaat. Menurut Prayitno dalam (Hiskiawati dkk, 2024) , manfaat dari layanan bimbingan kelompok meliputi:

1. Memberikan peluang luas bagi individu untuk mengungkapkan pendapat dan berdiskusi mengenai peristiwa di sekitar mereka, sehingga menghasilkan berbagai perspektif, baik yang positif maupun negatif.
2. Mendorong pengembangan sikap positif terhadap diri sendiri dan lingkungan sehubungan dengan topik yang dibahas dalam kelompok.
3. Menyusun rencana kegiatan untuk mendorong perilaku positif dan menolak perilaku negatif.
4. Mendorong siswa untuk berpartisipasi dalam kegiatan nyata yang menghasilkan hasil serupa dengan program sebelumnya.

Menurut (Hana Rifasya & Desi, 2024) manfaat dari layanan bimbingan kelompok mencakup kegiatan yang dapat melatih siswa untuk beradaptasi dalam lingkungan kelompok. Selain itu, layanan ini juga berfungsi untuk membangun kerja sama antar siswa dalam menghadapi masalah. Kegiatan ini melatih siswa untuk menyampaikan

pendapat, menghargai pandangan orang lain, serta meningkatkan kemampuan komunikasi mereka.

Menurut (Indah Suci Ramadani dkk, 2022) manfaat layanan bimbingan kelompok meliputi beberapa aspek, antara lain:

1. Memberikan kesempatan bagi siswa untuk berinteraksi dengan banyak teman sebaya.
2. Menyediakan informasi yang diperlukan oleh siswa.
3. Membantu siswa menyadari tantangan yang mungkin mereka hadapi.
4. Memfasilitasi siswa dalam menerima diri mereka sendiri setelah menyadari bahwa rekan-rekan mereka sering menghadapi masalah, kesulitan, dan tantangan yang serupa.
5. Mendorong siswa untuk lebih berani mengungkapkan pendapat mereka dalam konteks kelompok.

Berdasarkan berbagai pendapat dari para ahli yang telah diuraikan di atas, dapat disimpulkan bahwa manfaat dari layanan bimbingan kelompok adalah memberikan ruang bagi individu untuk berdiskusi, berbagi pandangan, yang dapat memperluas perspektif mereka, meningkatkan kemampuan komunikasi, membantu siswa dalam menyusun rencana untuk mendorong perilaku positif dan menolak perilaku positif negatif, dan meningkatkan keberanian siswa untuk mengungkapkan pendapat dan lebih terbuka terhadap pandangan orang lain.

2.1.1.4 Asas-Asas Layanan Bimbingan Kelompok

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling, layanan BK yang diberikan kepada siswa dapat berlangsung dengan baik dan mencapai tujuan yang diinginkan, berkat penerapan asas-asas yang relevan. Sebaliknya, jika asas-asas dalam bimbingan dan konseling tidak diterapkan secara efektif, maka proses layanan akan terganggu. Akibatnya, hasil yang diperoleh dari pelayanan BK tersebut menjadi tidak efektif.

Menurut Tohirin dalam (Siregar, 2024) dan berdasarkan pendapat Arifin, Ety Kartikawati, Prayitno, dan Erman Amti, asas-asas bimbingan dan konseling yaitu asas kerahasiaan, asas kesukarelaan, asas keterbukaan, asas kekinian, asas kemandirian, asas kegiatan, asas kedinamisan, asas keterpaduan, asas kenormatifan, asas keahlian, asas alih tangan, dan asas tut wuri handayani.

Dari dua belas asas tersebut, hanya ada lima asas yang diterapkan pada layanan bimbingan kelompok, yaitu:

1. Asas Kesukarelaan

Asas kesukarelaan adalah seluruh anggota yang melaksanakan bimbingan kelompok, diharapkan secara sukarela tanpa ada rasa keterpaksaan dari diri sendiri, teman atau pimpinan kelompok untuk mengikuti layanan ini.

2. Asas Keterbukaan

Asas keterbukaan adalah seluruh anggota layanan bimbingan kelompok bebas mengeluarkan pendapat, menerima pendapat orang lain, dan tidak diperkenankan menyalahkan pendapat orang lain.

3. Asas Kegiatan

Asas kegiatan adalah anggota layanan bimbingan kelompok akan mendapat giliran untuk mengeluarkan pendapat dengan melatih anggota dalam kemampuan berkomunikasi.

4. Asas Kenormatifan

Asas kenormatifan adalah layanan bimbingan kelompok dilakukan berdasarkan norma-norma yang ada dalam bimbingan kelompok, seperti tidak memotong pembicaraan orang lain.

5. Asas Kerahasiaan

Asas kerahasiaan adalah seluruh anggota kelompok diminta untuk tidak menyebarkan informasi pribadi yang diperoleh dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, karena informasi tersebut bersifat sensitif.

2.1.1.5 Tahapan Layanan Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno dalam (Jannah dkk., 2023) , terdapat empat tahap dalam layanan bimbingan kelompok, yang terdiri dari:

1. Tahap Pembentukan

Tahap ini merupakan fase pengenalan, di mana individu mulai berpartisipasi dalam suatu kelompok. Secara umum, pada tahap ini, anggota kelompok saling memperkenalkan diri serta menyampaikan tujuan dan harapan masing-masing. Selain itu, pemimpin kelompok akan menjelaskan metode dan prinsip-prinsip yang mendasari kegiatan bimbingan kelompok, sekaligus menunjukkan sikap saling menghormati melalui perilaku dan komunikasi yang baik.

2. Tahap Peralihan

Sebelum memasuki tahap kegiatan, pemimpin kelompok memberikan penjelasan mengenai aktivitas yang akan dilakukan oleh para anggota, peran masing-masing anggota, serta manfaat yang akan diperoleh oleh setiap individu dalam kegiatan tersebut. Dengan penjelasan ini, diharapkan tidak ada muncul keraguan atau ketidaksiapan di antara anggota kelompok untuk melanjutkan ke tahap kegiatan.

3. Tahap Kegiatan

Tahap kegiatan ini merupakan fase inti dalam bimbingan kelompok. Namun, kelanjutan kegiatan pada tahap ini sangat bergantung pada hasil dari dua tahap sebelumnya. Apabila kedua tahap sebelumnya dilaksanakan dengan baik, maka tahap ketiga ini juga akan berlangsung secara efektif. Dalam

tahap kegiatan ini, semua anggota diharapkan berpartisipasi aktif, menciptakan suasana yang mendukung pengembangan diri, baik dalam hal kemampuan berkomunikasi, menyampaikan pendapat, merespons pendapat orang lain, bersikap sabar dalam pemecahan masalah yang dihadapi kelompok.

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok memiliki pimpinan kelompok. Peran pimpinan kelompok pada tahap ini adalah untuk memperhatikan dan mendengarkan secara aktif. Hal ini mencakup perhatian terhadap apa yang diungkapkan oleh anggota, identifikasi terhadap faktor-faktor yang dapat mengganggu suasana kelompok, berperan sebagai narasumber yang terbuka, serta memandu diskusi mengenai masalah yang dihadapi.

4. Tahap Pengakhiran

Tahap pengakhiran adalah fase di mana kegiatan berakhir. Pada fase ini, terdapat dua aktivitas utama, yaitu penilaian (evaluasi) dan tindak lanjut (*follow-up*). Tahap ini berfungsi sebagai penutup dari seluruh rangkaian kegiatan bimbingan kelompok, dengan tujuan untuk mencapai solusi terhadap masalah yang dihadapi oleh kelompok tersebut. Dalam tahap ini, pimpinan kelompok memberikan penilaian berdasarkan pengamatan selama kegiatan, mengungkapkan rasa terima

kasih atas partisipasi anggota serta memberikan dorongan untuk kegiatan yang akan datang, menyampaikan kesan dan pesan dari pimpinan kelompok dan anggota kelompok, serta mengumpulkan tanggapan dari masing-masing anggota kelompok. Selain itu, juga dilakukan ulasan mengenai kegiatan lanjutan dan penutup.

2.1.2 Teknik *Role Playing*

2.1.2.1 Pengertian Teknik *Role Playing*

Role playing merupakan bahasa Inggris dari bermain peran. *Role Playing* menurut Ahmadi dalam (Imanizar dkk., 2021) merupakan upaya untuk mengatasi atau mengenali suatu masalah yang dilakukan dengan peragaan, serta melalui serangkaian langkah seperti identifikasi masalah, analisis, peran serta, dan diskusi.

Adapun *role playing* menurut (Dita & Al-Fattah dkk, 2021) , merupakan metode permainan peran yang memungkinkan siswa untuk belajar, mengeksplorasi, dan berpartisipasi secara aktif. Metode ini diikuti dengan diskusi terarah, yang diharapkan dapat membantu dalam memecahkan masalah serta mengidentifikasi solusi alternatif beserta konsekuensinya.

Berdasarkan pendapat kedua para ahli tersebut, maka *role playing* adalah teknik pembelajaran yang melibatkan simulasi peran atau bermain peran dalam situasi sosial untuk mengajak siswa

berpartisipasi aktif, mengembangkan keterampilan berpikir kritis dalam memecahkan masalah.

2.1.2.2 Tujuan Teknik *Role Playing*

Adapun tujuan teknik *role playing*, menurut (Ahmad Hariadi Dkk, 2023) tujuan teknik *role playing* adalah sebagai berikut:

1. Meningkatkan motivasi dalam proses pembelajaran.
2. Semakin banyak peluang untuk terbuka.
3. Memberikan kesempatan untuk berbicara dengan lebih leluasa.
4. Dapat menghadirkan kebahagiaan bagi siswa.
5. Meningkatkan empati dan pemahaman terhadap berbagai perspektif.

Adapun menurut Uno dalam (Susanto dkk, 2022), *role playing* bertujuan untuk membantu siswa menemukan identitas mereka dalam konteks sosial serta mengatasi dilema dengan dukungan kelompok. Melalui aktivitas ini, siswa dapat belajar mengenai konsep peran, menyadari adanya peran yang berbeda, dan merenungkan perilaku mereka sendiri serta perilaku orang lain.

2.1.2.3 Langkah-Langkah Teknik *Role Playing*

Dalam menerapkan teknik *role playing*, sangat penting untuk mempertimbangkan langkah-langkah yang akan memastikan bahwa kegiatan tersebut dapat dilaksanakan secara efektif. Menurut Komalasari dalam (Ahmad Hariadi dkk., 2023), langkah-langkah *role playing* adalah sebagai berikut:

1. Menyusun atau menyiapkan skenario.
2. Memilih beberapa siswa untuk mempelajari skenario tersebut.
3. Guru membentuk kelompok.
4. Memberikan penjelasan mengenai kompetensi yang ingin dicapai.
5. Memanggil siswa yang terpilih untuk memerankan skenario yang telah disiapkan.
6. Setiap siswa berada dalam kelompoknya sambil mengamati penampilan skenario yang sedang diperagakan.
7. Setelah penampilan selesai, setiap siswa diberikan lembar kerja untuk mendiskusikan hasil penampilan kelompok mereka.
8. Setiap anggota kelompok menyampaikan kesimpulan dari diskusi mereka.
9. Guru memberikan kesimpulan secara umum.

2.1.2.4 Kelebihan dan Kekurangan Teknik *Role Playing*

Metode *role playing* dapat meningkatkan kepercayaan diri karena memiliki kelebihan. Menurut Djumingin dalam (Anggraeni dkk., 2024), beberapa kelebihan dari metode pembelajaran *role playing* adalah sebagai berikut:

1. Meningkatkan minat siswa karena isu-isu sosial memiliki relevansi yang signifikan bagi mereka.

2. Dengan berperan sebagai individu lain, siswa dapat merasakan emosi orang lain, menghargai pendapat mereka, serta mengembangkan saling pengertian, empati, dan toleransi.
3. Melatih siswa untuk merancang inovasi.
4. Mendorong siswa untuk berpikir dan bertindak secara kreatif.
5. Menyelesaikan masalah yang dihadapi dengan pendekatan yang realistis, karena siswa mengalami situasi tersebut secara langsung.

Selain kelebihan, menurut (Vanessa dkk., 2023) *role playing* juga memiliki beberapa kekurangan seperti berikut:

1. *Role playing* membutuhkan waktu yang cukup lama.
2. Teknik ini memerlukan tingkat kreativitas dan imajinasi yang tinggi dari baik guru maupun siswa, namun tidak semua guru memiliki kemampuan tersebut.
3. Banyak siswa yang dipilih sebagai pemeran merasa canggung ketika harus memerankan adegan tertentu.
4. Tidak semua materi pelajaran dapat disampaikan dengan menggunakan teknik ini.

2.1.3 Self Control

2.1.3.1 Pengertian Self Control

Menurut Ghufon dan Risnawati dalam (Zulfah, 2021) *self control* didefinisikan sebagai kemampuan untuk menyusun,

membimbing, mengatur, dan mengarahkan perilaku dengan tujuan mencapai konsekuensi yang positif.

Sedangkan menurut Rahayu Nuraini dkk., (2022) mengemukakan bahwa *self control* adalah upaya untuk mengendalikan perilaku serta merespons atau mengambil keputusan tentang sebuah tindakan dilakukan dengan mempertimbangkan semua dampak atau risiko yang mungkin timbul.

Berdasarkan beberapa kutipan di atas, *self control* merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan perilaku melalui pertimbangan kognitif yang mendalam, yang mencakup pengambilan keputusan yang disesuaikan dengan tindakan yang telah direncanakan. Lebih jauh lagi, *self control* juga berperan penting dalam mengarahkan perilaku individu dalam menghadapi berbagai situasi, memungkinkan individu untuk menunjukkan kemampuan bersosialisasi, mengelola perilaku, serta memiliki keinginan untuk mengubah perilaku. *Self control* juga mencakup kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan orang lain, sehingga individu dapat berinteraksi secara efektif dan harmonis dalam lingkungan sosial mereka.

2.1.3.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Self Control*

Dalam konteks ini, *self control* memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan siswa. Tingkat *self control* setiap individu bervariasi dan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang membentuknya. Individu yang memiliki *self control* yang baik mampu menghindari

perilaku impulsif dan memenuhi keinginan yang adaptif, sehingga dapat mengarahkan perilakunya dengan efektif. Sebaliknya, individu dengan tingkat *self control* yang rendah cenderung mengalami kesulitan dalam mematuhi perilaku dan tindakan yang diharapkan, sehingga mereka lebih mudah terpengaruh oleh faktor eksternal.

Menurut Ghufon dan Risnawati dalam (Zulfah, 2021), terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *self control*, yaitu:

1. Kepribadian

Kepribadian memainkan peran penting dalam *self control*, karena berkaitan dengan cara individu merespons tekanan yang dihadapi. Selain itu, kepribadian juga memengaruhi hasil yang dapat dicapai oleh individu tersebut.

2. Situasi

Situasi merupakan faktor krusial dalam *self control*. Setiap individu mengembangkan strategi yang berbeda untuk menghadapi situasi tertentu, di mana setiap strategi memiliki karakteristik yang unik.

3. Etnis

Etnis atau budaya berpengaruh terhadap *self control* melalui keyakinan dan pemikiran yang dianut. Setiap budaya memiliki nilai dan keyakinan yang membentuk cara individu berinteraksi serta merespons lingkungan di sekitarnya.

4. Pengalaman

Pengalaman berperan dalam membentuk proses pembelajaran individu. Pengalaman yang diperoleh dari interaksi di lingkungan keluarga sangat penting dalam pengembangan *self control*, terutama pada masa kanak-kanak. Selanjutnya, individu bereaksi dengan pola pikir yang lebih kompleks dan memanfaatkan pengalaman dari situasi sebelumnya dalam pengambilan keputusan. Oleh karena itu, pengalaman positif cenderung mendorong tindakan yang serupa, sedangkan pengalaman negatif dapat mengubah pola reaksi individu terhadap situasi yang dihadapi.

5. Usia

Seiring bertambahnya usia, biasanya diikuti dengan peningkatan kematangan dalam berpikir dan bertindak. Hal ini disebabkan oleh beragam pengalaman hidup yang telah dilalui, yang sangat berperan dalam memberikan respons terhadap situasi yang dihadapi.

2.1.3.3 Aspek-Aspek *Self Control*

Self control diterapkan oleh individu ketika menghadapi situasi tertentu, menurut M. Nur Guffron & Rini Risnawita dalam (Amelia Rahma, 2023) *self control* memiliki beberapa aspek, yaitu:

1. *Behavioral Control* (Mengontrol perilaku)

Behavioral Control merujuk pada kesiapan individu untuk memberikan respons yang dapat secara langsung memengaruhi

atau mengubah situasi yang tidak menyenangkan. Kemampuan dalam mengontrol perilaku terdiri dari dua komponen, yaitu pengaturan pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan untuk memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Pengaturan pelaksanaan mengacu pada kemampuan individu untuk menentukan pihak yang memiliki kontrol atas situasi atau keadaan. Di sisi lain, kemampuan memodifikasi stimulus mencakup pemahaman individu mengenai cara dan waktu yang tepat untuk menghadapi stimulus yang tidak diinginkan.

2. *Cognitive Control* (Mengontrol kognitif)

Cognitive Control merupakan kemampuan individu untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan melalui interpretasi, penilaian, atau penghubungan suatu kejadian dalam kerangka kognitif berfungsi sebagai bentuk adaptasi psikologis yang bertujuan untuk mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri dari dua komponen utama, yaitu pengumpulan informasi dan penilaian.

3. *Decision Control* (Mengontrol keputusan)

Decision Control merujuk pada kemampuan individu untuk memilih hasil atau tindakan berdasarkan keyakinan dan persetujuan yang dimilikinya. Menurut Block dan Block, yang dikutip oleh M. Nur Ghufro dan Rini Riswita S, terdapat tiga jenis kualitas kontrol diri, yaitu *over control*, *under control*,

dan *appropriate control*. *Over control* ditandai dengan *self control* yang berlebihan, sehingga individu cenderung menahan diri dalam merespons stimulus. Sebaliknya, *under control* menggambarkan kecenderungan individu untuk melepaskan impulsivitas tanpa pertimbangan yang matang. Di sisi lain, *appropriate control* mencerminkan kemampuan individu untuk mengendalikan impuls dengan cara yang tepat.

Untuk mengukur *self control*, umumnya digunakan beberapa aspek sebagai berikut:

- 1) Kemampuan dalam mengontrol perilaku.
- 2) Kemampuan dalam mengontrol stimulus.
- 3) Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian.
- 4) Kemampuan menafsirkan peristiwa.
- 5) Kemampuan mengambil keputusan.

2.1.3.4 Manfaat *Self Control*

Self control memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan setiap individu. Hal ini tercermin dalam kemampuan individu untuk menghadapi konflik, menetapkan tujuan hidup, berinteraksi secara sosial, serta dalam berbagai aspek lainnya. Adapun manfaat memiliki *self control* yang stabil dalam kehidupan menurut (Nur'aeni, 2022), yaitu:

1. Mampu menghadapi berbagai situasi dengan baik.
2. Mampu mengelola berbagai kepentingan secara efektif.

3. Memiliki inisiatif yang tinggi dalam pengembangan diri.
4. Mampu mengendalikan berbagai keputusan yang diambil.
5. Mampu memberikan arah dan tujuan yang jelas.
6. Lebih mudah mencapai tujuan yang diinginkan.
7. Mampu mengendalikan emosi dengan baik.
8. Mampu menjadi individu yang tangguh.
9. Menjadi individu yang disiplin.
10. Mampu membangun hubungan harmonis dengan orang lain.
11. Mampu mengubah perspektif diri dalam menghadapi konflik.
12. Mampu mengambil tanggung jawab atas tindakan yang dilakukan.

2.1.3.5 Startegi Meningkatkan *Self Control*

Menurut Nurihsan dalam (Amin Auliya Muhammad, 2021) mengemukakan beberapa strategi dalam meningkatkan *self control*, yaitu:

1. Selalu ingat kepada Tuhan Yang Maha Esa, yang senantiasa mengatur kehidupan kita.
2. Pertimbangkan terlebih dahulu dengan akal yang jernih mengenai keuntungan dan kerugian yang mungkin timbul bagi diri kita sebelum mengambil suatu tindakan.
3. Tanyakan kepada hati nurani kita yang paling dalam mengenai kebaikan dan keburukan yang mungkin dihasilkan oleh tindakan yang akan kita lakukan.

4. Bersabarlah ketika menghadapi musibah.
5. Bersabarlah dalam melaksanakan perintah Tuhan.
6. Bersabarlah dalam menjauhi hal-hal yang dilarang oleh Tuhan.
7. Bersyukur ketika menerima kenikmatan.
8. Tunjukkan empati kepada orang lain.

2.2 Penelitian Yang Relevan

Kajian yang relevan bertujuan untuk memahami dan mengevaluasi penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya. Kajian ini memberikan dukungan kepada peneliti dalam meneliti topik yang sedang dikerjakan. Menurut peneliti, terdapat beberapa penelitian lain yang relevan dengan topik yang sedang dibahas. Penelitian-penelitian tersebut adalah sebagai berikut:

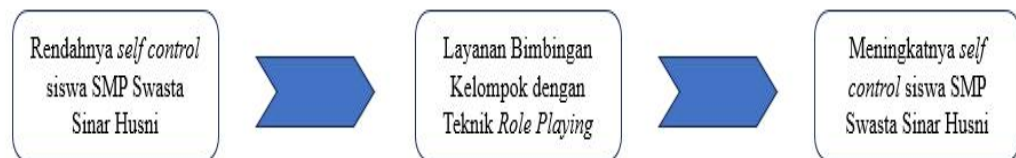
1. Penelitian yang dilakukan oleh Mifta Nurfajarni (2022), meneliti tentang “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Role Playing* Dalam Meningkatkan Konsep Diri Siswa Di SMP N 8 Kota Jambi”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok yang menggunakan teknik *role playing* memiliki pengaruh positif dalam meningkatkan konsep diri siswa. Hal ini dapat dilihat dari perbandingan skor pre-test dan post-test, yang menunjukkan peningkatan setelah pemberian perlakuan (*treatment*) sebanyak tiga kali.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Chrisanta dkk (2022), meneliti tentang “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Role Playing* Terhadap Peningkatan *Self Control* Siswa Era Pandemi Covid-19”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Layanan Bimbingan Kelompok yang menggunakan teknik *role playing* memiliki pengaruh signifikan dalam meningkatkan *self control* yang rendah pada siswa kelas X Perhotelan di SMK Negeri 4 Surakarta.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Yusobta (2022), meneliti tentang “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Role Playing* untuk meningkatkan *Self Control* Peserta Didik Kelas X DI SMAN 15 Bandar Lampung”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dan perbedaan yang signifikan dari Layanan Konseling Kelompok yang menggunakan teknik *role playing*. Teknik ini berkontribusi dalam meningkatkan *self control* siswa kelas X di SMAN 15 Bandar Lampung.

2.3 Kerangka Konseptual

Self control merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan perilaku melalui pertimbangan kognitif yang matang, yang mencakup pengambilan keputusan yang disesuaikan dengan tindakan yang telah direncanakan. Penelitian ini dilaksanakan karena masih terdapat siswa

yang memiliki *self control* yang rendah dalam proses pengambilan



keputusan.

Dengan demikian, solusi alternatif yang diusulkan adalah penerapan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *role playing*. Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk memahami sebab dan akibat dari suatu peristiwa, membentuk konsep diri yang mandiri, serta mengembangkan kemampuan siswa dalam memecahkan masalah. Selain itu, teknik ini juga bertujuan untuk meningkatkan keterampilan kritis, analitis, komunikatif, dan sosial siswa.

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual

Keterangan :

X : Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik *Role Playing*

Y : Meningkatkan *Self Control*

2.4 Hipotesis

Menurut Sugiyono dalam (Putri, 2024) hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian. Oleh karena itu, rumusan masalah penelitian biasanya disusun

dalam bentuk kalimat tanya. Istilah “sementara” digunakan karena jawaban tersebut hanya didasarkan pada teori yang relevan dan belum didukung oleh fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Dengan demikian, hipotesis dapat dipahami sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, bukan sebagai jawaban empiris.

Hipotesis penelitian ini yaitu Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas VIII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024-2025”. Kebenaran akan dibuktikan melalui hasil penelitian yang dilaksanakan di sekolah yang bersangkutan.

H_1 : Terdapat peningkatan dalam layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *role playing* dalam meningkatkan *self control* pada kelompok eksperimen.

H_2 : Terdapat peningkatan dalam layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik pendekatan konvensional dalam meningkatkan *self control* pada kelompok kontrol.

H_3 : Terdapat perbedaan dalam keefektifan layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *role playing* dalam meningkatkan *self control* pada kelompok eksperimen dan keefektifan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik pendekatan konvensional dalam meningkatkan *self control* pada kelompok kontrol.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan Penelitian

Dalam rancangan penelitian ini, pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang menyajikan data dalam bentuk angka dan memanfaatkan analisis statistik untuk mengolah informasi tersebut. Pendekatan ini biasanya bertujuan untuk mengidentifikasi dan menunjukkan hubungan antara berbagai variabel yang diteliti, menguji keabsahan teori yang ada, serta mencari generalisasi yang dapat memberikan nilai prediktif.

Sejalan dengan pendekatan ini, jenis penelitian yang dipilih adalah *Quasi Eksperimental Design*. Desain ini memungkinkan peneliti untuk mengamati efek dari intervensi tertentu dalam kondisi yang lebih terkontrol. Dalam penelitian ini, peneliti menerapkan desain *Pretest-Posttest Control Group Design* dengan menggunakan satu jenis pelaksanaan.

Penelitian ini melibatkan dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Menurut Sugiyono dalam (Putri, 2024), metode kuasi eksperimen mencakup kelompok kontrol, namun tidak dapat mengendalikan variabel luar yang dapat mempengaruhi pelaksanaan eksperimen. Sebelum perlakuan, kedua kelompok ini diberikan pre-test dan angket untuk mengukur tingkat *self control* masing-masing kelompok. Kelompok eksperimen mendapatkan perlakuan melalui layanan bimbingan

3.3.1 Populasi

Tabel 3. 2 Populasi Penelitian

No.	Kelas	Jumlah Siswa
1	VIII ¹	32
2	VIII ²	31
Jumlah Keseluruhan		63

3.3.2 Sampel

Menurut Sugiyono dalam (Putri, 2024), sampel merupakan bagian dari total populasi atau representasi dari populasi yang akan diteliti. Dalam penelitian ini, pengambilan sampel dilakukan dengan menerapkan teknik *purposive* sampling. Peneliti memilih metode *purposive sampling* karena subjek dalam penelitian ini terbatas, yaitu hanya pada subjek yang mengalami kurangnya *self control*. Menurut Sugiyono dalam (Nadiya, 2024) , teknik *purposive sampling* adalah metode penentuan dan

pengambilan sampel yang ditetapkan oleh peneliti berdasarkan pertimbangan tertentu.

Tabel 3. 3 Sampel Penelitian

No.	Kelas	Populasi	Sampel	
			Eksperimen	Kontrol
1	VIII-1	32	8	8
Jumlah		32	16	

Sampel dalam penelitian ini terdiri dari 16 siswa yang berasal dari kelas VIII¹ di SMP Swasta Sinar Husni.

3.4 Variabel dan Definisi Operasional

3.4.1 Variabel

Menurut Sugiyono dalam (Nadiya, 2024) Variabel penelitian merujuk pada elemen atau faktor yang telah ditentukan oleh peneliti sebagai fokus utama dalam suatu studi. Dengan menetapkan variabel ini, peneliti bertujuan untuk mempelajari dan mengeksplorasi informasi terkait, sehingga dapat memahami lebih dalam mengenai variabel tersebut. Proses ini diakhiri dengan penarikan kesimpulan yang didasarkan pada analisis data yang telah diperoleh. Kesimpulan tersebut diharapkan dapat memberikan wawasan baru mengenai fenomena yang diteliti.

Pada penelitian ini, variabel penelitiannya yaitu:

1. Variabel X : Layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *role playing*.
2. Variabel Y : Meningkatkan *self control*.

3.4.2 Definisi Operasional

Definisi operasional merujuk pada batasan yang digunakan untuk mengukur variabel yang akan diteliti. Fungsi dari definisi operasional ini adalah untuk mempermudah dan memastikan konsistensi dalam pengumpulan data. Selain itu, definisi ini juga bertujuan untuk mencegah perbedaan interpretasi serta memperjelas ruang lingkup variabel yang diteliti.

3.4.3 Metode Penelitian

Menurut Sugiyono dalam (Putri, 2024) , metode kuantitatif dapat didefinisikan sebagai pendekatan penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme. Metode ini digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen penelitian, dan analisis data bersifat kuantitatif atau statistik. Tujuan dari metode ini adalah untuk menggambarkan serta menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Penelitian ini mengadopsi pendekatan kuantitatif eksperimen. Menurut Sugiyono dalam (Putri, 2024) , metode eksperimen merupakan pendekatan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh variabel independen (perlakuan) terhadap variabel dependen (hasil) dalam kondisi yang terkontrol. Dalam konteks ini, eksperimen dilaksanakan untuk mengetahui atau mengukur sejauh mana pengaruh variabel yang sedang diuji.

3.4.4 Desain Penelitian

Jenis penelitian ini menerapkan *Quasi Eksperimental Design*. Peneliti menggunakan desain penelitian yang berbentuk *Pretest – Posttest Control Group Design*, yang melibatkan satu jenis pelaksanaan.

Tabel 3. 4 Desain Penelitian

Grup	<i>Pre-test</i>	Variabel Bebas (X)	<i>Post-test</i>
KE	Y1	X1	Y2
KK	Y1	X2	Y2

Keterangan :

KE : Kelompok Eksperimen

KK : Kelompok Kontrol

X1 : Perlakuan dengan Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik *Role Playing*

X2 : Perlakuan dengan Layanan bimbingan kelompok.

Y1 : Pre-test dan angket

Y2 : Post-test dan angket

Penelitian ini melibatkan dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Menurut Sugiyono dalam (Putri, 2024), metode kuasi eksperimen mencakup kelompok kontrol, tetapi tidak dapat mengendalikan variabel luar yang dapat mempengaruhi pelaksanaan eksperimen. Sebelum perlakuan, kedua kelompok diberikan pre-test dan angket untuk mengukur tingkat *self control* masing-masing. Kelompok eksperimen menerima perlakuan melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self control*, sedangkan kelompok kontrol mengikuti

layanan bimbingan kelompok yang biasa. Setelah perlakuan, dilakukan post-test dengan menggunakan soal yang sama serta pemberian angket.

3.5 Instrumen Penelitian

3.5.1 Observasi

Observasi merupakan suatu proses yang kompleks, yang melibatkan berbagai aspek biologis dan psikologis. Metode observasi ini diterapkan untuk mengumpulkan data mengenai siswa yang mengalami kurangnya *self control* di kelas VIII¹ SMP Swasta Sinar Husni.

3.5.2 Angket

Angket merupakan sekumpulan pernyataan tertulis yang dirancang untuk mengumpulkan informasi atau data dari responden mengenai aspek-aspek pribadi mereka. Dalam penelitian ini, angket atau kuesioner menggunakan skala likert, yang mencakup pernyataan dengan pilihan jawaban alternatif. Instrumen penelitian ini terdiri dari empat kategori pernyataan, yaitu:

1. Sangat Sesuai (SS) : Skor 4
2. Sesuai (S) : Skor 3
3. Tidak Sesuai (TS) : Skor 2
4. Sangat Tidak Sesuai (STS) : Skor 1

Tabel 3. 5 Skor Jawaban Responden Terhadap Instrumen

No.	Alternatif Jawaban	Skor Jawaban	
		Pernyataan Positif (+)	Pernyataan Negatif (-)
1	Sangat Sesuai	4	1
2	Sesuai	3	2
3	Tidak Sesuai	2	3
4	Sangat Tidak Sesuai	1	4

Tabel 3. 6 Kisi-Kisi Angket

Variabel	Sub Variabel	Indikator	Item		Jumlah
			(+)	(-)	
<i>Self Control</i> Menurut Ghufon dan Risnawati dalam (Zulfah, 2021)	<i>Behavioral Control</i>	a. Kemampuan mengontrol perilaku.	-	1,2,3	3
		b. Kemampuan mengontrol stimulus.	-	4,5	2
	<i>Cognitive Control</i>	a. Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa	6	7,8,9	4
		b. Kemampuan menafsirkan peristiwa.	13	10,11,12,14	5
	<i>Decisional Control</i>	a. Kemampuan mengambil keputusan.	-	15,16,17,18 19,20	6
Jumlah			2	18	20

3.5.3 Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengevaluasi kelayakan item-item dalam daftar pernyataan yang berkaitan dengan suatu variabel. Proses uji validitas ini dilakukan dengan metode *product moment* dan diukur menggunakan SPSS Versi 30. Validitas merupakan ukuran yang menunjukkan sejauh mana suatu instrumen dapat dianggap sah atau valid. Sebuah instrumen dinyatakan valid jika mampu mengukur apa yang seharusnya diukur. Selain itu, instrumen tersebut juga harus dapat mengungkapkan data dari variabel yang diteliti dengan akurat. Rumus

yang digunakan dalam uji ini adalah *product moment*, yang dinyatakan sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Gambar 3. 1 Rumus *Product Moment*

Keterangan :

r_{xy} : Koefisien korelasi antara X dan Y

N : Banyaknya subjek

$\sum X$: Jumlah skor tiap butir

$\sum Y$: Jumlah skor total

$\sum XY$: Jumlah perkalian X dan Y

$\sum X^2$: Jumlah kuadrat nilai X

$\sum Y^2$: Jumlah kuadrat nilai Y

Dalam penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa jika nilai $R_{hitung} > R_{tabel}$ pada tingkat signifikansi 5%, maka item tersebut dianggap valid. Sebaliknya, jika $R_{hitung} < R_{tabel}$ maka pernyataan tersebut dianggap tidak valid atau gugur. Penelitian ini menguji instrumen pada siswa kelas VIII¹ untuk menentukan validitas skala *self control* yang rendah.

Berdasarkan hasil perhitungan angket yang terdiri dari 55 item, ditemukan bahwa 35 item dinyatakan gugur, sedangkan 20 item lainnya dianggap valid. Uji validitas dilakukan dengan menggunakan rumus $R_{hitung} > R_{tabel}$. Item-item yang valid akan dilampirkan sebagai berikut:

Tabel 3. 7 Uji Validitas

No	Rhitung	Rtabel 5% (N=30)	Keterangan
1.	0.546	0,361	Valid
2.	0.602	0,361	Valid
3.	0.507	0,361	Valid
4.	0.190	0,361	Tidak Valid
5.	0.676	0,361	Valid
6.	0.611	0,361	Valid
7.	0.061	0,361	Tidak Valid
8.	0.422	0,361	Valid
9.	0.544	0,361	Valid
10.	0.379	0,361	Valid
11.	0.632	0,361	Valid
12.	0.441	0,361	Valid
13.	0.514	0,361	Valid
14.	0.513	0,361	Valid
15.	0.498	0,361	Valid
16.	0.427	0,361	Valid
17.	0.073	0,361	Tidak Valid
18.	0.641	0,361	Valid
19.	0.702	0,361	Valid
20.	0.054	0,361	Tidak Valid
21.	0.481	0,361	Valid
22.	0.534	0,361	Valid
23.	0.573	0,361	Valid
24.	0.579	0,361	Valid
25.	0.211	0,361	Tidak Valid
26.	0.124	0,361	Tidak Valid
27.	0.357	0,361	Tidak Valid
28.	0.290	0,361	Tidak Valid
29.	0.182	0,361	Tidak Valid
30.	0.184	0,361	Tidak Valid
31.	0.203	0,361	Tidak Valid
32.	0.286	0,361	Tidak Valid
33.	0.072	0,361	Tidak Valid
34.	0.349	0,361	Tidak Valid
35.	0.158	0,361	Tidak Valid
36.	0.047	0,361	Tidak Valid
37.	0.194	0,361	Tidak Valid
38.	0.165	0,361	Tidak Valid
39.	0.260	0,361	Tidak Valid
40.	0.342	0,361	Tidak Valid

41.	0.354	0,361	Tidak Valid
42.	0.064	0,361	Tidak Valid
43.	0.209	0,361	Tidak Valid
44.	0.180	0,361	Tidak Valid
45.	0.201	0,361	Tidak Valid
46.	0.081	0,361	Tidak Valid
47.	0.287	0,361	Tidak Valid
48.	0.153	0,361	Tidak Valid
49.	0.111	0,361	Tidak Valid
50.	0.031	0,361	Tidak Valid
51.	0.022	0,361	Tidak Valid
52.	0.064	0,361	Tidak Valid
53.	0.031	0,361	Tidak Valid
54.	0.240	0,361	Tidak Valid
55.	0.340	0,361	Tidak Valid

Sumber SPSS Versi 30

3.5.4 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan alat yang digunakan untuk menilai sejauh mana sebuah instrumen dapat dipercaya, meskipun digunakan berulang kali untuk mengukur gejala yang sama. Jika hasil tes menunjukkan konsistensi, maka instrumen tersebut dapat dianggap sebagai instrumen yang dapat dipercaya atau reliabel. Untuk menguji reliabilitas instrumen, peneliti menggunakan metode *Cronbach's Alpha* dengan bantuan SPSS versi 30, yang akan menghasilkan nilai *Cronbach's Alpha*. Rumus untuk menghitung *Cronbach's Alpha* adalah sebagai berikut:

$$r_{11} = \left(\frac{k}{(k-1)} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_t^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Gambar 3. 2 Rumus *Cronbach Alpha*

Keterangan :

CA : Koefisien alpha cronbach

K : Banyaknya pertanyaan dalam butir

δb^2 : Varian butir

δt^2 : Varian total

Berdasarkan hasil pencarian, untuk menguji reliabilitas diperlukan angket yang telah dinyatakan valid. Sebelum itu, pengujian validitas dilakukan dengan memanfaatkan data yang diolah menggunakan SPSS versi 30.

Tabel 3. 8 Uji Reliabilitas

Cronbach's Alpha	N of Items
0.875	20

Berdasarkan hasil yang ditampilkan dalam tabel di atas, dapat dijelaskan bahwa uji reliabilitas instrumen menggunakan 20 item angket yang telah dinyatakan valid menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* $0.875 > 0.60$, sehingga dapat disimpulkan bahwa angket tersebut memiliki tingkat reliabilitas yang baik dan dapat dianggap reliabel.

3.6 Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan proses pengolahan dan evaluasi data yang diperoleh dari instrumen penelitian. Tujuan dari analisis ini adalah untuk menghasilkan informasi yang dapat menjawab pertanyaan atau tujuan penelitian yang telah ditetapkan. Penelitian eksperimen ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* untuk meningkatkan *self control*.

3.6.1 Deskripsi Data

Untuk menghitung rentang data atau interval, dapat digunakan rumus sebagai berikut:

$$Interval\ k = \frac{Skor\ maksimum - Skor\ minimum}{Jumlah\ kategori}$$

Perhitungan untuk menentukan skor atau interval skor dalam penelitian ini dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut:

$$Interval\ k = \frac{80-20}{4} = \frac{60}{4}$$

$$Interval\ k = 15$$

Selanjutnya, peneliti menetapkan kategorisasi yang bertujuan untuk meningkatkan *self control*, yaitu dirinci sebagai berikut:

Tabel 3. 9 Kategori *Self Control*

Interval	Presentase	Kategori
>65	81%	Sangat Tinggi
64 – 50	80%	Tinggi
49 – 35	61%	Rendah
<34	42%	Sangat Rendah

3.6.2 Uji Hipotesis

Langkah-langkah yang digunakan oleh peneliti dalam uji hipotesis meliputi *Wilcoxon Signed Ranks Test* dan *Kolmogorov Smirnov Two Independent Sampels*. Proses ini dilakukan dengan bantuan aplikasi SPSS untuk menentukan H_1 , H_2 , dan H_3 . Kriteria keputusan untuk pengujian hipotesis adalah sebagai berikut:

1. H_1 : Terdapat peningkatan dalam layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *role playing* dalam meningkatkan *self control* pada kelompok eksperimen.

2. H_2 : Terdapat peningkatan dalam layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik pendekatan konvensional dalam meningkatkan *self control* pada kelompok kontrol.
3. H_3 : Terdapat perbedaan dalam keefektifan layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *role playing* dalam meningkatkan *self control* pada kelompok eksperimen dan keefektifan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik pendekatan konvensional dalam meningkatkan *self control* pada kelompok kontrol.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Swasta Sinar Husni, yang terletak di Jl.Bambu No.54, Helvetia, Kecamatan Sunggal, Kabupaten Deli Serdang, Provinsi Sumatera Utara. Lokasi ini dipilih sebagai tempat penelitian. Sebelum melakukan penyebaran angket, tahap awal yang dilakukan adalah observasi untuk mengidentifikasi siswa yang menunjukkan tingkat *self control* yang rendah. Setelah identifikasi tersebut, siswa yang terpilih diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan menerapkan teknik *role playing*. Populasi dalam penelitian ini terdiri dari siswa kelas VIII¹ dan VIII², yang berjumlah 63 orang. Dari total populasi tersebut, diambil 16 siswa sebagai sampel penelitian, yang terdiri dari 8 siswa dalam kelompok eksperimen dan 8 siswa dalam kelompok kontrol.

Setelah kedua kelompok menerima perlakuan yang berbeda, masing-masing kelompok diberikan tes yang terdiri dari angket pre-test dan pos-test. Sebelum pelaksanaan tes, angket tersebut telah melalui proses uji validitas dan realibilitas. Tujuan dari tes ini adalah untuk mengukur tingkat *self control* yang rendah pada kedua kelompok. Analisis data terhadap hasil pre-test dan post-test dilakukan setelah seluruh data

terkumpul. Selanjutnya, hasil analisis serta perhitungan akhir dari tes pre-test dan post-test yang telah diberikan kepada siswa akan disajikan.

4.2 Kecenderungan Variabel Penelitian

4.2.1 Analisis Hasil Data Pre-test dan Post-test pada Kelompok Eksperimen

Sesuai dengan tujuan pelaksanaan pre-test dan post-test, yaitu untuk mengidentifikasi kondisi tingkat *self control* siswa sebelum perlakuan diberikan (pre-test) dan setelah perlakuan dilaksanakan (post-test), berikut ini disajikan hasil analisis mengenai kondisi tingkat *self control* pada kelompok eksperimen.

Tabel 4. 1 Skor Pre-test dan Pos-test pada Kelompok Eksperimen

No	Inisal Siswa	Pre-test		Post-test	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	AM	54	Tinggi	70	Sangat Tinggi
2	MP	73	Sangat Tinggi	76	Sangat Tinggi
3	RBS	59	Tinggi	79	Sangat Tinggi
4	IAP	33	Sangat Rendah	72	Sangat Tinggi
5	MAR	61	Tinggi	73	Sangat Tinggi
6	AZR	35	Rendah	60	Tinggi
7	FDS	39	Rendah	65	Sangat Tinggi
8	HAP	36	Rendah	63	Tinggi
Rata-rata		48,75	Rendah	69,75	Sangat Tinggi

Berdasarkan hasil pre-test yang dilakukan pada 8 siswa dalam kelompok eksperimen, diperoleh temuan bahwa 1 siswa menunjukkan tingkat *self control* yang sangat rendah, 3 siswa berada dalam kategori rendah, 3 siswa tergolong kategori tinggi, dan 1 siswa tergolong dalam

kategori sangat tinggi. Setelah pelaksanaan post-test, terjadi peningkatan yang signifikan, di mana 2 siswa berada dalam kategori tinggi, dan 6 siswa tergolong kategori sangat tinggi. Dengan demikian, tidak ada lagi siswa yang termasuk dalam kategori rendah dan sangat rendah.

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Variabel Meningkatkan *Self Control* Kelompok Eksperimen (Pre-test dan Post-test)

Kategori	Interval	Pre-Test		Post-Test	
		Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	>65	1	12,5%	6	75%
Tinggi	64 – 50	3	37,5%	2	25%
Rendah	49 – 35	3	37,5%	-	-
Sangat rendah	<34	1	12,5%	-	-
Jumlah		8	100%	8	100%

Berdasarkan tabel yang disajikan di atas, hasil pre-test pada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa terdapat 1 siswa (12,5%) yang memiliki tingkat *self control* yang sangat tinggi, 3 siswa (37,5%) berada dalam kategori tinggi, 3 siswa (37,5%) termasuk dalam kategori rendah, dan 1 siswa (12,5%) tergolong kategori sangat rendah. Sebaliknya, hasil post-test menunjukkan adanya perubahan yang signifikan, di mana 6 siswa (75%) tergolong dalam kategori sangat tinggi, dan 2 siswa (25%) tergolong kategori tinggi. Dengan demikian, tidak ada siswa yang tersisa dalam kategori rendah maupun sangat rendah.

4.2.2 Analisis Hasil Data Pre-Test dan Post-test pada Kelompok Kontrol

Sesuai dengan tujuan pelaksanaan pre-test dan post-test, yaitu untuk mengidentifikasi kondisi tingkat *self control* siswa sebelum

perlakuan diberikan (pre-test) dan setelah perlakuan dilaksanakan (post-test), berikut ini disajikan hasil analisis mengenai kondisi tingkat *self control* pada kelompok kontrol.

Tabel 4. 3 Skor Pre-test dan Pos-test pada Kelompok Kontrol

No	Inisal Siswa	Pre-test		Post-test	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	AY	47	Rendah	48	Rendah
2	FY	38	Rendah	40	Rendah
3	RP	36	Rendah	42	Rendah
4	SZP	33	Sangat Rendah	36	Rendah
5	AS	22	Sangat Rendah	39	Rendah
6	FR	42	Rendah	47	Rendah
7	KS	26	Sangat Rendah	40	Rendah
8	PR	39	Rendah	50	Tinggi
Rata-rata		35,38	Rendah	42,75	Rendah

Berdasarkan hasil pre-test yang dilakukan pada 8 siswa dalam kelompok kontrol, ditemukan bahwa 5 siswa menunjukkan tingkat *self control* yang rendah, sementara 3 siswa berada dalam kategori sangat rendah. Setelah pelaksanaan post-test, terjadi peningkatan skor tetapi tidak dengan peningkatan kategori, di mana 1 siswa tergolong dalam kategori tinggi, sedangkan 7 siswa masih berada dalam kategori rendah.

Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Variabel Meningkatkan *Self Control* Kelompok Kontrol (Pre-test dan Post-test)

Kategori	Interval	Pre-Test		Post-Test	
		Frekuensi	Presentase	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	>65	-	-	-	-
Tinggi	64 – 50	-	-	1	12,5%
Rendah	49 – 35	5	62,5%	7	87,5%
Sangat	<34	3	37,5%	-	-

Rendah					
Jumlah		8	100%	8	100%

Berdasarkan tabel yang disajikan di atas, hasil pre-test pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa 5 siswa (62,5%) memiliki tingkat *self control* yang rendah, sedangkan 3 siswa (37,5%) termasuk dalam kategori sangat rendah. Di sisi lain, hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan skor tetapi tidak dengan peningkatan kategori, di mana 1 siswa (12,5%) kini berada dalam kategori tinggi, sementara 7 siswa (87,5%) masih tergolong dalam kategori *self control* yang rendah.

4.2.3 Analisis Perbandingan Skor Pre-test dan Post-test antara Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Tabel 4. 5 Skor Pre-test *Self Control* pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
Inisial Siswa	Skor	Kategori	Inisial Siswa	Skor	Kategori
AM	54	Tinggi	AY	47	Rendah
MP	73	Sangat Tinggi	FY	38	Rendah
RBS	59	Tinggi	RP	36	Rendah
IAP	33	Sangat Rendah	SZP	33	Sangat Rendah
MAR	61	Tinggi	AS	22	Sangat Rendah
AZR	35	Rendah	FR	42	Rendah
FDS	39	Rendah	KS	26	Sangat Rendah
HAP	36	Rendah	PR	39	Rendah
Rata-rata	48,75	Rendah	Rata-rata	35,38	Rendah

Tabel 4. 6 Skor Pos-test *Self Control* pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
Inisial Siswa	Skor	Kategori	Inisial Siswa	Skor	Kategori
AM	70	Sangat Tinggi	AY	48	Rendah
MP	76	Sangat Tinggi	FY	40	Rendah
RBS	79	Sangat Tinggi	RP	42	Rendah
IAP	72	Sangat Tinggi	SZP	36	Rendah
MAR	73	Sangat Tinggi	AS	39	Rendah
AZR	60	Tinggi	FR	47	Rendah
FDS	65	Sangat Tinggi	KS	40	Rendah
HAP	63	Tinggi	PR	50	Tinggi
Rata-rata	69,75	Sangat Tinggi	Rata-rata	42,75	Rendah

4.3 Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode uji non-parametrik, salah satunya adalah *Wilcoxon Signed Ranks Test*. Analisis ini dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS versi 30. Uji tersebut bertujuan untuk menganalisis data berpasangan dan untuk menentukan apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara dua kelompok pengamatan. Sementara itu, apabila data bersifat independen, maka dapat digunakan uji *Kolmogorov Smirnov Two Independent Samples*. Dalam proses analisis dengan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*, hasil yang diperoleh mencakup nilai *mean rank* dan *sum of ranks*, yang masing-masing dikategorikan ke dalam *negative ranks*, *positive ranks*, serta *ties*.

Kategori *negative ranks* menunjukkan bahwa skor pada pengukuran kedua (post-test) lebih rendah dibandingkan skor pada pengukuran pertama (pre-test). Sebaliknya, *positive rank* mengindikasikan adanya peningkatan nilai pada post-test jika dibandingkan dengan pre-test. Sementara itu, kategori *ties* mengindikasikan bahwa tidak terdapat perubahan antara nilai post-test dan pre-test. Notasi N digunakan untuk menyatakan jumlah subjek dalam masing-masing kategori tersebut. *Mean rank* merepresentasikan nilai rata-rata dari peringkat yang diperoleh, sedangkan *sum of ranks* menggambarkan total akumulasi peringkat dari setiap kategori.

Kriteria dalam pengambilan keputusan pada pengujian hipotesis ditentukan sebagai berikut:

1. Hipotesis nol (H_0) diterima dan hipotesis alternatif (H_1) ditolak apabila nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) $> \alpha$ ($\alpha = 0,05$).
2. Hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_1) diterima apabila nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) $< \alpha$ ($\alpha = 0,05$).

4.3.1 Pengujian Hipotesis Pertama

Hipotesis pertama dalam penelitian ini mengemukakan bahwa terdapat peningkatan *self control* siswa pada kelompok eksperimen yang menerima perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*. Pengujian hipotesis ini dilakukan melalui analisis *Wilcoxon Signed Ranks Test*, yang diolah menggunakan perangkat lunak SPSS versi 30. Hasil perhitungan tersebut disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 4. 7 *Wilcoxon Signed Ranks Test* Perbedaan Tingkat *Self Control* antara Pre-test dan Post-test pada Kelompok Eksperimen

Test Statistics ^a	
	Posttest - Pretest
Z	-2.521 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.012

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan analisis yang disajikan dalam tabel 4.7, diperoleh nilai statistik uji sebesar $Z = -2.521$ dengan tingkat signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar 0.012. Nilai ini berada di bawah batas signifikansi 0.05 ($0.012 < 0.05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai pre-test dan post-test tingkat *self control* pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*.

Untuk menentukan arah perbedaan tersebut, yaitu apakah skor pre-test atau post-test yang lebih tinggi, dapat dilakukan pengamatan pada tabel berikut:

Tabel 4. 8 Arah Perbedaan Pre-test dan Post-Test Tingkat *Self Control* pada Kelompok Eksperimen

Ranks		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Pretest	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	8 ^b	4.50	36.00
	Ties	0 ^c		
	Total	8		

a. Posttest < Pretest

b. Posttest > Pretest

c. Posttest = Pretest

Berdasarkan hasil *output* yang diperoleh, diketahui bahwa seluruh responden (sebanyak 8 siswa) mengalami peningkatan skor *self control* setelah diberikan perlakuan. Hal ini tercermin dari jumlah *positive ranks* yang mencapai 8, dengan *mean ranks* sebesar 4.50 dan *sum of ranks* sebesar 36.00. Selain itu, tidak terdapat *negative ranks* maupun *ties*, yang menunjukkan bahwa tidak ada peserta yang mengalami penurunan atau tidak mengalami perubahan skor.

4.3.2 Pengujian Hipotesis Kedua

Hipotesis kedua dalam penelitian ini mengemukakan bahwa terdapat peningkatan *self control* siswa pada kelompok kontrol yang menerima perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok. Pengujian hipotesis ini dilakukan melalui analisis *Wilcoxon Signed Ranks Test*, yang diolah menggunakan perangkat lunak SPSS versi 30. Hasil perhitungan tersebut disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 4. 9 *Wilcoxon Signed Ranks Test* Perbedaan Tingkat *Self Control* antara Pre-test dan Post-test pada Kontrol

Test Statistics ^a	
	Posttest - Pretest
Z	-2.521 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.012

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan analisis yang disajikan dalam tabel 4.7, diperoleh nilai statistik uji sebesar $Z = -2.521$ dengan tingkat signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar 0.012. Nilai ini berada di bawah batas signifikansi 0.05 ($0.012 < 0.05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai pre-test dan post-test tingkat *self control* pada kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok.

Untuk menentukan arah perbedaan tersebut, yaitu apakah skor pre-test atau post-test yang lebih tinggi, dapat dilakukan pengamatan pada tabel berikut:

Tabel 4. 10 Arah Perbedaan Pre-test dan Post-Test Tingkat *Self Control* pada Kelompok Kontrol

Ranks		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Pretest	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	8 ^b	4.50	36.00
	Ties	0 ^c		
	Total	8		

a. Posttest < Pretest

b. Posttest > Pretest

c. Posttest = Pretest

Berdasarkan hasil *output* yang diperoleh, diketahui bahwa seluruh responden (sebanyak 8 siswa) mengalami peningkatan skor *self control* setelah diberikan perlakuan. Hal ini tercermin dari jumlah *positive ranks*

yang mencapai 8, dengan *mean ranks* sebesar 4.50 dan *sum of ranks* sebesar 36.00. Selain itu, tidak terdapat *negative ranks* maupun *ties*, yang menunjukkan bahwa tidak ada peserta yang mengalami penurunan atau tidak mengalami perubahan skor.

4.3.3 Pengujian Hipotesis Ketiga

Hipotesis ketiga yang diuji dalam bagian ini menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dalam tingkat *self control* siswa antara kelompok eksperimen yang menerima layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* dan kelompok kontrol yang juga mendapatkan layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan teknik tersebut. Pengujian hipotesis ini dilakukan dengan menggunakan program SPSS versi 30 melalui teknik *Kolmogorov-Smirnov Two Independent Samples*. Hasil analisis tersebut disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 4. 11 Hasil Analisis Uji *Kolmogorov-Smirnov Two Independent Samples* terhadap *Self Control* Siswa pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Test Statistics ^a		Posttest
Most Extreme Differences	Absolute	1.000
	Positive	.000
	Negative	-1.000
Kolmogorov-Smirnov Z		2.000
Asymp. Sig. (2-tailed)		<.001

a. Grouping Variable: Kelompok

Berdasarkan hasil analisis *Kolmogorov-Smirnov Two Independent Samples* yang disajikan dalam tabel 4.11, diperoleh nilai statistik Z sebesar 2.000 dengan nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) kurang dari 0.001

(<0.001). Nilai ini berada di bawah batas signifikansi 0.05, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Oleh karena itu, hipotesis dalam penelitian ini diterima, yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan distribusi yang signifikan dalam tingkat *self control* siswa antara kelompok eksperimen yang menerima layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* dan kelompok kontrol yang mendapatkan layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan teknik tersebut.

4.4 Pembahasan dan Diskusi Hasil Penelitian

Temuan dari penelitian ini mengindikasikan adanya peningkatan tingkat *self control* pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol setelah menerima layanan bimbingan kelompok. Untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam secara konseptual mengenai hasil tersebut, dilakukan pembahasan terhadap data dan temuan yang telah diperoleh. Selain itu, analisis ini juga dikaitkan dengan teori-teori yang relevan serta pendekatan layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *role playing*.

4.4.1 Adanya Perbedaan Tingkat *Self Control* Siswa pada Kelompok Eksperimen

Berdasarkan hasil observasi awal dan pelaksanaan pre-test terhadap siswa, ditemukan bahwa tingkat *self control* masih tergolong rendah. Oleh karena itu, diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *role playing* guna meningkatkan kemampuan dalam mengendalikan diri. Setelah pelaksanaan layanan tersebut, hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan, di mana sebagian besar siswa berhasil

mencapai kategori *self control* yang tinggi.

Selama pelaksanaan layanan, siswa menunjukkan tingkat antusiasme yang tinggi dalam mengikuti kegiatan tersebut. Teknik *role playing* berperan dalam mendorong siswa untuk lebih percaya diri dalam mengemukakan pendapat serta merefleksikan perilaku mereka dalam situasi tertentu. Temuan ini mengindikasikan bahwa penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* memberikan dampak positif terhadap peningkatan *self control* siswa. Selain itu, teknik ini juga membantu siswa memahami pentingnya *self control* dalam kehidupan sehari-hari.

4.4.2 Adanya Perbedaan Tingkat *Self Control* Siswa pada Kelompok Kontrol

Pada kelompok kontrol, siswa hanya menerima layanan bimbingan kelompok tanpa penerapan teknik *role playing*. Hal ini menyebabkan keterlibatan aktif siswa dalam proses layanan menjadi kurang optimal. Tingkat *self control* yang awalnya rendah memang menunjukkan adanya peningkatan setelah layanan diberikan, peningkatan tersebut tidak signifikan yang dialami oleh kelompok eksperimen. Siswa dalam kelompok kontrol cenderung pasif selama proses layanan, hanya mendengarkan penjelasan tanpa berani bertanya ataupun mengemukakan pendapat, sehingga dinamika kelompok tidak terbentuk secara maksimal.

Ketidakefektifan ini diduga karena layanan diberikan tanpa pendekatan teknik yang mampu menstimulasi keberanian dan rasa percaya diri siswa untuk berpartisipasi aktif, seperti yang ditawarkan oleh teknik *role playing*. Meskipun begitu, layanan bimbingan kelompok tetap

memberikan dampak positif meskipun terbatas, ditandai dengan adanya peningkatan skor *self control* dari kategori rendah menjadi sedang pada sebagian siswa. Hal ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok secara umum tetap relevan untuk diterapkan, namun efektivitasnya dapat ditingkatkan apabila dipadukan dengan teknik yang lebih interaktif dan aplikatif.

4.4.3 Adanya Perbedaan Tingkat *Self Control* Siswa pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Hasil penelitian mengindikasikan adanya perbedaan dalam perubahan tingkat *self control* antara kelompok eksperimen yang menerima layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* dan kelompok kontrol yang hanya mendapatkan layanan bimbingan kelompok tanpa teknik tersebut. Perbedaan ini tercermin dari skor rata-rata post-test kedua kelompok. Kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan yang lebih signifikan dalam kemampuan mengendalikan diri dibandingkan dengan kelompok kontrol, meskipun selisih skor antara kedua kelompok tidak terlalu besar.

Perbedaan ini menunjukkan bahwa penggunaan teknik *role playing* dalam layanan bimbingan kelompok memberikan dampak yang lebih efektif dalam membantu siswa memahami dan mengelola perilaku serta emosinya. Melalui teknik *role playing*, siswa diajak untuk memerankan berbagai karakter dalam berbagai situasi tertentu, sehingga mereka dapat belajar secara aktif melalui pengalaman, memperkuat pemahaman tentang *self control*, serta membangun rasa percaya diri dan keterlibatan dalam diskusi

kelompok.

Sementara itu, layanan bimbingan kelompok yang diterapkan pada kelompok kontrol berlangsung dengan pendekatan yang lebih konvensional dan cenderung bersifat pasif. Siswa hanya menjadi pendengar, kurang menunjukkan keberanian untuk mengajukan pertanyaan atau menyampaikan pendapat. Hal ini menyebabkan dinamika kelompok tidak berkembang optimal dan berdampak pada hasil yang tidak maksimal dalam peningkatan *self control*.

Berdasarkan temuan ini, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok akan lebih efektif jika dikombinasikan dengan teknik yang mendorong partisipasi aktif siswa, seperti teknik *role playing*. Oleh karena itu, diharapkan guru bimbingan dan konseling (BK) atau konselor dapat menerapkan pendekatan yang kreatif dan interaktif dalam pelaksanaan layanan. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan motivasi, antusiasme, serta keberanian siswa dalam mengeksplorasi dan mengembangkan kemampuan *self control* mereka secara optimal.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan beberapa poin sebagai berikut:

1. Terdapat peningkatan tingkat *self control* pada kelompok eksperimen setelah menerima layanan bimbingan kelompok yang menerapkan teknik *role playing*. Peningkatan ini dibuktikan melalui hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*, yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.012, yang mana nilai ini kurang dari 0.05, serta peningkatan skor post-test seluruh siswa kelompok eksperimen ke dalam kategori tinggi. Teknik *role playing* terbukti mampu meningkatkan keaktifan, keberanian, dan kesadaran siswa dalam mengendalikan emosi serta mengambil keputusan secara bijaksana.
2. Kelompok kontrol yang hanya menerima layanan bimbingan kelompok tanpa penerapan teknik *role playing* juga menunjukkan peningkatan dalam *self control*. Namun, peningkatan tersebut tidak seefektif yang dialami oleh kelompok eksperimen. Peningkatan ini tercermin dari hasil uji *Wilcoxon* yang menunjukkan nilai signifikansi yang sama, yaitu 0.012, namun hasil post-test siswa hanya naik ke kategori sedang dan belum mencapai tingkat optimal seperti pada kelompok eksperimen.

3. Terdapat perbedaan yang signifikan dalam tingkat *self control* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil uji *Kolmogorov-Smirnov Two Independent Samples* menunjukkan nilai signifikansi kurang dari 0.001. Hal ini mengindikasikan bahwa layanan bimbingan kelompok yang menerapkan teknik *role playing* lebih efektif dibandingkan dengan layanan bimbingan kelompok yang tidak menggunakan teknik tersebut. Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan teknik yang melibatkan partisipasi aktif siswa memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pengembangan kemampuan *self control*. Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* efektif dalam meningkatkan *self control* siswa kelas VIII¹ di SMP Swasta Sinar Husni.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah disampaikan, peneliti memberikan beberapa saran yang ditujukan kepada pihak-pihak terkait sebagai berikut:

1. Bagi Guru BK atau Konselor Sekolah

Disarankan untuk menerapkan layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *role playing* dalam menangani siswa yang memiliki tingkat *self control* yang rendah. Teknik ini terbukti efektif dalam mendorong siswa untuk lebih aktif, percaya diri, dan mampu mengendalikan diri dalam menghadapi situasi sosial dan emosional

yang kompleks.

2. Bagi Siswa

Diharapkan supaya siswa dapat mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan kesadaran dan keterbukaan diri yang tinggi. Kegiatan *role playing* dapat menjadi sarana refleksi diri untuk memahami perilaku dan membentuk kemampuan dalam mengontrol tindakan secara mandiri dan bertanggung jawab.

3. Bagi Sekolah

Sebaiknya pihak sekolah mendukung keberlangsungan layanan bimbingan dan konseling secara optimal, termasuk penyediaan waktu khusus dan ruang yang layak bagi Guru BK agar dapat menjalankan layanan kelompok secara terencana dan terstruktur, khususnya dengan pendekatan teknik kreatif seperti *role playing*.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti menyarankan agar studi lanjutan dapat mengeksplorasi penerapan teknik *role playing* pada aspek psikologis lainnya, seperti peningkatan empati, keterampilan sosial, atau penyesuaian diri. Selain itu, cakupan penelitian dapat diperluas dengan melibatkan jumlah sampel yang lebih besar serta variasi latar belakang peserta.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad Hariadi dkk, 2023.

Amanah, S., Lisnawati, A., Jambi, U., Jambi -Muara Bulian Mendalo Darat, J., Jambi Luar Kota, K., & Jambi, M. (2023). Upaya Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self-Management* di SMP Negeri 10 Kota Jambi. *Journal on Education*, 05(02), 2034–2043.

Amin Auliya Muhammad, 2021.

Anggoro, N., Wibowo, K., Susanto, B., & Maulana, M. A. (2019). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Role Playing Terhadap Interaksi Sosial. *Jurnal Advice*, 1(1), 44–52.

Anggraeni, S. D., Mutiah, A., Ardiningrum, D. I., & Wijayanti, O. (2024). Role Playing dalam Pembelajaran Drama untuk Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Siswa Sekolah Dasar. *EDUKATIF : JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 6(1), 788–798.

Aqilah Muslimin Sabbi Daffa, 2024.

Azhari Putri, G., Rahmadani, S., & Irdam, I. (2023). *Self Control* pada Siswa Kelas X di SMA PGRI 4 Kota Padang. *Jurnal Pustaka Mitra (Pusat Akses Kajian Mengabdikan Terhadap Masyarakat)*, 3(4), 176–180.

Belajar, M., Holistik, P., Islam, P., Utomo, T. E., & Rizqa, M. (2024). Strategi Pembinaan Guru225. *Instructional Development Journal (IDJ)*, 1, 225–234.

Belajar, M., Kelas, S., Sman, D., Hiskiawati, T. T., Tiku, S., Sallata, L., Tri, F., Pali'pangan, I., & Filadelfia, H. (n.d.). *Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Problem Solving Dalam Meningkatkan*.

Diri, P., Karakter, Z., Pengendalian, :, & Zulfah, D. (n.d.). *IQRA : Jurnal Pendidikan Agama Islam*. 1(1), 28–33.

Dita, M., & Al-Fattah, J. (n.d.). *PENGUNAAN TEKNIK ROLE PLAYING DALAM KONSELING KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KESIAPAN PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIER SISWA*.

Hana Rifasya, N., & Desi Panti Asuhan Mitra Kecamatan Payakumbuh, N. (2024). PENTINGNYA BIMBINGAN KELOMPOK DALAM PERKEMBANGAN PRIBADI DI PANTI ASUHAN MITRA PAYAKUMBUH. *Educatioanl Journal: General and Specific Research*, 4(Februari), 56–61.

Hartanti, J., & Nindi Riandika, L. M. (2022). *Editor*.

- Ilmu Pendidikan Nonformal, J., & Maunti SMP Negeri, M. (2021). *AKSARA: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal 1417 Meningkatkan Perilaku Disiplin Peserta Didik Dalam Pembelajaran Daring Melalui Layanan Bimbingan Kelompok WA Group Di SMP Negeri 3 Telaga*. 07(03).
- Imanizar, L., Napitupulu, N. L., & Manalu, S. (2021). Penerapan role playing pada pembelajaran Matematika Sekolah Dasar. Himpunan: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Matematika. In *Nadia Lisbeth Napitupulu, Sopia Manalu* (Vol. 1, Issue 1).
- Indah Suci Ramadani, A., Abdi Alam, F., Rauf, W., & Muhammadiyah Barru, S. (2022). *IMPLEMENTASI BIMBINGAN KELOMPOK DALAM UPAYA PENINGKATAN KEMANDIRIAN BELAJAR SISWA* (Vol. 2, Issue 1).
- Jannah, M., Abdi Alam, F., & Muhammadiyah Barru, S. (2023). *PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DALAM MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR SISWA UPTD SMP NEGERI 33 BARRU*.
- Maulida, N. A., & Sulistyaningsih, R. (n.d.). Hubungan Father Involvement dengan Self-control pada Mahasiswa yang Mengonsumsi Alkohol di Kota Malang. *Jurnal Flourishing*, 3(10), 406–420.
- Mutiara Faqih Andi, 2024.
- Nadiya, 2024.
- Nur'aeni, O. E. (2022). *PERAN GURU AQIDAH DALAM MENINGKATKAN SELF CONTROL REMAJA (Study Kasus di MTs Al Khairiyah Kalodran Serang)*. 3(1).
- PENGARUH IMPLEMENTASI LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF CONTROL TERHADAP PENURUNAN KECANDUAN GAME ONLINE PADA PESERTA DIDIK KELAS VII H DI SMP NEGERI 4 TERBANGGI BESAR LAMPUNG TENGAH*. (n.d.).
- Putri, 2024.
- Rahayu¹, N. P., Santosa², B., Kamal, M., Rahmi, A., Bimbingan, P. S., Konseling, D., Tarbiyah, F., & Keguruan, D. I. (n.d.). *Efektivitas Bimbingan dan Konseling Islam untuk Meningkatkan Self Control Korban Penyalahgunaan Narkotika di Lembaga Per masyarakatan Kelas II A Rantauprapat*.
- Siregar, R. (2024). *Urgensi Asas-Asas Bimbingan dan Koseling Islam Dalam Pemeliharaan Kesehatan Mental* (Vol. 4, Issue 1).
- Susanto, S. (n.d.). *Pelatihan Mengajar Dengan Metode Role Play Berbasis Psikodrama Kepada*.
- Sutanto, T. P., & Bagas Ryandia Ardi Saputra. (2023). *EFEKTIVITAS INTERVENSI PSIKOEDUKASI DALAM MENINGKATKAN PENGENDALIAN DIRI*

(SELF-CONTROL) PADA REMAJA DI MTSN 2 SURABAYA. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 20(2), 171–187.

Vanessa, O., Christy, E., Meyliana, Z., Iryani, W. S., Yoshie, K., Afriliani, A. R., & Marini, A. (2023).

Yemima, C. K., Prasasti, S., Haryanti, U., Bimbingan, P., Konseling, D., Keguruan, F., & Pendidikan, I. (n.d.). *PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK ROLE PLAYING TERHADAP PENINGKATAN SELF CONTROL SISWA ERA PANDEMI COVID-19*.

Zulaikah, F., & Saptadi Ismanto, H. (n.d.). *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Role Playing terhadap Resiliensi Akademik Siswa*.

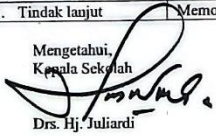
LAMPIRAN

LAMPIRAN 01

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN - BIMBINGAN KELOMPOK
SMP SWASTA SINAR HUSNI
TAHUN AJARAN 2024-2025

Satuan Pendidikan : SMP Swasta Sinar Husni	Strategi Layanan : Bimbingan Kelompok
Kelas/ Semester : VIII 1 / Genap	Aspek Perkembangan/ SKKPD : Penguatan <i>Self Control</i>
Alokasi Waktu : 60 Menit Pelayanan (JP)/Pertemuan I	Model dan Moda : <i>Role Playing</i> , Curah pendapat
Topik/ Materi : Meningkatkan <i>Self Control</i>	Luring
Bidang Layanan : Pribadi dan Sosial	Media dan Alat : LKPD

TUJUAN LAYANAN	Tahap Pengenalan	Tahap Akomodasi	Tahap Tindakan
	1 Peserta didik dapat mengidentifikasi 3 contoh pengendalian diri yang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya 2 PD dapat mengidentifikasi 3 contoh pengendalian diri yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya 3 Peserta Didik dapat mendiagnosis penyebab pengendalian diri yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya 4 PD dapat menganalisis dampak pengendalian diri yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya	5 Peserta didik memilih beberapa kiat untuk membangun pengendalian diri yang baik	6 Peserta didik dapat merancang kegiatan untuk mengatasi pengendalian diri yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya
LANGKAH KEGIATAN			
1. Pembentukan 10 Menit	a. Mengucapkan salam dan berdoa b. Mengapresiasikan kehadiran & Mengakrabkan anggota kelompok c. Guru menyampaikan tujuan, cakupan materi & azas-azas bimbingan kelompok d. Guru menjelaskan langkah-langkah kegiatan bimbingan kelompok		
2. Peralihan 10 Menit	a. Guru memantau kesiapan peserta didik dalam mengikuti layanan b. Guru mengadakan <i>ice breaking</i> untuk memotivasi agar anak lebih semangat c. Peserta didik membuat komitmen untuk menjaga rahasia kelompok d. Peserta didik berkomitmen untuk terbuka, jujur dan saling membantu		
3. Kegiatan Inti (menggunakan model : <i>Role Playing</i>) 30 Menit	a. <i>Experience</i> 1) Guru memberikan pertanyaan untuk memancing dialog dengan peserta didik terkait : Contoh pengendalian diri yang baik & dan kurang baik berdasarkan pengalaman 2) Masing-masing peserta didik diberi kesempatan berpendapat 3) Guru memparafrase pendapat peserta didik b. <i>Identify</i> 1) Peserta didik melaksanakan <i>role playing</i> 2) Peserta didik diskusi tentang masing-masing karakter yang diperankan 3) Peserta didik mendiagnosis penyebab pengendalian diri yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya c. <i>Analyze</i> 1) Guru membagikan hasil <i>pretest</i> peserta didik yang tergolong rendah 4) Peserta didik menganalisis dampak pengendalian diri yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya 2) Peserta didik berdialog dengan teman dan guru tentang dampak lebih jauh jika tidak memperbaiki pengendalian diri d. <i>Generalisation</i> 1) Peserta didik diberi LKPD berkaitan dengan topik yang dibahas 2) Peserta didik membuat komitmen untuk mempraktikkan kiat-kiat yang dipilih.		
4. Pengakhiran 10 Menit	a. Peserta didik menyimpulkan kegiatan b. Guru menyampaikan pengumuman tentang jadwal kegiatan monitoring hasil bimbingan kelompok, dan menutup kegiatan dengan berdoa dan mengucapkan salam		
PENILAIAN			
1. Penilaian Proses	Keseuaian program; Antusiasme peserta didik;Kebermanfaatan dan kebermanaknaan kegiatan		
2. Penilaian Hasil	<i>Understanding ,Comfortable ,Action</i>		
3. Tindak lanjut	Memonitor perubahan meningkatnya pengendalian diri peserta didik		

Mengetahui,
Kepala Sekolah

 Drs. Hj. Juliardi

Medan, 03 Juni 2025
 Guru BK

 Sri Wahyuni, S.Pd

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN - BIMBINGAN KELOMPOK
SMP SWASTA SINAR HUSNI
TAHUN AJARAN 2024-2025

Satuan Pendidikan : SMP Swasta Sinar Husni	Strategi Layanan : Bimbingan Kelompok
Kelas/ Semester : VIII 1 / Genap	Aspek Perkembangan/ SKKPD : Penguatan <i>Self Control</i>
Alokasi Waktu : 60 Menit Pelayanan (JP)/Pertemuan I	Model dan Moda : <i>Role Playing</i> , Curah pendapat
Topik/ Materi : Berani Bilang Tidak' pada Hal Negatif	Luring
Bidang Layanan : Pribadi dan Sosial	Media dan Alat : LKPD

TUJUAN LAYANAN	Tahap Pengenalan		Tahap Akomodasi	Tahap Tindakan
	1. Peserta didik dapat mengidentifikasi 3 contoh pengendalian diri yang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya 2. PD dapat mengidentifikasi 3 contoh pengendalian diri yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya 3. Peserta Didik dapat <u>mendiagnosis</u> penyebab pengendalian diri yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya 4. PD dapat <u>menganalisis</u> dampak pengendalian diri yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya		5. Peserta didik memilih beberapa kiat untuk membangun pengendalian diri yang baik	6. Peserta didik dapat merancang kegiatan untuk mengatasi pengendalian diri yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya
LANGKAH KEGIATAN				
1. Pembentukan 10 Menit	a. Mengucapkan salam dan berdoa b. Mengapresiasikan kehadiran & Mengakrabkan anggota kelompok c. Guru menyampaikan tujuan, cakupan materi & azas-azas bimbingan kelompok d. Guru menjelaskan langkah-langkah kegiatan bimbingan kelompok			
2. Peralihan 10 Menit	a. Guru memantau kesiapan peserta didik dalam mengikuti layanan b. Guru mengadakan <i>ice breaking</i> untuk memotivasi agar anak lebih semangat c. Peserta didik membuat komitmen untuk menjaga rahasia kelompok d. Peserta didik berkomitmen untuk terbuka, jujur dan saling membantu			
3. Kegiatan Inti (menggunakan model : <i>Role Playing</i>) 30 Menit	a. <i>Experience</i> 1) Guru memberikan pertanyaan untuk memancing dialog dengan peserta didik terkait :Contoh pengendalian diri yang baik & dan kurang baik berdasarkan pengalaman 2) Masing-masing peserta didik diberi kesempatan berpendapat 3) Guru memparafrase pendapat peserta didik b. <i>Identify</i> 1) Peserta didik melaksanakan <i>role playing</i> 2) Peserta didik diskusi tentang masing-masing karakter yang diperankan 3) Peserta didik mendiagnosis penyebab pengendalian diri yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya c. <i>Analyze</i> 1) Guru membagikan hasil <i>pretest</i> peserta didik yang tergolong rendah 4) Peserta didik menganalisis dampak pengendalian diri yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya 2) Peserta didik berdialog dengan teman dan guru tentang dampak lebih jauh jika tidak memperbaiki pengendalian diri d. <i>Generalisation</i> 1) Peserta didik diberi LKPD berkaitan dengan topik yang dibahas 2) Peserta didik membuat komitmen untuk mempraktikkan kiat-kiat yang dipilih.			
4. Pengakhiran 10 Menit	a. Peserta didik menyimpulkan kegiatan b. Guru menyampaikan pengumuman tentang jadwal kegiatan monitoring hasil bimbingan kelompok, dan menutup kegiatan dengan berdoa dan mengucapkan salam			
PENILAIAN				
1. Penilaian Proses	Keseuaian program; Antusiasme peserta didik;Kebermanfaatan dan kebermaknaan kegiatan			
2. Penilaian Hasil	<i>Understanding ,Comfortable Action</i>			
3. Tindak lanjut	Memonitor perubahan meningkatnya pengendalian diri peserta didik			

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Drs. Hj. Juliardi

Medan, 03 Juni 2025

Guru BK

Sri Wahyuni, S.Pd

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN - BIMBINGAN KELOMPOK
SMP SWASTA SINAR HUSNI
TAHUN AJARAN 2024-2025

Satuan Pendidikan : SMP Swasta Sinar Husni	Strategi Layanan : Bimbingan Kelompok
Kelas/ Semester : VIII 1 / Genap	Aspek Perkembangan/ SKKPD : Penguatan <i>Self Control</i>
Alokasi Waktu : 60 Menit Pelayanan (JP)/Pertemuan I	Model dan Moda : <i>Role Playing</i> , Curah pendapat
Topik/ Materi : Aku Bertanggung Jawab atas Diriku Sendiri	Luring
Bidang Layanan : Pribadi dan Sosial	Media dan Alat : LKPD

TUJUAN LAYANAN	Tahap Pengenalan	Tahap Akomodasi	Tahap Tindakan
	1. Peserta didik dapat mengidentifikasi 3 contoh pengendalian diri yang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya	5. Peserta didik memilih beberapa kiat untuk membangun pengendalian diri yang baik	6. Peserta didik dapat merancang kegiatan untuk mengatasi pengendalian diri yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya
	2. PD dapat mengidentifikasi 3 contoh pengendalian diri yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya		
	3. Peserta Didik dapat <u>mendiagnosis</u> penyebab pengendalian diri yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya		
	4. PD dapat <u>menganalisis</u> dampak pengendalian diri yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya		

LANGKAH KEGIATAN	
1. Pembentukan 10 Menit	a. Mengucapkan salam dan berdoa b. Mengapresiasikan kehadiran & Mengakrabkan anggota kelompok c. Guru menyampaikan tujuan, cakupan materi & azas-azas bimbingan kelompok d. Guru menjelaskan langkah-langkah kegiatan bimbingan kelompok
2. Peralihan 10 Menit	a. Guru memantau kesiapan peserta didik dalam mengikuti layanan b. Guru mengadakan <i>ice breaking</i> untuk memotivasi agar anak lebih semangat c. Peserta didik membuat komitmen untuk menjaga rahasia kelompok d. Peserta didik berkomitmen untuk terbuka, jujur dan saling membantu
3. Kegiatan Inti (menggunakan model : <i>Role Playing</i>) 30 Menit	a. <i>Experience</i> 1) Guru memberikan pertanyaan untuk memancing dialog dengan peserta didik terkait :Contoh pengendalian diri yang baik & dan kurang baik berdasarkan pengalaman 2) Masing-masing peserta didik diberi kesempatan berpendapat 3) Guru memparafrase pendapat peserta didik b. <i>Identify</i> 1) Peserta didik melaksanakan <i>role playing</i> 2) Peserta didik diskusi tentang masing-masing karakter yang diperankan 3) Peserta didik mendiagnosis penyebab pengendalian diri yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya c. <i>Analyze</i> 1) Guru membagikan hasil <i>pretest</i> peserta didik yang tergolong rendah 4) Peserta didik menganalisis dampak pengendalian diri yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya 2) Peserta didik berdialog dengan teman dan guru tentang dampak lebih jauh jika tidak memperbaiki pengendalian diri d. <i>Generalisation</i> 1) Peserta didik diberi LKPD berkaitan dengan topik yang dibahas 2) Peserta didik membuat komitmen untuk mempraktikkan kiat-kiat yang dipilih.
4. Pengakhiran 10 Menit	a. Peserta didik menyimpulkan kegiatan b. Guru menyampaikan pengumuman tentang jadwal kegiatan monitoring hasil bimbingan kelompok, dan menutup kegiatan dengan berdoa dan mengucapkan salam
PENILAIAN	
1. Penilaian Proses	Keseuaian program; Antusiasme peserta didik;Kebermanfaatan dan kebermaknaan kegiatan
2. Penilaian Hasil	<i>Understanding ,Comfortable Action</i>
3. Tindak lanjut	Memonitor perubahan meningkatnya pengendalian diri peserta didik

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Drs. Hj. Juliardi

Medan, 03 Juni 2025

Guru BK

Sri Wahyuni, S.Pd

LAMPIRAN 02

LAPORAN PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK
TAHUN AJARAN 2024-2025

Jenis layanan	: Bimbingan Kelompok
Bidang layanan	: Pribadi dan Sosial
Topik/Tema layanan	: Meningkatkan <i>Self Control</i>
Kelas	: VIII-1
Alokasi waktu	: 60 Menit
Tujuan	1. Peserta didik dapat mengidentifikasi 3 contoh <i>self control</i> yang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya. 2. PD dapat mengidentifikasi 3 contoh <i>self control</i> yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya. 3. Peserta Didik dapat mendiagnosis penyebab <i>self control</i> yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya. 4. PD dapat menganalisis dampak <i>self control</i> yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya.
Uraian Pelaksanaan	
Uraian kegiatan yang telah dilaksanakan	1. Konselor membuka kegiatan dengan doa. 2. Peserta didik diminta menceritakan situasi atau kejadian di mana mereka merasa sulit mengendalikan diri. 3. Anggota kelompok lain memberi tanggapan dan dukungan terhadap pengalaman temannya. 4. Konselor menjelaskan konsep <i>self control</i>, pentingnya <i>self control</i>, serta strategi sederhana untuk melatihnya (seperti teknik pernapasan, berpikir sebelum bertindak, dan menunda kesenangan sesaat). 5. Konselor memfasilitasi diskusi kelompok kecil untuk merancang

	solusi atau strategi mengontrol diri di berbagai situasi. 6. Kegiatan ditutup dengan refleksi dan menyimpulkan hasil diskusi.
Hasil yang diperoleh	1. Peserta didik aktif dalam diskusi dan terbuka menceritakan pengalamannya. 2. Peserta didik memahami bahwa <i>self control</i> penting dalam kehidupan sehari-hari. 3. Peserta didik mampu mengidentifikasi situasi-situasi yang menantang kontrol diri mereka. 4. Beberapa peserta mengaku ingin mencoba menerapkan teknik yang diberikan untuk mengurangi sikap impulsif atau reaktif.
Kesimpulan yang didapat	1. Peserta didik mulai menyadari pentingnya mengenali emosi dan situasi pemicu kehilangan kontrol diri. 2. Mereka memahami bahwa <i>self control</i> dapat dilatih dan membawa dampak positif bagi relasi sosial dan pencapaian akademik. 3. Konsep <i>self control</i> menjadi lebih dekat dan aplikatif melalui diskusi dan pengalaman langsung.
Tindak lanjut kegiatan ini	1. Jika memungkinkan, bimbingan kelompok dapat dilanjutkan secara berkala untuk memantau perkembangan <i>self control</i> siswa. 2. Refleksi pribadi bisa dikembangkan LKPD. 3. Guru BK bisa bekerja sama dengan wali kelas untuk memberikan penguatan melalui pengawasan rutin atau proyek pengembangan karakter.

LAMPIRAN 03

INSTRUMEN PENELITIAN

Berikut adalah beberapa pernyataan yang dirancang untuk mengukur tingkat *self control* Anda saat ini. Anda diminta untuk memberikan tanda centang (✓) pada kolom jawaban yang tersedia. Tidak ada jawaban yang benar atau salah, hanya ada yang sesuai atau tidak sesuai dengan diri Anda. Oleh karena itu, sebaiknya Anda mengerjakan ini sendiri. Apa pun yang Anda isi dalam skala ini bersifat pribadi dan rahasia serta tidak akan mempengaruhi nilai Anda. Terima kasih atas kerjasama dan partisipasi yang baik.

Petunjuk Pengisian

1. Tulislah data diri pada kolom yang telah disediakan.
2. Bacalah setiap pernyataan dengan cermat, lalu isi kolom di sebelah kanan dengan memberikan tanda centang (✓) pada jawaban yang paling sesuai dengan diri Anda. Terdapat 4 pilihan jawaban untuk setiap pernyataan yang diajukan kepada Anda, yaitu:

SS : Jika pernyataan tersebut **sangat sesuai** dengan diri Anda.

S : Jika pernyataan tersebut **sesuai** dengan diri Anda.

TS : Jika pernyataan tersebut **tidak sesuai** dengan diri Anda.

STS : Jika pernyataan tersebut **sangat tidak sesuai** dengan diri Anda.

A. Identitas Peserta Didik

Nama :

Kelas :

Usia :

Jenis Kelamin :

B. Pernyataan

No.	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya kesulitan untuk menahan diri ketika teman-teman saya mengajak berperilaku buruk.				
2	Saya merasa tidak mampu mengontrol reaksi saya ketika mendengar komentar negatif dari teman sebaya.				
3	Saya sering merasa kesulitan untuk berdiri sendiri di hadapan teman-teman yang berperilaku negatif.				
4	Saya kesulitan untuk mengendalikan reaksi saya ketika teman-teman mengajak melakukan hal yang salah.				
5	Saya terkadang merasa sulit untuk menolak ajakan teman meskipun saya tahu itu tidak baik.				
6	Saya dapat memprediksi bagaimana teman-teman saya akan bereaksi dalam situasi tertentu.				
7	Saya sering tidak siap menghadapi situasi yang tidak terduga dengan teman-teman.				
8	Saya kesulitan untuk melihat kemungkinan dampak dari keputusan yang saya buat.				
9	Saya merasa tidak mampu merencanakan tindakan yang tepat saat menghadapi tekanan dari teman.				
10	Saya sering salah menafsirkan niat teman-teman saya dalam situasi tertentu.				
11	Saya merasa kesulitan memahami perasaan teman ketika mereka berperilaku negatif.				
12	Saya terkadang merasa bingung tentang apa yang sebenarnya terjadi dalam situasi sosial.				
13	Saya sering dapat melihat sisi positif dari peristiwa yang terjadi di sekitar saya.				
14	Saya sering menganggap bahwa perilaku teman-teman saya selalu negatif tanpa mempertimbangkan konteksnya.				
15	Saya sering merasa bingung saat harus memilih di antara beberapa pilihan yang diberikan teman.				
16	Saya kadang-kadang merasa terpaksa mengikuti keputusan				

	teman meskipun saya tidak setuju.				
17	Saya sering merasa ragu tentang keputusan yang saya buat di hadapan teman-teman.				
18	Saya merasa tidak yakin dengan pilihan yang saya ambil ketika ada tekanan dari teman.				
19	Saya sering mengabaikan perasaan saya sendiri saat mengambil keputusan karena takut mengecewakan teman.				
20	Saya merasa tertekan untuk membuat keputusan yang sama dengan teman-teman saya.				

LAMPIRAN 04

DOKUMENTASI

Link video pemberian layanan [DOKUMENTASI VIDEO PEMBERIAN LAYANAN UNTUK SKRIPSI - Google Drive](#)

LAMPIRAN 05

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)

Topik : Mengatasi *self control* yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya

Coba identifikasikan *self control* yang kurang baik dalam menghadapi tekanan teman sebaya, kemudian analisislah dampaknya, dan carilah sebabnya serta rancanglah upaya untuk mengatasi *self control* yang kurang baik dengan mengisi tabel berikut:

No	<i>Self control</i> yang kurang baik	Dampak yang saya rasakan	Sebab-sebabnya	Langkah yang akan saya lakukan
1				
2				
3				
4				
5				

LAMPIRAN 06

LEMBAR EVALUASI
TOPIK LAYANAN : Mengatasi *self control* yang kurang baik dalam
menghadapi tekanan teman sebaya

NO	ASPEK YANG DI NILAI	YA	TIDAK	ALASAN / BUKTI
1	Dari hasil refleksi secara lisan Apakah peserta didik merasakan manfaat layanan dan kebermaknaan layanan			
2	Dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok apakah peserta didik bersemangat(antusias)			
3	Peserta didik menyampaikan pendapat sesuai topik			
4	Apakah suasana pertemuan, menyenangkan			
5	Apakah Topik yang dibahas , penting			
7	Apakah metode yang digunakan menarik			
8	Apakah Peserta didik aktif berdialog			
9	Apakah kegiatan bimbingan kelompok berjalan sesuai tujuan yang diharapkan			
10	Apakah peserta didik menunjukkan komitmen terhadap hasil layanan bimbingan kelompok			

LAMPIRAN 07



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
 Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

Form : K – 1

Kepada Yth: Ibu Ketua & Sekretaris
 Program Studi Bimbingan dan Konseling
 FKIP UMSU

Perihal : **PERMOHONAN PERSETUJUAN JUDUL SKRIPSI**

Dengan hormat yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Tashya Natiyu Tirana
 NPM : 2102080024
 Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
 Kredit Kumulatif : 120 SKS

IPK= 3,87

Persetujuan Ket./Sekret. Prog. Studi	Judul yang Diajukan	Disahkan oleh Dekan Fakultas
	Pengaruh Layanan Klasikal terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa di SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024-2025	
2/11/2024	Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Role Playing</i> untuk Meningkatkan <i>Self Control</i> Siswa Kelas VII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024-2025	
	Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok terhadap Regulasi Diri Siswa di SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024-2025	

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pemeriksaan dan persetujuan serta pengesahan, atas kesediaan Ibu saya ucapkan terima kasih.

Medan, 22 November 2024
 Hormat Pemohon,

Tashya Natiyu Tirana

Keterangan:

Dibuat rangkap 3 : - Untuk Dekan/Fakultas
 - Untuk Ketua/Sekretaris Program Studi
 - Untuk Mahasiswa yang bersangkutan



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapten Mukhtar Basri No.3 Telp.(061)6619056 Medan 20238
 Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

Form : K-2

Kepada Yth: Bapak/Ibu Ketua & Sekretaris
 Program Studi Bimbingan dan Konseling
 FKIP UMSU

Assalamu'alaikum Wr, Wb

Dengan hormat yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Tashya Natiyu Tirana
 NPM : 2102080024
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Mengajukan Permohonan Persetujuan Proyek Proposal/Risalah/Makalah/Skripsi sebagai
 tercantum di bawah ini dengan judul sebagai berikut :

**Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk
 Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas VII SMP Swasta Sinar Husni
 Tahun Ajaran 2024-2025**

Sekaligus saya mengusulkan/menunjuk Bapak/Ibu :

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd. *22/11/2024*

Sebagai Dosen Pembimbing Proposal/Risalah/Makalah/Skripsi saya.

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat Pengurusan selanjutnya. Akhirnya
 atas Perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu saya ucapkan terima kasih.

Medan, 22 November 2024

Hormat Pemohon,

Tashya Natiyu Tirana

Keterangan:

Dibuat rangkap 3 : - Untuk Dekan/Fakultas
 - Untuk Ketua/Sekretaris Program Studi
 - Untuk Mahasiswa yang bersangkutan



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
Jln. Mukhtar Basri BA No. 3 Telp. 6622400 Medan 20217 Form : K3

Nomor : 263/II.3.AU /UMSU-02/F/2025
 Lamp : ---
 Hal : **Pengesahan Proyek Proposal**
Dan Dosen Pembimbing
Bismillahirrahmanirrahim
Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara menetapkan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dan dosen pembimbing bagi mahasiswa yang tersebut di bawah ini :

Nama : Tashya Natiyu Tirana
 NPM : 2102080024
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Penelitian : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas VII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024/2025

Pembimbing : M. Fauzi Hasibuan, S.Pd.,M.Pd.

Dengan demikian mahasiswa tersebut di atas diizinkan menulis proposal/risalah/makalah/skripsi dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Penulis berpedoman kepada ketentuan yang telah ditetapkan oleh Dekan
2. Proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dinyatakan **BATAL** apabila tidak sesuai dengan jangka waktu yang telah ditentukan
3. Masa daluwarsa tanggal : 22 Januari 2026

Medan, 22 Rajab 1446 H
 22 Januari 2025 M




 Dra. H. Syamsuyurnita.,M.Pd.
 NPM 0004066701

Dibuat rangkap 4 (Empat) :

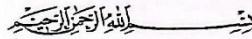
1. Fakultas (Dekan)
2. Ketua Program Studi
3. Pembimbing
4. Mahasiswa yang bersangkutan :
WAJIB MENGIKUTI SEMINAR



LAMPIRAN 8



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
 Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

**BERITA ACARA BIMBINGAN PROPOSAL**

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
 Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
 Jurusan/Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
 Nama Mahasiswa : Tashya Natiyu Tirana
 NPM : 2102080024
 Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Proposal : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas VII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024/2025

Tanggal	Deskripsi Hasil Bimbingan Proposal	Paraf
25 November 2024	Penyusunan BAB I latar belakang	
03 Desember 2024	Revisi BAB I latar belakang	
11 Desember 2024	Penyusunan BAB I rumusan masalah	
14 Desember 2024	Revisi BAB I rumusan masalah	
27 Desember 2024	Penyusunan BAB II kerangka teoritis	
06 Januari 2025	Revisi BAB II kerangka teoritis	
14 Januari 2025	Penyusunan BAB II hipotesis	
20 Januari 2025	Revisi BAB II hipotesis	
30 Januari 2025	Penyusunan BAB III	
04 Februari 2025	ACC Proposal penelitian kuantitatif	

Diketahui oleh:
 Ketua Prodi

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd, M.Pd.

Medan, 4 Februari 2025

Dosen Pembimbing

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

LAMPIRAN 9



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jalan Kapten Muchtar Basri, BA No.3 Medan Telp. (061) 661905 Ext. 22, 23, 30
 Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

Kepada: Yth. Bapak Ketua/Sekretaris
 Program Studi Bimbingan dan Konseling
 FKIP UMSU

Perihal : **Permohonan Perubahan Judul Proposal**

Bismillahirrahmanirrahim
 Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dengan hormat, yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Tashya Natiyu Tirana
 N.P.M : 2102080024
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Mengajukan permohonan perubahan judul Proposal, sebagai mana tercantum di bawah ini:

Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan
Self Control Siswa Kelas VII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024 - 2025

Menjadi:

Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan
Self Control Siswa Kelas VIII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024 - 2025

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pengurusan selanjutnya. Akhirnya
 atas perhatian dan kesediaan Bapak saya ucapkan terima kasih.

Medan, 21 April 2025
 Hormat Pemohon

Tashya Natiyu Tirana

Diketahui Oleh :

Dosen Pembimbing

Ketua Program Studi
 Bimbingan dan Konseling

M. Fauzi Hashbuan, S.Pd, M.Pd

M. Fauzi Hashbuan, S.Pd, M.Pd

LAMPIRAN 10



**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 30
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id



BERITA ACARA SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI

Pada hari ini Kamis, Tanggal 27 Februari 2025 telah diselenggarakan seminar proposal skripsi atas nama mahasiswa di bawah ini.

Nama Lengkap : Tashya Natiyu Tirana
N.P.M : 2102080024
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas VIII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024 - 2025

No.	Masukan dan Saran
Judul	Perbaikan Judul menjadi "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Role Playing</i> untuk meningkatkan <i>Self Control</i> siswa kelas VIII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024-2025"
Bab I	Perbaikan Identifikasi Masalah
Bab II	
Bab III	1. Perbaikan Kisi-Kisi Angket 2. Penambahan teori Kolmogorov Smirnov pada uji Hipotesis
Lainnya	
Kesimpulan	[] Disetujui [] Ditolak [✓] Disetujui Dengan Adanya Perbaikan

Dosen Pembahas

Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi, M.Psi., Psikolog

Dosen Pembimbing

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd, M.Pd.

Panitia Pelaksana,

Ketua

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Sekretaris

Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi, M.Psi., Psikolog



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 30
 Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id



LEMBAR PENGESAHAN HASIL SEMINAR PROPOSAL

Proposal yang sudah diseminarkan oleh mahasiswa di bawah ini :

Nama Lengkap : Tashya Natiyu Tirana
 N.P.M : 2102080024
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas VIII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024 - 2025

Pada hari Kamis, Tanggal 27 Februari 2025 sudah layak menjadi proposal skripsi.

Medan, 21 April 2025

Disetujui oleh :

Dosen Pembahas

Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Dosen Pembimbing

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd, M.Pd.

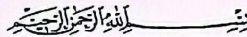
Diketahui oleh
 Ketua Program Studi

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.



**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp.061-6619056 Ext, 22, 23, 30
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id



SURAT KETERANGAN

NO.:

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, menerangkan di bawah ini:

Nama Lengkap : Tashya Natiyu Tirana
N.P.M : 2102080024
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas VIII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024 - 2025

benar telah melakukan seminar proposal skripsi pada hari Kamis, Tanggal 27 Februari 2025.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk memperoleh surat izin riset dari Dekan Fakultas. Atas kesediaan dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Medan, 21 April 2025
Diketahui oleh,
Ketua Prodi

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

LAMPIRAN 11



UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya

Bila menjawab surat ini agar disebutkan nomor dan tanggalnya

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UMSU Terakreditasi A Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 89/SK/BAN-PT/Akred/PT/III/2019
Pusat Administrasi: Jalan Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 - 66224567 Fax. (061) 6625474 - 6631003
http://kip.umsu.ac.id fkip@umsu.ac.id umsumedan um umedan umsumedan umsumedan

Nomor : 783/II.3-AU/UMSU-02/F/2025

Lamp : ---

Hal : Permohonan Izin Riset

Medan, 22 Syawal 1446 H
21 April 2025 M

Kepada Yth Bapak / Ibu Kepala
SMP SWASTA SINAR HUSNI MEDAN
di
Tempat

Bismillahirrahmanirrahim
Assalamu'alaikum Wr. Wb

Wa ba'du, semoga kita semua sehat wal'afiat dalam melaksanakan kegiatan/aktifitas sehari-hari, sehubungan dengan semester akhir bagi mahasiswa wajib melakukan penelitian/riset untuk pembuatan Skripsi sebagai salah satu syarat penyelesaian Sarjana Pendidikan, maka kami mohon kepada Bapak/Ibu memberi izin kepada mahasiswa kami untuk melakukan penelitian/riset di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin. Adapun data mahasiswa tersebut sebagai berikut:

Nama : **Tashya Natiyu Tirana**

NPM : 2102080024

Jurusan : Bimbingan dan Konseling

Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Role Playing* Untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas VII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024/2025

Demikian hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kesediaan serta kerjasama yang baik dari Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih. Akhirnya selamat sejahteralah kita semuanya, Aamin.

****Pertinggal****

Dekan,




Dra. Hj. Syamsuurnita, M.Pd
NIDN 0004066701





LAMPIRAN 12



YAYASAN PENDIDIKAN SINAR HUSNI
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
SMP SINAR HUSNI

NSS : 204070102 STATUS : DISAMAKAN NDS : G. 012862010

Jalan. Veteran Gg. Utama Par. V Helvetoa 202373 Telp. (061) 8463690, 77825165 Fax : (061) 8463680 Website : www.sinarhusni.or.id Email Address : smp@sinarhusni.or.id

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKSANAKAN RISET

Nomor : 572.2 / A-2 / SMP / SH / VI / 2025

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **Drs. H. Juliardi**

NIP : -

Jabatan : **Kepala SMP Swasta Sinar Husni**

Menerangkan bahwa Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan

Nama : **TASHYA NATIYU TIRANA**N P M : **2102080024**Jurusan : **Bimbingan dan Konseling**Telah melaksanakan **Riset** pada tanggal 28 April s/d 28 Mei 2025 di sekolah yang saya pimpin, untuk keperluan penyusunan Skripsinya yang berjudul :**Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing untuk Meningkatkan Self Control Siswa Kelas VII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024/2025.**

Demikianlah surat keterangan ini dibuat agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

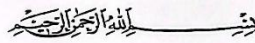
Labuhan Deli, 3 Juni 2025

Kepala SMP Swasta Sinar Husni



Drs. H. JULIARDI

LAMPIRAN 13

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Tashya Natiyu Tirana
 N.P.M : 2102080024
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Proposal : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas VIII SMP Swasta Sinar Husni Tahun Ajaran 2024 - 2025

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Penelitian yang saya lakukan dengan judul di atas belum pernah diteliti di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
2. Penelitian ini akan saya lakukan sendiri tanpa ada bantuan dari pihak manapun dengan kata lain penelitian ini tidak saya tempahkan (dibuat) oleh orang lain dan juga tidak tergolong *Plagiat*.
3. Apabila point 1 dan 2 di atas saya langgar maka saya bersedia untuk dilakukan pembatalan terhadap penelitian tersebut dan saya bersedia mengulang kembali mengajukan judul penelitian yang baru dengan catatan mengulang seminar kembali.

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat tanpa ada paksaan dari pihak manapun juga, dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 21 April 2025
 Hormat saya
 Yang membuat pernyataan,



Tashya Natiyu Tirana

Diketahui oleh Ketua Program Studi
 Bimbingan dan Konseling

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd, M.Pd

LAMPIRAN 14

SKRIPSI TASHYA

ORIGINALITY REPORT

17%
SIMILARITY INDEX

20%
INTERNET SOURCES

9%
PUBLICATIONS

8%
STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.umsu.ac.id Internet Source	11%
2	Submitted to St. Ursula Academy High School Student Paper	2%
3	repository.utp.ac.id Internet Source	2%
4	id.scribd.com Internet Source	1%
5	repository.unja.ac.id Internet Source	1%
6	jurnal.stkipbima.ac.id Internet Source	1%
7	repository.unp.ac.id Internet Source	1%

LAMPIRAN 15

DAFTAR RIWAYAT HIDUP**Data Pribadi**

Nama : Tashya Natiyu Tirana
 NPM : 2102080024
 Tempat/Tanggal Lahir : Banda Aceh, 20 Juli 2001
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Status : Belum Menikah
 Agama : Islam
 Kewarganegaraan : Indonesia
 Alamat : Jln. Bireun Takengon, Kp. Baru 76, Kec. Timang Gajah, Kab. Bener Meriah, Provinsi Aceh
 Anak ke : 1 dari 2 bersaudara
 Nama Orang Tua
 Ayah : Purn. Pelda Husni
 Ibu : Suwarni, A.Md

Riwayat Pendidikan

No	Tingkat Pendidikan	Nama dan Tempat	Tahun Kelulusan
1	SD	SD Negeri 8 Simeulue Timur	2013
2	SMP	SMP Negeri 2 Simeulue Timur	2016
3	SMA	SMA Negeri 2 Timang Gajah	2019
4	S1	Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara	2025