

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN  
PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY* (REBT)  
UNTUK MENINGKATKAN KONTROL DIRI SISWA KELAS VII  
SMP MUHAMMDIYAH 49 MEDAN  
TAHUN AJARAN 2019/2020**

**SKRIPSI**

*Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi  
Syarat Guna Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan(S.Pd)  
Pada Program Studi Bimbingan Dan Konseling*

**Oleh:**

**FADILLAH KHAIRUN NISA**

**NPM : 1602080030**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN UNVERSTAS  
MUHAMMDIYAH SUMATERA UTARA**

**MEDAN**

**2020**



**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.fkap.umhu.ac.id> E-mail: [fkap@umhu.ac.id](mailto:fkap@umhu.ac.id)

**BERITA ACARA**

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



Panitia Ujian Sarjana Strata-I Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dalam Sidangnya yang diselenggarakan pada hari Sabtu, Tanggal 08 Agustus 2020, pada pukul 08.30 WIB sampai dengan selesai. Setelah mendengar, memperhatikan dan memutuskan bahwa:

Nama : Fadillah Khairun Nisa  
NPM : 1602080030  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020

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

Dr. H. Elfrianto Nasution, S.Pd, M.Pd

Sekretaris

Dra. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd

**ANGGOTA PENGUJI:**

1. Dr. Hj. Sulhati Syam, M.A
2. Drs. Zaharuddin Nur, MM
3. Dra. Jamila, 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](mailto:fkip@umsu.ac.id)

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Skripsi ini diajukan oleh mahasiswa di bawah ini:

Nama Lengkap : Fadillah Khairun nisa  
N.P.M : 1602080030  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Efektivitas layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020

sudah layak disidangkan.

Medan, 20 Juli 2020

Disetujui oleh:

Pembimbing

Dra. Jamila, M.Pd

Diketahui oleh:

Dekan

Dr. H. Elfrianto Nasution, S.Pd., M.Pd.

Ketua Program Studi

Dra. Jamila, 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 : ww.fkip.umsu.ac.id E-mail : fkip@umsu.ac.id

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Saya yang bertanda tangan dibawah in:

Nama : Fadillah Khairun Nisa  
NPM : 1602080030  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa di Kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020” adalah benar 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 sebenar-benarnya.

UMSU  
YANG MENYATAKAN

Materai 6000

(Fadillah Khairun Nisa)



Unggul | Cerdas | Terpercaya

## ABSTRAK

**FADILLAH KHAIRUNNISA, 1602080030. Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy (Rebt)* Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa Kelas Vii Smp Muhammdiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020.**

Layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang mengacu kepada aktivitas – aktivitas kelompok yang berfokus kepada penyediaan informasi atau pengalaman lewat aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisir yang bertujuan menyediakan informasi melalui aktivitas kelompok. Permasalahan dalam penelitian ini yaitu kurangnya kontrol diri pada siswa di SMP Muhammadiyah 49 Medan maka dari itu peneliti akan memberikan layanan bimbingan kelompok guna untuk meningkatkan kontrol diri siswa. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengatasi permasalahan kontrol diri pada siswa dengan layanan bimbingan kelompok di kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan. Penelitian ini merupakan penelitian layanan dengan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan subjek penelitian sebanyak 31 orang dan objek penelitian sebanyak 6 orang siswa. Adapun instrument yang digunakan dalam penelitian ini ialah observasi dan wawancara yang sesuai dengan efektifitas layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan kontrol diri pada siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan. Adapun teknik analisi data yang di gunakan yaitu reduksi data, memaparkan data dan mengambil kesimpulan. Perubahan yang di alami siswa bisa di lihat dari pengamatan pertama yang mendapatkan hasil 30% sesudah melaksanakan kegiatan lanjutan ataupun pengamatan kedua di peroleh hasil sebanyak 90%, jadi bisa dikatakan bahwa siswa sudah mengalami perubahan. Dari hasil penelitian yang diketahui bahwa Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa sudah berhasil dilaksanakan dengan hasil yang maksimal dan sangat memuaskan.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy*, Kontrol Diri.

## KATA PENGANTAR



### *Assalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabbarakatu*

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya yang telah memberikan kesehatan dan kesempatan bagi penulis dalam menyelesaikan karya ilmiah atau skripsi ini. Guna memenuhi syarat mencapai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Serta Shalawat berangkaikan salam kepada junjungan kita Nabi Besar Muhammad SAW. Yang telah membawa kita dari zaman kegelapan sampai kepada zaman yang terang benderang yang penuh dengan ilmu pengetahuan dan teknologi yang semakin canggih seperti sekarang ini.

Pengetahuan yang di dapatkan selama proses pembelajaran masa perkuliahan, penulis menyadari harus menyalurkan wawasan yang ada sebagai bukti bahwa ilmu pengetahuan semakin berkembang seiring dengan modernisasi zaman. Penulis mengadakan penelitian observasi dilapangan sesuai realita yang ada. Oleh karena itu, penulis membuat skripsi ini dengan mengangkat judul **“EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN PENDEKATAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY (REBT)UNTUK MENINGKATKAN KONTROL DIRI SISWA KELAS VIISMP MUHAMMDIYAH 49 MEDAN TAHUN AJARAN 2019/2020”**.

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada Allah SWT yang selalu melindungi, memberi kesehatan dan memberi kemudahan dalam pembuatan skripsi ini. Terimakasih tak terhingga kepada kedua malaikat tak

bersayap yaitu orang tua saya Mama dan Papa. Papa terhebat yang penulis miliki yaitu **Amin Nurrasyid** yang selalu memberi semangat, yang tak pernah berhenti menyemangati dan mengatakan bahwa pendidikan yang terpenting dan pendidikan adalah segalanya, yang selalu memperjuangkan dan mengorbankan segalanya demi pendidikan penulis. Terimakasih pak untuk perjuangan mu selama ini, sampai kakak ada dititik ini, sedikit langkah lagi Insyaallah anak pertama bapak mendapatkan gelar sarjana. Terimakasih untuk doa dan dukungan bapak yang sudah menjadikan anakmu semandiri ini, sekali lagi terimakasih untuk superhero yang paling terbaik di dunia. Dan untuk malaikat tak bersayap Mama dan Nenekku, **Sri Kemala dan Siti Aliah**. Paling sabar sedunia, tak ada kata yang dapat menggambarkan mama dan neneku. Orang yang paling keras dan sangat protect sampai detik ini. Terimakasih untuk perjuangan mama, sebentar lagi cita-cita mama untuk membuat anaknya minimal bertitel Insyaallah terwujud, mohon doa dan restu dari mama. Terima kasih untuk didikan mama yang suatu saat akan kakak terapkan untuk anak-anak kakak kelak. Doakan kakak jadi anak yang selalu taat sama Allah dan selalu berbakti kepada orang tua, doakan kakak mendapat kesuksesan dunia dan akhirat, dan semoga segala doa mama dikabulkan sama Allah.

Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada:

1. **Bapak Dr. Agussani M.AP** selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

2. **Bapak Dr. Elfrianto Nasution, S.Pd., M.Pd** selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
3. **Ibunda Dra. Jamila, M.Pd** selaku Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Serta Dosen Pembimbing yang siap meluangkan waktu untuk membimbing dengan sabar
4. **Ayahanda Drs. Zaharuddin Nur M.M** selaku Sekretaris Jurusan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
5. Seluruh staff dan Dosen Program Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
6. **Rosna Juwita** selaku kepala sekolah SMP Muhammadiyah 49 Medan, terimakasih atas kerja sama nya selama proses penelitian.
7. **Ibu Asliah Siregar** selaku Guru Pamong selama magang dan penelitian yang selalu membantu, memberikan motivasi agar selalu semangat mengerjakan skripsi, serta membimbing hingga berakhirnya penelitian
8. Untuk keluargaku, adik adikku (Mhd. Alkahfi Ramadhan dan Anandita Dwi Pratiwi) terimakasih karena sudah ada dan menemani sepanjang hidupku, Kakak sepupu ku yang seperti kakak kandungku sendiri (Sindy Wahyu Ningsih dan Kurnia Lestari Putri) terimakasih sudah selalu mensupport, termasuk teman rasa keluarga yang sudah bertahun-tahun menemani terimakasih support nya (Cut Asiska).
9. Untuk teman ku yang paling kusayangi dan berjasa dalam masa perkuliahanku untuk yang paling Pengertian selama ini terhadapku



(Mudrikah), orang tersabar (Wilda Hilma Lubis), yang menjadi guru untuk kami semua (Kurniawan Syahputra), yang paling suka menolong orang lain (Abdi Pangestu), yang selalu jadi hiburan untuk kita semua (War Gunawan), dan yang baik hati (FebriYanni) serta untuk seluruh teman-teman BK A8 PAGI Stambuk 2016.

10. Untuk orang istimewa yang selalu setia menemani, berbagi ilmu, suka dan duka, manis dan tawa (Donny Syahputra Pos Pos) terimakasih untuk waktu luang, dan kelapangan hati dalam mensupport saya dan menemani saya diakhir masa perkuliahan. Dan teman istimewa (Dewi Ratna Dila dan Ade Rospita) yang sudah seperti saudara, yang selalu mendukung apapun itu yang selalu ada kapanpun dan dimanapun.

Akhir kata dengan segala kerendahan hati, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin yarabbal'amin.

WassalamualaikumWr.Wb

**Medan, Februari 2020**

**Fadillah Khairun Nisa**

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS.....</b>	<b>7</b>
A. Kerangka teori .....	7
1. Layanan Bimbingan kelompok .....	7
1.1 Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok .....	7
1.2 Tujuan Bimbingan Kelompok.....	8
1.3 Prinsip Pelaksanaan Bimbingan Kelompok.....	9
1.4 Asas-Asas dalam Bimbingan Kelompok .....	10
1.5 Tahap Dalam Bimbingan Kelompok .....	13
1.6 Komponen Bimbingan Kelompok .....	14
2. Pendekatan REBT .....	15

2.1 Pengertian REBT .....	15
2.2 Konsep Dasar dari Pendekatan REBT .....	16
2.3 Tujuan Pendekatan REBT .....	17
2.4 Teknik-Teknik dari pendekatan REBT .....	18
2.5 Peran dan Fungsi konselor dalam pendekatan REBT .....	19
2.7 Proses Konseling REBT .....	20
2.8 Tahap Konseling REBT .....	21
3. Kontrol Diri .....	22
3.1 Pengertian Kontrol Diri .....	22
3.2 Perkembangan Kontrol Diri .....	23
3.3 Jenis dan aspek Kontrol Diri .....	24
3.4 Faktor-Faktor yang mempengaruhi Kontrol Diri .....	26
B. Kerangka Konseptual .....	27
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>29</b>
A. Jenis Penelitian .....	29
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	29
a. Lokasi penelitian .....	29
b. Waktu Penelitian .....	29
C. Subjek dan Objek .....	30
a. Subjek .....	30
b. Objek .....	31
D. Oprasional Variabel Penelitian .....	31

E. Teknik Pengumpulan Data .....	33
a. Wawancara.....	33
b. Observasi.....	34
F. Teknik Analisis Data.....	34
a. Analisis Data Model Miles dan Huberman.....	35
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>38</b>
A. Deskripsi Lokasi penelitian .....	38
1. Lokasi Penelitian.....	38
2. Visi dan Misi Sekolah .....	39
3. Tujuan Sekolah.....	40
4. Keadaan siswa disekolah.....	40
5. Keadaan sarana prasarana disekolah.....	41
6. Keadaan guru bimbingan dan konseling .....	42
7. Sarana dan prasarana bimbingan dan konseling .....	42
B. Deskripsi Hasil Penelitian.....	43
1. Pelaksanaan Layanan Bimbingan kelompok Melalui Pendekatan REBT ...	46
2. Kemampuan Meningkatkan Kontrol Diri .....	47
C. Diskusi Hasil penelitian .....	76
D. Keterbatasan Penelitian.....	77
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>79</b>
A. Kesimpulan .....	79
B. Saran .....	80
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>81</b>

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Daftar riwayat hidup

Lampiran 2. Lembar Observasi

Lampiran 3. Wawancara Guru BK

Lampiran 4. Wawancara Siswa

Lampiran 5. Absen Siswa

Lampiran 6. RPL

Lampiran 7. Form K1, K2, K3

Lampiran 8. Berita Acara Seminar Proposal

Lampiran 9. Lembar Pengesahan Hasil Seminar Proposal

Lampiran 10. Surat Pernyataan

Lampiran 11. Surat Keterangan

Lampiran 12. Permohonan Izin Riset

Lampiran 13. Surat Balasan Riset

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan hal terpenting dalam kehidupan, oleh karena itu setiap manusia berhak untuk selalu berkembang dalam pendidikan, dengan adanya pendidikan manusia akan menjadi lebih baik lagi, baik dalam pendidikan formal maupun informal. Hal ini sejalan dengan pengertian pendidikan dalam UU No. 20 Tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional yaitu Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara.

Untuk mengembangkan potensi anak pendidikan dalam keluarga merupakan pendidikan yang paling utama diberikan orang tua untuk anak agar memberikan ilmu, maka dari itu pendidikan dari keluarga yang membantu anak mendapatkan ilmu pertamanya. Selain dari keluarga, sekolah juga berperan penting dalam membantu tumbuh kembang siswa agar siswa mengetahui peranan-peranan penting yang dimilikinya.

Masa remaja merupakan masa peralihan untuk mencari jati diri siswa sehingga ia memiliki sikap yang mampu dalam mengontrol dirinya. Masa remaja adalah masa dimana individu mempunyai karakteristik tersendiri yang tidak dapat di tentang. Dalam proses menemukan jati diri seorang remaja sangat mudah terpengaruh terhadap lingkungan sekitarnya yang dapat mengakibatkan tidak bisa mengontrol diri dengan baik. Ketidakstabilan menentukan sikap sangatlah berpengaruh dalam pembentukan mental dalam mengontrol diri siswa. Perubahan dalam diri seorang remaja sering terjadi dalam banyak aspek, seperti dalam aspek jasmani, mental, relasi, dan sosial.

Pada saat ini kontrol diri sangat berpengaruh dalam kesuksesan belajar. Individu yang memiliki kontrol diri yang baik, maka akan memiliki keyakinan dan selalu berusaha mengembangkan potensi diri secara maksimal, sebaliknya siswa yang memiliki kontrol diri yang kurang baik maka mereka kurang mampu mengembangkan bakat , minat ,dan potensi yang ada di dalam dirinya dan tidak mampu mengaktualisasikan diri dengan maksimal .

Berdasarkan hasil observasi dan pelaksanaan magang 1,2 dan 3 yang saya lakukan di SMP Muhammadiyah 49 Medan khususnya di kelas VII terdapat siswa yang mengalami permasalahan seperti emosi berlebihan dalam pergaulan terhadap teman sebaya, kemudian kurangnya sopan santun kepada orang yang lebih tua , selanjutnya siswa juga seringkali salah mengartikan stimulus respon yang di dapat

dari lingkungan sekitarnya. Peristiwa seperti ini dapat terjadi akibat kurangnya kontrol diri pada siswa.

Kontrol diri adalah keterampilan untuk mengendalikan diri dari api-api emosi yang terlihat mencolok. Tanda-tandanya meliputi ketegangan saat menghadapi stress atau menghadapi seseorang yang bersikap bermusuhan tanpa membalas dengan sikap atau perilaku serupa (Golemen 2005:131)

Siswa yang tidak bisa mengontrol dirinya dalam bergaul ataupun dalam menunjukkan sikap sopan santun terhadap orang, menyebabkan dampak buruk terhadap diri sendiri seperti halnya penyimpangan penyimpangan yang ada, sebagai peneliti saya ingin meningkatkan kontrol diri sehingga tidak salah dalam pergaulan dan memiliki sikap sopan santun yang baik dalam dirinya.

Fenomena yang ada pada masa sekarang ada beberapa siswa yang kurang baik dalam mengontrol dirinya seperti kurang sopan dalam berperilaku kepada teman sebayanya ataupun kepada orang yang lebih tua.

Dengan melihat adanya siswa yang kurang baik untuk mengontrol dirinya maka dalam penelitian ini akan digunakan layanan bimbingan konseling yaitu layanan bimbingan kelompok sebagai upaya peningkatan kontrol diri pada siswa . Menurut Rusmana (2011:271) bimbingan kelompok merupakan suatu proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok yang memungkinkan setiap anggota untuk belajar berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dalam upaya



pengembangan wawasan, sikap atau keterampilan yang diperlukan dalam upaya mencegah timbulnya masalah atau dalam upaya pengembangan pribadi.

Selain itu, pelaksanaan layanan bimbingan kelompok ini dibarengi dengan pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) . Model pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* yaitu konselor membantu siswa mengenal secara pasti kepercayaan yang irasional menjadi rasional, serta mendorong siswa untuk mengubah pandangan ke arah yang lebih mendorong dan membantu diri.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti melakukan penelitian guna melihat efektivitas layanan bimbingan kelompok ini dalam peningkatan kontrol diri siswa. Judul yang di ambil oleh peneliti yaitu : “ **EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY (REBT)* UNTUK MENINGKATKAN KONTROL DIRI SISWA DI KELAS VII SMP MUHAMMADIYAH 49 MEDAN TAHUN PELAJARAN 2019/2020**”

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas, adapun indentifikasi masalah yang ada di kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020 adalah:

- a. Adanya siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan yang akan terus tidak sopan terhadap orang yang lebih tua ataupun dengan teman sebaya.

- b. Siswa di kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan selalu emosi dalam berteman apabila ada hal-hal yang menyinggung.
- c. Siswa di kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan tidak bisa memberikan respon yang benar pada stimulus yang diberikan lingkungan.
- d. Kurang efektifnya pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan dalam peningkatan kontrol diri.

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang ada agar tidak terjadi kesalahan dalam mencapai tujuan, maka peneliti membatasi permasalahan pada layanan Bimbingan Kelompok Dengan Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* dan kontrol diri siswa di kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020.

### **D. Rumusan Masalah**

Mengacu pada permasalahan tersebut maka untuk memudahkan kajian penelitian ini, peneliti merumuskan masalah secara spesifik, yakni “Apakah Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* Efektif Untuk Peningkatan Kontrol Diri siswa di Kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020?”

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian sangat penting dirumuskan sebelum suatu kegiatan mulai dilaksanakan. Berdasarkan rumusan masalah diatas tujuan penelitian ini adalah untuk Mengukur Keefektivitasan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan *Pendekatan Rational Emotive Behaviour* (REBT) untuk meningkatkan Kontrol diri di Kelas VII Smp Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020.

### **F. Manfaat Penelitian**

Melalui penelitian ini diharapkan dapat diperoleh manfaat sebagai berikut:

#### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk mengembangkan ilmu pendidikan, khususnya Bimbingan dan Konseling tentang pengembangan rasa kontrol diri pada siswa.

#### 2. Manfaat Praktis

a. Hasil penelitian ini berguna untuk memberikan sumbangan pemikiran, kepada orang tua, guru pembimbing dan tenaga kependidikan lainnya dalam meningkatkan percaya diri pada siswa. Dengan adanya informasi tersebut diharapkan guru pembimbing dapat lebih memperhatikan lagi siswa yang kurang untuk mengendalikan diri sehingga siswa dapat mengembangkan potensi dirinya dan

menyadari pentingnya peran BK disekolah, sehingga pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling akan lebih efektif dan optimal.

b. Menjadi bahan pertimbangan dan sumber data bagi guru pembimbing guna perbaikan dan peningkatan perannya di dunia pendidikan.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Kerangka Teoritis**

##### **1. Layanan Bimbingan Kelompok**

###### **1.1 Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok**

Bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan dan konseling yang ada disekolah. Menurut Prayitno (2015:2) bimbingan kelompok merupakan proses pemberian informasi dan bantuan kepada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok guna mencapai suatu tujuan tertentu, bimbingan kelompok diberikan dalam suasana kelompok selain itu juga bisa dijadikan media penyampaian informasi sekaligus juga bisa membantu siswa menyusun rencana dalam membuat keputusan yang tepat sehingga diharapkan berdampak positif bagi siswa yang nantinya dapat mengubah perilaku yang menyimpang.

Menurut Tohirin (2015:4) bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu atau siswa melalui kegiatan kelompok, dalam bimbingan kelompok aktivitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan bagi masalah individu (siswa) yang menjadi peserta layanan.

Menurut Rusmana (2011:271) bimbingan kelompok merupakan suatu proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok yang memungkinkan setiap anggota untuk belajar berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dalam upaya pengembangan wawasan, sikap atau keterampilan yang diperlukan dalam upaya mencegah timbulnya masalah atau dalam upaya pengembangan pribadi.

Gazda (2013:4) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok yang memungkinkan individu dapat mengembangkan wawasan dan pemahaman yang diperlukan tentang masalah tertentu, mengeksplorasi dan menentukan alternatif terbaik untuk memecahkan suatu masalah itu dalam mengembangkan pribadinya.

Menurut Romlah (2001:3) Bimbingan Kelompok merupakan salah satu teknik bimbingan yang berusaha membantu individu agar dapat mencapai perkembangannya secara optimal sesuai dengan kemampuan, bakat, minat, serta

Dari beberapa pendapat para ahli di atas maka yang dimaksud bimbingan kelompok adalah suatu cara pemberian bantuan yang diberikan kepada individu dalam suasana kelompok saling bertukar pendapat satu sama lain untuk mencegah masalah-masalah yang ada pada diri individu dan dapat memecahkan masalah-masalah yang dihadapi setiap individu.

## **1.2 Tujuan Bimbingan Kelompok**

Tujuan Bimbingan Kelompok menurut Prayitno (2012:2) antara lain:

- a. Mampu berbicara didepan banyak orang.
- b. Mampu mengeluarkan pendapat, ide, saran, tanggapan, perasaan dan lain sebagainya kepada orang banyak.
- c. Belajar menghargai pendapat orang lain.
- d. Bertanggung jawab atas pendapat yang dikemukakannya.
- e. Mampu mengendalikan diri dan menahan emosi (gejolak kejiwaan yang bersifat negatif).
- f. Dapat bertenggang rasa.
- g. Menjadi akrab satu sama lain.
- h. Membahas masalah atau topik-topik umum yang dirasakan atau menjadi kepentingan bersama.

### **1.3 Prinsip Pelaksanaan Bimbingan Kelompok**

Pada pelaksanaan bimbingan kelompok, beberapa prinsip yang diterapkan, sebagaimana yang dikemukakan oleh Trotzen(2006-25) yaitu:

- a. Prinsip kemandirian.
- b. Prinsip kemanfaatan.

- c. Prinsip tidak melanggar norma.
- d. Keadilan dan kebijaksanaan.
- e. Prinsip kesetiaan.

#### **1.4 Asas-Asas Dalam Bimbingan Kelo**

Menurut Prayitno (2017:6) dalam penyelenggaraan bimbingan kelompok terdapat beberapa asas, diantaranya ialah:

##### **a. Asas Kerahasiaan**

Asas kerahasiaan adalah segala sesuatu yang dibicarakan klien kepadakonselor tidak boleh disampaikan kepada orang lain, atau lebih-lebih hal atau keterangan yang tidak boleh atau tidak layak diketahui orang lain. Asas kerahasiaan ini merupakan asas kunci dalam usaha bimbingan dan konseling.

##### **b. Asas Kesukarelaan**

Asas kesukarelaan adalah proses bimbingan dan konseling harus berlangsung atas dasar kesukarelaan, baik dari pihak si terbimbing atau klien, maupun dari pihak konselor. Klien diharapkan secara suka dan rela tanpa ragu-ragu ataupun merasa terpaksa, menyampaikan masalah yang dihadapinya, serta mengungkapkan segenap fakta, data, dan seluk-beluk berkenan dengan masalahnya itu kepada konselor, dan



konselor juga hendaknya dapat memberikan bantuan dengan tidak terpaksa, atau dengan kata lain konselor memberikan bantuan dengan ikhlas.

c. Asas Keterbukaan

Asas keterbukaan adalah dalam pelaksanaan bimbingan konseling sangat diperlukan suasana keterbukaan, baik keterbukaan dari konselor maupun keterbukaan dari klien. Keterbukaan ini bukan hanya sekedar bersedia menerima saran-saran dari luar, malahan lebih dari itu, diharapkan masing-masing pihak yang bersangkutan bersedia membuka diri untuk kepentingan pemecahan masalah.

d. Asas kekinian

Asas kekinian adalah masalah individu yang ditanggulangi ialah masalah masalah yang sedang dirasakan bukan masalah yang sudah lampau, dan juga bukan masalah yang mungkin akan dialami di masa yang akan datang. Apabila ada hal-hal tertentu yang menyangkut masa lampau dan/ atau masa yang akan datang yang perlu dibahas dalam upaya bimbingan yang sedangkan diselenggarakan itu, pembahasan tersebut hanyalah merupakan latar belakang atau latar depan dari masalah yang dihadapi sekarang, sehingga masalah yang sedang dialami dapat terselesaikan.

e. Asas Kemandirian

Asas kemandirian adalah pelayanan bimbingan dan konseling bertujuan

menjadikan si terbimbing dapat berdiri sendiri, tidak tergantung pada orang lain atau tergantung pada konselor, individu yang dibimbing setelah dibantu diharapkan dapat mandiri dengan ciri-ciri pokok sebagai berikut :

- 1) Mengetahui diri sendiri dan lingkungan sebagaimana adanya
- 2) Menerima diri sendiri dan lingkungan secara positif dan dinamis
- 3) Mengambil keputusan untuk dan oleh diri sendiri
- 4) Mengarahkan diri sesuai dengan keputusan itu, dan
- 5) Mewujudkan diri secara optimal sesuai dengan potensi, minat dan kemampuan-kemampuan yang dimilikinya.

#### f. Asas Kegiatan

Asas kegiatan adalah usaha bimbingan dan konseling tidak akan memberikan buah yang berarti bila klien tidak melakukan sendiri kegiatan dalam mencapai tujuan bimbingan dan konseling.

#### g. Asas kedinamisan

Asas kedinamisan adalah usaha pelayanan bimbingan dan konseling menghendaki terjadinya perubahan pada diri klien, yaitu perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik. Perubahan itu tidaklah sekedar mengulang hal yang sama, yang bersifat menonton, melainkan perubahan yang selalu menuju ke suatu pembaruan,

sesuatu yang lebih maju, dinamis sesuai dengan arah perkembangan klien yang dikehendaki.

#### h. Asas keterpaduan

Asas keterpaduan adalah pelayanan bimbingan dan konseling berusaha memadukan sebagai aspek kepribadian klien. Sebagaimana diketahui individu memiliki berbagai aspek kepribadian yang kalau keadaanya tidak seimbang, serasi dan terpadu justru akan menimbulkan masalah.

#### i. Asas Kenormatifan

Asas kenormatifan adalah usaha bimbingan dan konseling tidak boleh bertentangan dengan norma-norma yang berlaku, baik ditinjau dari norma agama, norma adat, norma hukum/negara, norma ilmu, maupun kebiasaan sehari-hari.

#### j. Asas Keahlian

Asas keahlian adalah usaha bimbingan konseling diperlukan asas keahlian secara teratur dan sistematis dengan menggunakan prosedur, teknik dan alat (instrumentasi bimbingan dan konseling) yang memadai.

#### k. Asas Alih Tangan

Asas alih tangan adalah dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling asas alih tangan jika konselor sudah mengerahkan segenap kemampuan untuk

membantu individu, namun individu yang bersangkutan belum dapat terbantu sebagaimana yang diharapkan, maka konselor dapat mengirim individu tersebut kepada petugas atau badan yang lebih ahli.

### **1.5 Tahap Dalam Bimbingan Kelompok**

Adapun pelaksanaan bimbingan kelompok berlangsung melalui empat tahap. Menurut Prayitno (2009:114-120) tahap-tahap dalam bimbingan kelompok yaitu sebagai berikut:

- a. Tahap pembentukan, tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap pelibatan diri atau tahap memasukan diri ke dalam kehidupan suatu kelompok.
- b. Tahap peralihan, tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan apa yang akan dilakukan oleh anggota kelompok pada kegiatan lebih lanjut dalam kegiatan kelompok.
- c. Tahap kegiatan, tahap ini merupakan tahap sebenarnya dari kelompok, namun kelangsungan kegiatan kelompok pada tahap ini amat tergantung pada hasil dari dua tahap sebelumnya. Jika dua tahap sebelumnya berhasil dengan baik, maka tahap ketiga itu akan berhasil dengan lancar.
- d. Tahap pengakhiran, pada tahap ini merupakan tahap berhentinya kegiatan. Dalam pengakhiran ini terdapat kesepakatan kelompok, apakah kelompok akan melanjutkan kegiatan dan bertemu kembali serta berapa kali kelompok itu bertemu. Dengan kata

lain kelompok yang menetapkan sendiri kapan kapan kelompok itu akan melakukan kegiatan

## **1.6 Komponen Bimbingan Kelompok**

### **a. Pemimpin kelompok**

Pemimpin kelompok adalah konselor atau pemimpin kelompok yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling secara khusus, pemimpin kelompok diwajibkan untuk menghidupkan dinamika kelompok diantara semua anggota kelompok.

b. Anggota kelompok dibentuk berdasarkan kriteria-kriteria yang sesuai dengan tujuan pelaksanaan. Jumlah anggota kelompok berpengaruh pada keefektifan pelaksanaan bimbingan dan kelompok. Sebaiknya jumlah anggota kelompok tidak terlalu besar dan tidak terlalu kecil.

## **2. Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)***

### **2.1 Pengertian Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)***

Menurut Ws Winkel (2017:15) mengatakan bahwa *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* adalah corak konseling yang (menekankan kebersamaan dan interaksi antara berfikir dengan akal sehat (*Rational Thinking*), berperasaan (*Emoting*), dan berperilaku (*Acting*), sekaligus menekankan bahwa suatu perubahan

yang mendalam, dalam cara berfikir dan berperasaan dapat mengakibatkan perubahan yang berarti dalam cara berperasaan dan berperilaku.

Menurut Ellis (2015:105) *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) merupakan suatu proses terapeutik yang dapat memperbaiki dan merubah persepsi, pikiran dan keyakinan serta pandangan seseorang yang irasional dan tidak logis menjadi rasional dan logis.

Menurut Winkel & Hastuti (2017:7) pendekatan REBT atau yang lebih dikenal dengan *Rational Emotive Behaviour Therapy* adalah konseling yang menekankan interaksi berfikir dan akal sehat (*rational thinking*), perasaan (*emoting*), dan berperilaku (*acting*). Teori ini menekankan bahwa suatu perubahan yang mendalam terhadap cara berfikir dapat menghasilkan perubahan yang berarti dalam cara berperasaan dan berperilaku.

Menurut Mappiare (2015:16) menjelaskan tujuan dari REBT yaitu menghilangkan kecemasan, ketakutan, kekhawatiran, dan ketidakpercayaan diri. Ellis dan Dryden (dalam Hayu Stevani, Mudjiran, Mega Iswari) menjelaskan REBT adalah pendekatan yang berfokus pada kognitifbehavior, dalam pelaksanaan REBT dalam mengatasi kepercayaan diri peserta didik dapat melalui format kelompok, bimbingan kelompok merupakan salah satu format kelompok dalam bimbingan dan konseling yang bertujuan membantu individu agar aktif, dinamis dalam berkomunikasi dan

berani mengemukakan pendapat agar dapat bertukar pikiran, sehingga individu terbantu untuk lebih mampu melatih diri dalam berbicara didepan umum.

Menurut Corey (2013:7) *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) adalah pemecahan masalah yang menitik beratkan pada aspek berfikir, memihak, memutuskan, direktif tanpa lebih banyak berurusan dengan dimensi-dimensi pikiran dibandingkan dengan dimensi-dimensi perasaan.

Dari beberapa pendapat para ahli di atas, *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) yaitu konselor membantu konseli mengenal secara pasti kepercayaan yang irasional menjadi rasional, serta mendorong konseli untuk mengubah pandangan ke arah yang lebih mendorong dan membantu diri.

## **2.2 Konsep Dasar Dari Pendekatan *Rational Emotive Behaviour therapy* (REBT)**

Konsep dasar yang dikembangkan oleh Albert Ellis (2014:104) adalah sebagai berikut:

- a. Pikiran manusia adalah penyebab dasar dari gangguan emosional, reaksi emosional yang sehat maupun tidak, bersumber dari pemikiran itu.
- b. Manusia mempunyai potensi pemikiran rasional dan irrasional, dengan pemikiran rasional dan inteletiknya manusia dapat terbebas dari gangguan emosional.
- c. Pemikiran irasional bersumber pada disposisi biologis lewat pengalaman masa kecil dan pengaruh budaya.

- d. Pemikiran dan emosi tidak dapat dipisahkan.
- e. Berfikir logis dan tidak logis dilakukan dengan symbol-symbol bahasa.
- f. Pada diri manusia sering terjadi *self verbalization*, yaitu mengatakan sesuatu terus menerus kepada dirinya.
- g. Pemikiran tidak logis irasional dapat dikembalikan kepada pemikiran logis dengan reorganisasi persepsi. Pemikiran tak logis itu merusak dan merendahkan diri melalui emosionalnya, ide-ide irasional bahkan dapat menimbulkan neurosis dan psikosis.

### **2.3 Tujuan Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)***

Menurut Mohammad Surya (2009:275) *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* bertujuan untuk memperbaiki dan mengubah sikap, persepsi, cara berfikir keyakinan serta pandangan klien yang irasional menjadi rasional, sehingga ia dapat mengembangkan diri dan mencapai realisasi diri yang optimal. Menghilangkan gangguan emosional yang dapat merusak diri seperti : benci, takut, rasa bersalah, cemas was-was, marah sebagai akibat berfikir yang irasional, dan melatih serta mendidik klien agar dapat menghadapi kenyataan hidup secara rasional dan membangkitkan kepercayaan diri, nilai-nilai dan kemampuan diri.

### **2.4 Teknik-Teknik Dari Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)***



Menurut Rochman Natawidjaya (2009:288) Berikut ini ada beberapa teknik konseling *rational emotive behaviour therapy (REBT)* dapat diikuti, antara lain adalah teknik yang berusaha menghilangkan gangguan emosional yang merusak diri (berdasarkan *emotive experiential*) yang terdiri atas:

- a. *Assertive training*, yaitu melatih dan membiasakan klien terus menerus menyesuaikan diri dengan perilaku tertentu yang diinginkan.
- b. Sosiodrama yaitu, semacam sandiwara pendek tentang masalah kehidupan sosial.
- c. *Self modeling* yaitu teknik yang bertujuan untuk menghilangkan perilaku tertentu, dimana konselor menjadi model dan klien berjanji untuk mengikuti.
- d. *Social Modeling* yaitu membentuk perilaku baru melalui model sosial dengan cara imitasi, observasi.
- e. Teknik *reinforcement*, yaitu *member foward* terhadap perilaku rasional atau memperkuatnya.
- f. *Desensitisasi* sistematis, yaitu klien diajarkan santai dan menghubungkan keadaan santai dengan membayangkan pengalaman-pengalaman yang mencemaskan.
- g. Relaksasi
- h. *Self-control*, yaitu dengan mengontrol
- i. Diskusi.

j. Simulasi dengan bermain peran antara konselor dengan klien.

k. *Homework assignment* (metode tugas).

l. *Bibliografi* (member bahan bacaan).

## **2.5 Peran dan Fungsi Konselor Dalam Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)***

Menurut Gantina K, Eka W, dan Karsih (2016:15) peran konselor dalam pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* adalah:

- a. Aktif-direktif, yaitu mengambil peran lebih banyak untuk memberikan penjelasan terutama pada awal konseling.
- b. Mengkonfrontasi pikiran irasional konseli secara langsung.
- c. Menggunakan berbagai pendekatan untuk menstimulasi konseli untuk berfikir dan mendidik kembali diri konseli sendiri.
- d. Secara terus menerus “menyerang” pemikiran irasional konseli.
- e. Mengajak konseli untuk mengatasi masalahnya dengan kekuatan berfikir bukan emosi.
- f. Bersifat didaktif.

Dalam melaksanakan pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT), konselor diharapkan memiliki kemampuan berbahasa yang baik karena *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) banyak didominasi oleh pendekatan-pendekatan yang menggunakan pengolahan verbal. Selain itu secara umum konselor harus memiliki keterampilan untuk membangun hubungan konseling.

Adapun keterampilan konseling yang harus dimiliki konselor yang akan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT), adalah sebagai berikut:

- a. Empaty (Empathy)
- b. Menghargai (Resfeck)
- c. Ketulusan (Genuineness)
- d. Kekongritan (concreteness)
- e. Konfrontasi (confreontation)

### **2.7 Proses Konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT)**

Berikut ini adalah tahap-tahap dalam pendekatan *rational emotive behaviour therapy* (REBT) :

- a. Bekerja sama dengan konseli.
- b. Melakukan assesmen terhadap masalah, orang dan situasi.

- c. Memberitahukan peserta didik untuk treatment.
- d. Mengimplementasikan program penanganan.
- e. Mengevaluasi kemajuan.
- f. Mempersiapkan konseli untuk mengakhiri konseling.

## **2.8 Tahap Konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)***

Tahapan Konseling REBT menurut George dan Cristiani (2003:49) berpendapat bahwa tahapan-tahapan konseling REBT adalah sebagai berikut:

Tahap pertama, suatu proses yang menunjukkan pada konseli bahwa dirinya tidak logis, membantu mereka memahami bagaimana dan mengapa menjadi demikian, dan menunjukkan gangguan yang irrasional dengan ketidakbahagiaan dan gangguan emosional yang dialami.

Tahap kedua, membantu konseli meyakini bahwa berpikir dapat ditantang dan diubah. Kesiapan klien untuk dieksplorasi secara logis terhadap gagasan yang dialami oleh konseli dan konselor mengarahkan pada konseli untuk melakukan disputing terhadap keyakinan konseli yang irrasional.

Tahap ketiga, membantu konseli lebih “mendebatkan” (disputing) gangguan yang tidak tepat atau irrasional yang dipertahankan selama ini menuju cara berpikir yang lebih rasional dengan cara reinduktrinasi yang rasional termasuk bersikap secara rasional.

### **3. Kontrol Diri**

#### **3.1 Pengertian Kontrol Diri**

Menurut Ghufron dan Risnawati (2011:25-26) Kontrol diri merupakan suatu aktifitas pengendalian tingkah laku, pengendalian tingkah laku mengandung makna melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Situasi disini menyangkut hal yang sangat luas peristiwa dan segala hal yang akan di timbulkan oleh peristiwa tersebut.

Menurut Calhoun dan Acocella (2010:21), Mendefenisikan bahwa kontrol diri sebagai pengaturan proses-proses fisik,psikologis,dan prilaku seseorang dengan kata lain serangkaian proses-proses fisik,psikologid,dan prilaku seseorang dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri.

Menurut Goldfried dan Merbaum (2010:22), Kontrol diri di artikan sebagai satu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk prilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif.

Menurut Golemen (2005:131), Kontrol diri adalah keterampilan untuk mengendalikan diri dari api-api emosi yang terlihat mencolok. Tanda-tandanya meliputi ketegangan saat menghadapi stress atau menghadapi seseorang yang bersikap bermusuhan tanpa membalas dengan sikap atau perilaku serupa.

Menurut Alwisol (2009:329) Kontrol diri merupakan tindakan diri dalam mengontrol variable-variabel luar yang menentukan tingkah laku. Dan tingkah laku dapat dikontrol melalui berbagai cara yaitu menghindar, penjenjutan, stimulasi yang tidak disukai, dan memperkuat diri.

Dari beberapa pendapat para ahli di atas, kontrol diri merupakan suatu usaha dalam mengendalikan perilaku dan merespon atau memutuskan suatu tindakan dengan mempertimbangkan segala dampak atau konsekuensi yang akan terjadi.

### **3.2 Perkembangan Kontrol diri**

Vasta (2016:30) mengungkapkan bahwa perilaku anak pertama kali di kendalikan oleh kekuatan eksternal. Secara perlahan-lahan kontrol eksternal tersebut di internalisasikan menjadi kontrol internal. Salah satu cara menginternalisasikan kontrol dengan melalui kondisioning klasikal. Orang tua mempunyai nilai yang tinggi karena bayi secara instingtif mengasosiasikan orang tuanya sebagai stimulus yang menyenangkan, seperti makanan, kehangatan, dan pengasuhan.

Kontrol diri akan muncul pada tahun ketiga ketika anak sudah mulai menolak segala sesuatu yang di lakukan untuknya dan menyatakan keinginannya untuk melakukan sendiri. Pada usia ini dilakukannya sendiri dengan meniru perintah yang sama untuk dirinya sendiri.

Setelah tiga tahun kontrol diri menjadi lebih terperinci dari pengalaman. Anak mengembangkan strategi untuk menekan godaan yang di alaminya setiap hari.

Mereka harus belajar menolak gangguan sewaktu melakukan pekerjaan dan menunda hadiah langsung yang menarik untuk memperoleh hadiah lebih besar atau lebih penting belakangan.

Kemampuan mengontrol diri berkembang seiring dengan bertambahnya usia. Salah satu tugas perkembangan yang harus dikuasai remaja adalah mempelajari apa yang di harapkan oleh kelompok darinya dan kemudian mau membentuk perilakunya agar sesuai dengan harapan social tanpa harus di bombing, diawasi, didorong dan di ancam seperti hukuman yang dialami ketika anak-anak.

### **3.3 Jenis dan Aspek Kontrol Diri**

#### **1. Kontrol Prilaku (*Behaviour control* )**

Kontrol prilaku merupakan kesiapan tersedianya suatu respons yang dapat secara langsung memengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol prilaku ini di perinci menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan dan kemampuan memodifikasi stimulus .

Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Apakah dirinya sendiri atau aturan prilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal.

Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan membatasi intensitasnya.

## 2. Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan.

Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi dan melakukan penilaian. Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memerhatikan segi-segi positif secara objektif.

## 3. Mengontrol Keputusan (*Decisional control*)

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada suatu yang di yakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu



kesempatan,kebebasan,atau kemungkinan pada diri individu unyuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

Menurut Bolock ada tiga jenis kualitas control diri, yaitu *over Control*, *under control*, dan *appropriate control*. *Over control* merupakan control diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap stimulus. *Under control* merupakan suatu kecendrungan individu untuk melepaskan impulsivitas dengan bebas tanpa perhitungan yang masak. Sementara *appropriate control* merupakan control individu dalam upaya mengendalikan implus secara tepat.

Berdasarkan uraian dan penjelasan di atas, maka untuk mengukur control diri biasanya digunakan aspek-aspek seperti di bawah ini.

1. Kemampuan mengontrol prilaku
2. Kemampuan mengontrol stimulus
3. Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian.
4. Kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian.
5. Kemampuan mengambil keputusan.

### **3.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri**

Sebagaimana Ghufon (2019:7) faktor psikologis lainnya, kontrol diri di pengaruhi oleh beberapa faktor. Secara garis besarnya faktor-faktor yang

memengaruhi control diri ini terdiri dari faktor internal (dari diri individu) dan faktor eksternal (lingkungan individu).

### **1. Faktor Internal**

Faktor internal yang ikut andil terhadap control diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu.

### **2. Faktor Eksternal**

Factor eksternal ini di antaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Hasil penelitian Nasichah (2002:5) menunjukkan bahwa persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orang tua yang semakin demokratis cenderung diikuti tingginya kemampuan mengontrol dirinya.

Oleh sebab itu, bila orangtua menerapkan sikap disiplin kepada anaknya secara intens sejak dini, dan orangtua tetap konsisten terhadap semua kosekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah di tetapkan, maka sikap kekonsistensian ini akan di internalisasi anak. Dikemudian akan menjadi control diri baginya.

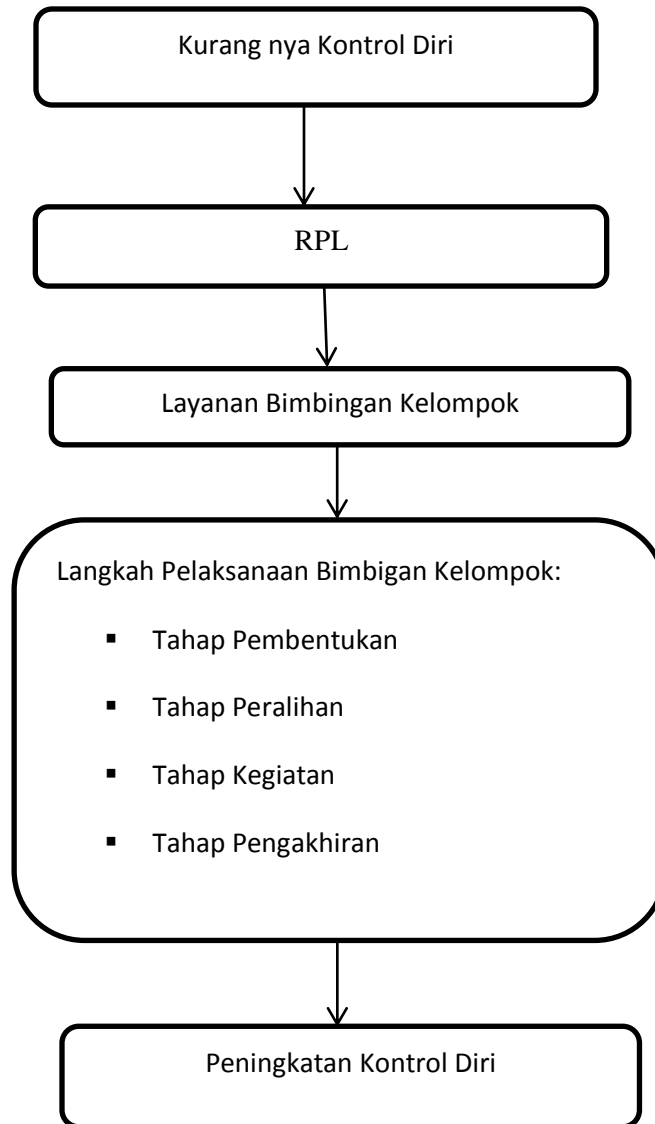
## B. Kerangka Konseptual

Kontrol diri didefinisikan sebagai cara individu dalam mengatur tingkah lakunya sendiri yang ia miliki. Individu mempunyai cara-cara tersendiri untuk mengatur dan mengarahkan tingkah lakunya sesuai dengan kehendak dan kemampuan yang di milikinya.

Kontrol diri juga menjadi suatu aktifitas pengendalian tingkah laku, pengendalian tingkah laku mengandung makna melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Situasi disini menyangkut hal yang sangat luas peristiwa dan segala hal yang akan di timbulkan oleh peristiwa tersebut.

Secara umum, ada dua factor yang menyebabkan masalah dalam kontrol diri factor pertama yaitu factor internal yang meliputi usia atau umur karna semakin bertambah nya umur maka semakin sulit untuk mengendalikan control diri sedangkan factor eksternal yaitu dari lingkungan keluarga.

Oleh karna itu ,peneliti memberikan layanan bimbingan kelompok melalui pendekatan *rational emotive behaviour therapy* kepada siswa, agar dapat berfikir secara rasional dan logis. Selain itu diharapkan lebih bisa mengontrol diri ke arah yang lebih positif dan baik. Berikut ini kerangka konseptual yang dapat digambarkan :



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Adapun jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif, yaitu suatu pendekatan yang juga disebut pendekatan investigasi karena peneliti mengumpulkan data dengan cara bertatap muka langsung dan berinteraksi dengan orang-orang yang menjadi subjek penelitian.

Penelitian kualitatif bersifat natural (*naturalistic research*) karena penelitian ini dilakukan di dalam kondisi yang alamiah (*natural setting*), dimana peneliti melakukan komunikasi langsung dengan subjek penelitian untuk memperoleh data apa adanya.

#### **B. Lokasi dan Waktu penelitian**

##### **a) Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian di lakukan di SMP Muhammadiyah 49 Medan yang berlokasi di Jln.Mesjid Taufik, Gg. Madrasah No.15, Tegal Rejo, Medan Perjuangan.

##### **b) Waktu Penelitian**

Adapun penulisan proposal penelitian ini di laksanakan pada bulan Februari s/d Juli T.A 2019/2020.

Table 3.1

## Rincian Waktu Pelaksanaan Penelitian

No	Kegiatan	Bulan/Minggu																											
		Januari				Februari				Maret				April				Mei				Juni				Juli			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Pengajuan Judul	■	■																										
2	Persetujuan Judul			■																									
3	Penulisan Proposal				■	■																							
4	Bimbingan Proposal					■	■																						
5	Persetujuan Proposal						■																						
6	Seminar Proposal							■																					
7	Perbaikan Proposal								■																				
8	Surat Izin Riset									■																			
9	Penelitian										■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
10	Pembuatan Skripsi																						■	■	■	■			
11	Bimbingan Skripsi																							■	■				
12	Pengesahan Skripsi																								■				
13	Sidang Meja Hijau																											■	

## C. Subjek dan Objek

## a) Subjek

Menurut Moleong (2010:132) "Informan yang artinya orang pada latar penelitian yang di manfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi latar penelitian".

Subjek dalam penelitian ini adalah Kepala Sekolah, Guru BK dan saya sendiri di SMP Muhammadiyah 49 Medan T.A 2019/2020 yang berjumlah 27 siswa dari 1 kelas.

### b) Objek

Menurut Sugiyono (2017:41) menjelaskan pengertian objek penelitian adalah “ Sasaran ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu tentang sesuatu hal objektif, valid dan reliable tentang suatu hal (variable tertentu).

Objek dalam penelitian ini adalah siswa yang hanya memiliki masalah terhadap Kontrol diri yaitu ada 6 siswa terdiri dari 3 laki laki dan 3 perempuan.

### Objek Penelitian

No	KELAS	JUMLAH SISWA	OBJEK PENELITIAN		JUMLAH OBJEK
			LAKI-LAKI	PEREMPUAN	
1	VII	31	3	3	6

### D. Defenisi Oprasional Variabel Penelitian

Penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu konseling variabel bebas dan variabel terikat. Adapun yang menjadi variabel bebas adalah layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* yang di

lambangkan dengan huruf X sedangkan yang menjadi variable terikat adalah Kontrol diri, yang di lambangkan dengan huruf Y.

#### 1. Variable Bebas

(X) : Layanan Bimbingan kelompok Dengan Menggunakan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT)

Bimbingan kelompok mengacu pada aktivitas-aktivitas kelompok yang berfokus pada penyediaan informasi atau pengalaman melalui aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisasi . bimbingan kelompok dalam penelitian ini mencakup indikator sebagai berikut :

1. pembentukan
2. peralihan
3. kegiatan
4. penyimpulan dan
5. pengakhiran.

Sedangkan pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) ialah pemecahan masalah yang menitik beratkan pada aspek berfikir, memihak, memutuskan, direktif tanpa lebih banyak berurusan dengan dimensi-dimensi pikiran dibandingkan dengan dimensi-dimensi perasaan.

#### 2. Variable terikat

(Y) Kontrol Diri



Kontrol diri di artikan sebagai satu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif.

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini digunakan alat atau disebut juga instrument penelitian. Alat yang digunakan adalah observasi, wawancara:

##### **a) Wawancara**

Wawancara merupakan pertemuan dua orang atau lebih untuk bertukar informasi dan ide melalui Tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu (Sugiyono, 2016: 317). Metode ini digunakan untuk memperoleh data-data yang di perlukan dalam penelitian ini. Data yang diperoleh dengan cara Tanya jawab langsung secara lisan dengan guru pembimbing (guru BK) dan siswa di SMP Muhammadiyah 49 Medan. Untuk mengetahui gambaran umum tentang bimbingan kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* dan kontrol diri serta hal-hal yang mendukung perolehan data.

**Table Wawancara Kepada Guru Bk**

NO	Pertanyaan
1.	Apakah dikelas VII layanan bimbingan kelompok bisa berjalan dengan baik bu?
2.	Bagaimana pendapat ibu tentang proses pemberian layanan bimbingan kelompok di kelas VII apakah efektif bu?
3.	Apa sajakah permasalahan yang sering terjadi di kelas VII bu?
4.	Apakah ada bu permasalahan yang menyangkut kontrol diri di kelas VII ?
5.	Adakah kendala ibu dalam mengatasi permasalahan yang ada?

**b) Observasi**

Adapun pengertian observasi Menurut Suharsimi (2017:199) merupakan pengamatan meliputi kegiatan pemuatan perhatian terhadap suatu objek dengan menggunakan seluruh alat indra, jadi mengobservasi dapat dilakukan melalui penglihatan, penciuman, pendengaran, perabaan, dan pengecap.

Metode observasi ini digunakan untuk mengumpulkan data terkait Kontrol diri siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020.

No	Aspek	Pernyataan
1	Kontrol Prilaku ( <i>Behaviour control</i> )	
2	Kontrol Kognitif ( <i>Cognitive Control</i> )	
3	Mengontrol Keputusan ( <i>Decesional control</i> )	

## **F. Teknik Analisis Data**

Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis data dengan model Miles dan Huberman serta menggunakan analisis deskriptif presentase.

### **A. Analisis Data Model Miles dan Huberman**

Menurut sugiyono (2010:338) tahap analisis data penelitian kualitatif dapat digunakan sebagai berikut:

#### **1. Pengumpulan Data**

Pengumpulan data ialah proses, cara, perbuatan mengumpulkan, atau menghimpun data dan alat yang di pakai untuk mengerjakan sesuatu dan alat bantu yang di pilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah.

#### **2. Reduksi Data**

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting dicari tema dan polanya serta membuang yang tidak perlu. Mereduksi data bertujuan karena banyaknya data yang diperoleh oleh peneliti selama dilapangan, untuk itu maka perlu dicatat secara teliti dan rinci, dan bagian yang tidak berhubungan dengan penelitian akan disisihkan. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya. Data yang direduksi oleh peneliti berupa data wawancara dan angket.

### 3. Penyajian Data

Data yang disajikan dapat berupa uraian singkat, bagan, hubungan antara kategori, flow chart dan sejenisnya. Adapun dalam penelitian ini data disajikan dalam bentuk teks deskriptif atau naratif yang berisikan data-data terkait masalah penelitian, untuk selanjutnya dianalisis demi kepentingan pengambilan kesimpulan. Data yang disajikan berhubungan dengan data hasil angket, dan hasil praktek konseling berupa Laiseg ( Penilaian Segera) yang dilakukan sebanyak tiga kali, dan Laijapen ( Penilaian jangka Pendek)

### 4. Penarikan Kesimpulan

Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Dalam hal ini, mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak.

Karena seperti telah dikemukakan bahwa masalah dan rumusan masalah dalam penelitian masih bersifat sementara dan akan berkembang setelah penelitian berada dilapangan.

## **BAB IV**

### **PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN**

#### **A. Deskripsi Lokasi Penelitian**

##### **1. Profil Sekolah**

Nama Sekolah	: SMP MUHAMMADIYAH 49
Akreditasi	: Akreditasi B
NPSN	: 10258436
NSS	: 2040776002367
Kode Pos	: 20237
Status	: Swasta
Jenjang	: SMP
Situs	: -
Lintang	: 3.6142000
Bujur	: 98.6856000
Ketinggian	: -
Waktu Belajar	: Pagi
Alamat Jalan	: Jl. Mesjid Taufik Gg. Madrasah No.15
Telepon/HP	: 061-77837178
Fax/Email	: smp_muhammadiyah49@yahoo.com
Desa/Kelurahan	: Tegal Rejo
Kecamatan	: Medan Perjuangan

Kabupaten/Kota : Kota Medan

Provinsi : Sumatera Utara

## **2. Visi dan Misi SMP Muhammadiyah 49 Medan**

### **a. Visi SMP Muhammadiyah 49 Medan**

Membentuk sumber daya manusia yang berwawasan iman dan taqwa serta ilmu pengetahuan dan teknologi, berkepribadian Islam yang berpedoman kepada Al- Qur'an dan Sunnah.

### **b. Misi SMP Muhammadiyah 49 Medan**

1. Menata pelaksanaan program pengajaran secara terpadu.
2. Meningkatkan kompetensi guru-guru sesuai dengan bidang studi yang di ajarkan.
3. Meningkatkan disiplin guru, tenaga administrasi dan siswa untuk peningkatan kualitas pendidikan.
4. Membina hubungan yang baik antara tenaga pendidik tenaga administrasi sehingga tercipta suasana aman dan tentram.
5. Menata suasana ruangan yang bersih, aman dan tentram.
6. Membina kegiatan pramuka dan olahraga sehingga sehat jasmani dan rohani.
7. Meningkatkan praktek ibadah dan memahami materi keislaman ( lewat pembelajaran keagamaan )
8. Peningkatan sarana fasilitas pendukung kegiatan proses belajar dan mengajar.

### 3. Tujuan Sekolah

Tujuan sekolah sebagai bagian dari tujuan pendidikan nasional adalah meningkatkan kecerdasan, pengetahuan, kepribadian, akhlak mulia, serta keterampilan untuk hidup mandiri dan mengikuti pendidikan lebih lanjut

### 4. Keadaan Siswa SMP Muhammadiyah 49 Medan

Siswa adalah mereka yang khusus diserahkan oleh kedua orang tuanya untuk mengikuti pembelajaran yang diselenggarakan di sekolah dengan tujuan untuk menjadi manusia yang berilmu pengetahuan, berketerampilan, berpengalaman, berkepribadian, berakhlak mulia dan mandiri. Siswa yang ada di SMP Muhammadiyah 49 Medan untuk saat ini hanya ada beberapa siswa saja yang memiliki masalah dalam mengontrol dirinya.

#### Keadaan Siswa SMP Muhammadiyah 49 Medan

No	Siswa	Jumlah
1	Laki- Laki	10
2	Perempuan	21
Jumlah		31



Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020 Sebanyak 27 siswa.

### **5. Keadaan Sarana dan Prasarana Sekolah SMP Muhammadiyah 49 Medan.**

Untuk melaksanakan KBM dan pengelola sekolah lainnya, insfrastuktur sekolah yaitu berupa ruangan juga memiliki peranan penting yang dapat digunakan sesuai dengan fungsinya masing-masing, di antaranya adalah:

#### **Sarana dan Prasarana**

No	Jenis sarana dan Prasarana	Jumlah	Keterangan
1	Ruangan kepala sekolah	1	Permanen
2	Ruangan Guru	1	Permanen
3	Ruang Bimbingan Konseling	1	Permanen
4	Ruang belajar Siswa	3	Permanen
5	Ruang Administrasi	1	Permanen
6	Toilet	2	Permanen

Untuk pengaturan waktu proses KBM, pihak sekolah menggunakan bel yang ada di ruang guru. Pada pergantian waktu antara mata pelajaran yang satu dengan yang lainnya dilakukan setiap 45 menit sekali . dan Guru mempunyai tugas untuk

menggantikan jam pelajaran atau membunyikan bel sekolah sebagai pergantian jam pelajaran.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan sarana dan prasarana yang dimiliki sekolah SMP Muhammadiyah 49 Medan telah sesuai dengan kebutuhan belajar mengajar. Keberadaan fasilitas tersebut diharapkan mampu mendukung proses belajar mengajar yang ada disekolah, sehingga mampu mewujudkan tujuan pendidikan yang berkualitas disekolah secara efektif dan efisien.

#### **6. Keadaan Guru Pembimbing atau Konselor di SMP Muhammadiyah 49 Medan**

Guru bimbingan dan konseling adalah guru yang memberikan bantuan terhadap peserta didik agar bisa menerima dan memahami diri dan lingkungan sekitarnya untuk mengarahkan diri secara positif terhadap tuntutan norma-norma kehidupan.

No	Nama Guru	Pendidikan	Siswa asuh Kelas	Jumlah
1	Dra. Asliah Siregar	S1 Kurikulum Pendidikan	Kelas VII	31
		Sertifikasi Bimbingan dan konseling	Kelas VIII	18
			Kelas IX	27

#### **7. Sarana dan Prasarana Bimbingan dan Konseling di SMP Muhammadiyah 49 Medan.**

Untuk mewujudkan siswa yang berkualitas dan memiliki perilaku baik dibutuhkan sarana dan prasarana untuk bimbingan dan konseling, contohnya ruang bilik yang harus nyaman dan lebar agar saat melakukan layanan bimbingan dan konseling tidak memiliki hambatan.

Sarana dan prasarana yang dimiliki guru bimbingan dan konseling di SMP Muhammadiyah 49 Medan adalah ruang yang berjumlah (1 Ruang), meja guru bimbingan dan konseling (1 Meja).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan sarana dan prasarana yang dimiliki sekolah SMP Muhammadiyah 49 Medan sudah mulai melengkapi dan cukup sesuai dengan kebutuhan guru bimbingan dan konseling serta sesuai dengan ketentuan atau kriteria bimbingan dan konseling.

## **B. Deskripsi Hasil Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SMP Muhammadiyah 49 Medan yang bertujuan Meningkatkan Kontrol Diri pada siswa dengan menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therap* (REBT) melalui Layanan Bimbingan Kelompok. Deskripsi yang berkenaan dengan hasil penelitian, berdasarkan jawaban dari pertanyaan penelitian melalui wawancara terhadap sumber data pengamatan langsung dilapangan (Observasi). Diantaranya pertanyaan didalam penelitian adalah sebagai berikut: (1) Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok di SMP Muhammadiyah 49

Medan , (2) Kemampuan meningkatkan Kontrol diri siswa dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT)

**1. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* ( REBT) di SMP Muhammadiyah 49 Medan.**

Bimbingan dan konseling sangat dibutuhkan untuk memberikan bantuan kepada siswa/i agar mereka bisa mengembangkan dan mengontrol diri mereka secara optimal, serta memberikan arahan agar mereka mampu menentukan rencana masa depan yang lebih baik lagi. Berikut ini akan dijelaskan pelaksanaan bimbingan dan konseling di SMP Muhammadiyah 49 Medan.

Kemudian peneliti melanjutkan wawancara kepada ibu Asliah S.Pd salah satu selaku guru BK di sekolah SMP Muhammadiyah 49 Medan pada tanggal 18 Maret 2020. Peneliti menanyakan adakah siswa yang susah mengontrol diri pada saat dengan teman-temannya atau saat belajar serta tindakannya yang dilakukan kepada ibu. kemudian ibu Asliah mengatakan: *“Ada beberapa siswa susah dalam mengontrol dirinya diakibatkan masih adanya kebiasaan-kebiasaan dari rumah yang mereka terapkan di sekolah. Maka tindakan yang saya lakukan adalah memberikan layanan bimbingan kelompok untuk mengontrol diri siswa kepada siswa/i yang belum cukup optimal”*. Kemudian peneliti menanyakan bagaimana pelaksanaan bimbingan

dan konseling disekolah SMP Muhammadiyah 49 Medan, ibu Asliah mengatakan: *“bimbingan dan konseling di sekolah ini masih belum optimal, karna di jadwal juga tidak adanya guru BK masuk kelas”*

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bahwa semua layanan bimbingan dan konseling di sekolah SMP Muhammadiyah 49 Medan, belum sepenuhnya optimal, sebab jadwal guru BK belum ada, dan guru BK hanya memberikan nasehat-nasehat saja kepada siswa/i.

## **2. Kemampuan meningkatkan kontrol diri siswa SMP Muhammadiyah 49 Medan.**

Kontrol diri adalah keterampilan untuk mengendalikan diri dari api-api emosi yang terlihat mencolok. Tanda-tandanya meliputi ketegangan saat menghadapi stress atau menghadapi seseorang yang bersikap bermusuhan tanpa membalas dengan sikap atau perilaku serupa.

Ada beberapa kemungkinan yang mungkin terjadi sehingga dugaan peneliti dan hasil penelitian tidak sesuai. Boleh jadi peneliti terlalu berfikir negative terhadap kontrol diri siswa. boleh jadi kontrol diri siswa sudah termasuk baik seperti yang terungkap dalam hasil penelitian.

Ada beberapa siswa yang kontrol dirinya kurang baik : hal ini bisa disebabkan oleh kondisi pribadi siswa yang memang memiliki emosi yang tinggi terhadap teman-temannya. Boleh jadi siswa mengalami kesulitan dalam mengontrol diri disebabkan oleh kondisi lingkungan sekolah yang kurang

nyaman bagi siswa. Akibatnya, siswa terhambat dalam kegiatan belajar mengajar, tidak memiliki teman disekolah, dan merasa tidak nyaman berada di sekolah. Untuk membantu siswa meningkatkan kontrol dirinya, peneliti memberikan usulan layanan bimbingan kelompok terhadap siswa yang diharapkan dapat meningkatkan kontrol diri siswa.

**a. Hasil Wawancara Dengan Siswa**

❖ **FN**

Berdasarkan wawancara kepada siswa FN mengatakan bahwa “*Saya memang tidak bisa mengontrol emosi saya di kelas bu, sebab mereka selalu mengejek – ngejekin saya ketika saya sedang maju di depan kelas bu, sebab itu saya sering emosi bu*”. FN mengaku bahwa dirinya selalu menjadi bahan ejekan teman – temannya terutama teman laki – lakinya.

❖ **AA**

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti kepada AA mengatakan bahwa “*saya kadang suka mengganggu teman – teman saya bu, apa lagi kalau saya duluan yang diganggu maka saya akan membalasnya kembali. Hal itu saya lakukan hanya sekedar bercanda saja bu*”. AA mengaku bahwa dirinya memang suka mengganggu teman – temannya dan ketika temannya tersebut mengganggu dirinya, maka AS juga membalas perbuatan temannya kepada dirinya, sehingga

kadang – kadang menimbulkan emosi yang kurang terkendali dan akan menimbulkan pertengkaran.

#### ❖ LKN

Berdasarkan wawancara dengan LKN mengatakan “*kadang saya mudah sekali terpancing emosinya, karna teman – teman saya suka mukulin kepala saya bu, karna udah capek menghadpi teman – teman yang suka mukulin kepala saya, saya biasanya membales bu, hal itulah buk yang buat saya tidak dapat mengontrol diri saya*”. LKN mengaku mudah terpancing emosinya ketika teman – temannya memukul kepalanya, bahkan LKN membalas perbuatan yang sama kepada temannya seperti memukul kepalanya.

#### ❖ GA

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan GA mengatakan bahwa “*saya pernah mengajak teman – teman untuk cabut dari sekolah, hal itu saya lakukan karna saya mulai bosan dengan mata pelajarannya, dan bahkan saya juga mudah emosi ketika teman saya mengganggu saya tidur*”. GA mengaku bahwa dirinya juga mudah emosi dan bahkan dirinya suka memaksakan keinginannya walaupun itu melanggar peraturan seperti mengajak temannya untuk bolos sekolah.

### ❖ RN

RN mengatakan bahwa dirinya “*saya marah – marah kepada teman saya, pada saat itu teman saya mengganggu saya ketika saya sedang bermain tik tok tiba – tiba HP saya di ambil teman saya. Bahkan saya sedikit tidak peduli dengan lingkungan saya bu, karna mereka sangat tidak kondusif*”. RN mengaku bahwa dirinya mudah sekali untuk marah – marah bahkan dirinya tidak dapat memahami situasi antaranya dilingkungan sekolah dengan lingkungan rumahnya bahkan dirinya selalu bermain tik tok di kelas.

### ❖ AS

AS mengatakan bahwa “*saya selalu mencoba untuk tidak emosi bu saat temen saya tiba tiba mukul dari belakang padahal dia mau beritahu saya informasi tapi saya udah emosi duluan bu*”. AS mengaku bahwa dirinya kurang bisa mengontrol emosinya terhadap teman-teman di kelasnya maka dari itu dia duduk agak berjauhan dengan temannya.

Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti di atas, sebelum dilakukannya layanan bimbingan kelompok untuk mengontrol diri dalam berinteraksi dapat dilihat dengan jelas bahwa siswa/i yang di wawancarai masih belum memahami dan mengerti bahayanya jika diri seseorang tidak dapat mengontrol dirinya pada saat berinteraksi sehingga menimbulkan keresahan bagi individu lainnya dan bahkan dapat merugikan dirinya sendiri. untuk itu peneliti



mengadakan layanan bimbingan kelompok, agar siswa dapat memahami serta mengerti mengenai kontrol diri dalam berinteraksi.

Dari pernyataan-pernyataan diatas bahwa benar mereka mengalami masalah kurangnya kontrol diri disekolah. Hal ini diketahui berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti dan diperkuat dengan hasil wawancara kepada guru BK. Masing-masing guru menyatakan bahwa siswa kurang dalam meningkatkan kontrol diri dalam dirinya.

### **3. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan.**

Layanan bimbingan kelompok sangat diperlukan bagi siswa yang tidak dapat berinteraksi dengan baik sehingga akan timbulnya masalah – masalah baru yang berkaitan dengan masalah pribadi dan sosialnya, seperti tidak terkendalinya seseorang dalam berinteraksi. Sehingga memicu seseorang untuk bergaul dengan lingkungan yang tidak sesuai dengan kebutuhannya sendiri.

Dengan adanya kegiatan layanan bimbingan kelompok akan membantu siswa dalam menyelesaikan masalah – masalah dalam berinteraksi, sebab kegiatan layanan bimbingan kelompok dilakukan secara berkelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mengembangkan potensi diri seseorang baik itu bakat, minat, dan kemampuan lainnya serta dengan adanya kegiatan ini kelompok akan mendapatkan informasi baru dari topik yang akan dibahas.

Untuk meningkatkan kontrol diri siswa, peneliti melakukan 2 (dua) kali pertemuan. Layanan ini berikan kepada siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan yang menjadi objek dalam peneliti ini. Objek merupakan siswa yang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kontrol diri dalam interaksi sosial yang berjumlah 6 orang. Kemudian peneliti melakukan kegiatan bimbingan kelompok pada tanggal 18 Maret 2020 di perpustakaan ini adalah pertemuan yang ke 1 ( satu ) yang terdiri dari 4 tahap, yaitu pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran.

Langkah – langkah dari bimbingan kelompok yang dilakukan adalah sebagai berikut:

#### **a. Tahap Pembentukan**

Tahap pembentukan adalah tahap dimana peneliti mengucapkan salam dan mengajak siswa/i berdoa, kemudian mengucapkan terimakasih kepada siswa/i atas kehadirannya untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok, selanjutnya pemimpin kelompok mengecek kehadiran siswa/i, lalu anggota kelompok memperkenalkan diri, cita – cita serta hobi mereka, setelah itu pemimpin kelompok menjelaskan pengertian bimbingan kelompok, asas bimbingan kelompok yang terdiri dari 4 asas diantaranya kerahasiaan, kenormatifan, keterbukaan, dan kesukarelaan, kemudian menjelaskan tujuan bimbingan kelompok kepada siswa/i. setelah selesai menjelaskan tentang

bimbingan kelompok pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk belajar sambil bermain agar meningkatkan kekompakan serta dinamika kelompok.

Pemimpin : Assalamualaikum...

Anggota : Walaikumsalam bu...

Pemimpin : Untuk memulai kegiatan di siang hari ini mari kita berdoa menurut kepercayaan kita masing – masing, berdoa dimulai, doa selesai.

Pemimpin : Sebelumnya ibu mengucapkan terimakasih kepada siswa kelas VII yang berkenan hadir untuk mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok.

Pemimpin : Sebelum lanjut, ibu mau mengecek kehadiran anak – anak ibu dulu ya, baik semua sudah lengkap.

Pemimpin : Sebelunya sudah ada yang kenal sama ibu ?

Anggota : Belum ada buk.

Pemimpin : Baiklah ibu akan memperkenalkan diri, nama ibu Fadillah Khairun Nisa, biasa ibu dipanggil ibu ica.

Anggota : Hay ibu Ica..

- Pemimpin : Ibu mau perkenalkan diri kalian, walaupun anak – anak ibu sudah saling kenal, tapi ibukan belum kenal kalian semua. Sebutkan nama, cita – cita, dan hobby dimulai dari sebelah kanan ibu dulu ya.
- Anggota 1 : Nama saya fani, cita – cita saya polwan, dan hobby saya berenang.
- Anggota 2 : Nama saya Ayu, cita – cita saya guru, dan hobby saya memasak.
- Anggota 3 : Nama saya Lisa, cita – cita saya kerja di kantor, dan hobby saya membaca.
- Anggota 4 : Nama saya Gilang, cita – cita saya TNI, hobby saya bermain sepak bola.
- Anggota 5 : Nama saya Rendy, cita – cita saya polisi militer, dan hobby saya bermain sepak bola.
- Anggota 6 : Nama saya Anggi, cita – cita saya dokter, dan hobby saya bermain sepak bola.
- Pemimpin : Oke ibu sudah mengetahui nama – nama kalian semua sehingga saya dapat lebih mudah untuk mengenal anda semua. Selanjutnya ibu akan menjelaskan kegiatan hari ini. Pasti anda semua bertanya – tanyak kenapa kita ada di masjid.
- Anggota : Iya bu (salah satu anggota kelompok menjawab).

Pemimpin : Disini sudah ada yang pernah melakukan kegiatan layanan bimbingan kelompok ? dan ada yang bisa jelaskan apa itu bimbingan kelompok ?

Aanggota : Belum ada yang pernah bu, dan gak tau ada itu layanan bimbingan kelompok bu.

Pemimpin : Baiklah untuk mempersingkat waktu ibu beritahu kepada anda bahwa kegiatan kita hari ini adalah ibu akan memberikan layanan bimbingan kelompok kepada anda. Yang mana bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh pemimpin kelompok dengan sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk memberikan informasi kepada anggota kelompok. Dan bimbingan kelompok memiliki 4 asas yang menjadi pedoman diantaranya asas kerahariaan, asas keterbukaan, asas kenormatifan, asas kesukarelaan. Dan tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan informasi dan membantu para anggota kelompok untuk menyelesaikan masalah – masalah yang dialami salah satu anggota kelompok. Sudah paham semua ?

Aanggota : Sudah paham bu.

Pemimpin : Dan ibu harap kegiatan hari ini bisa kondusif dan anda semua harus aktif dalam memberikan tanggapannya ya.

### **b. Tahap Peralihan**

Ditahap kedua atau tahap peralihan ini pemimpin menjelaskan kembali sedikit mengenai bimbingan kelompok, serta pemimpin kelompok memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk bertanya mengenai bimbingan kelompok, kemudian pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk menciptakan suasana akrab serta menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan ketahap yang selanjutnya.

Pemimpin : Agar lebih jelas lagi, ibu akan menjelaskan kembali apa itu layanan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok adalah salah satu layanan yang ada di bimbingan dan konseling yang dilakukan oleh pemimpin kelompok dengan anggota kelompok untuk memahami suatu informasi yang berkaitan dengan masalah anda dengan memanfaatkan dinamika kelompok sehingga penyelesaiannya dapat dibantu oleh anggota kelompok lainnya.

Anggota : Sudah paham bu.

Pemimpin : Ada lagi yang ingin ditanyakan ? sebelum kita memasuki kegiatan selanjutnya.

Anggota : Tidak ada lagi bu.

Pemimpin : Baiklah, apakah kalian sudah siap untuk melakukan ketahap selanjutnya ?

Anggota : Kami sudah siap bu

### c. Tahap Kegiatan

Tahap yang ketiga ini adalah tahap inti atau tahap kegiatan bahwa pemimpin kelompok menjelaskan kembali mengenai bimbingan kelompok yang terbagai menjadi dua yaitu topik bebas dan topik tugas. Karena pemimpin kelompok memilih topik tugas maka topik permasalahannya adalah “Kontrol Diri” yang akan dibahas yaitu pengertian Kontrol diri, factor-faktor kurangnya kontrol diri. Pertama pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok mengenai Kontrol diri. Anggota kelompok memberikan tanggapannya dan masukan – masukan kepada anggota kelompok lainnya.

Pemimpin : Siapa yang tau apa itu kontrol diri ?

Anggota FN : Saya bu, menurut saya emosi yang berlebihan

Pemimpin : Iya bagus

Anggota AA : Menurut saya sukak marah marah bu

Pemimpin : Iya bagus Ayu, selain itu ada lagi ?

Anggota LKN : Menurut saya, sukak marah marah gak jelas

Pemimpin : Iya bagus

Anggota GA : mudah marah bu

Pemimpin : Iya bagus anak – anak ibu

Anggota RN : Tidak bisa menahan emosi bu

Pemimpin : Iya bisa jadi

Anggota AS : Enggak tau saya bu

Pemimpin : iya bagus – bagus anak ibu menjawabnya. Tapi ibu akan lebih memperjelas kembali mengenai pengertian Kontrol diri. Jadi Kontrol diri adalah keterampilan untuk mengendalikan diri dari api-api emosi yang terlihat mencolok. Tanda-tandanya meliputi ketegangan saat menghadapi stress atau menghadapi seseorang yang bersikap bermusuhan tanpa membalas dengan sikap atau perilaku serupa.

Aanggota FN : Contohnya bu ketika ada teman yang mengganggu saya, maka saya akan membalassnya karena kalau saya tidak bales perbuatannya maka dia akan seperti itu terus.

Pemimpin : Iya bagus kamu, ada lagi contoh yang lain ?

Aanggota AA : Enggak ngerti saya bu

Anggota GA : Kalau temen ada yang ngajak berkelahi saya mencoba untuk menolaknya, sehingga tidak mudah terpancing emosinya bu.

Anggota LKN : Saya enggak tau bu contohnya.



Anggota RN : Sama bu saya juga gak tau.

Anggota AS : Kalau menurut saya bu contoh seseorang yang mampu mengendalikan diri itu seperti mencari teman yang memiliki pengaruh baik untuk dirinya bu.

Pemimpin : Oke baik, jawaban kalian sudah sangat bagus, baik ibu akan menjelaskan sedikit contoh kurang bisa mengontrol diri yaitu dengan tindakan – tindakan yang negative tidak bisa menahan amarah terhadap teman yang suka mengganggu kita, sama halnya apa yang dikatakan teman kalian tadi kita tidak bisa menahan diri.

Pemimpin kelompok melihat anggota kelompok mulai bosan, maka pemimpin kelompok memberikan waktu luang kepada para anggota kelompok untuk rileks sejenak. Setelah selesai untuk merilekskan diri. Pemimpin kelompok langsung melanjutkan kegiatan.

Pemimpin : Apa faktor-faktor yang menyebabkan control diri tidak bisa di kendalikan, siapa yang bisa jawab?

Anggota FN : Kalau menurut saya karna teman dikelas juga banyak yang jail bu.

Pemimpin : Iya bagus jawaban kamu

Anggota AA : yah itu bu saya juga sama jawabannya.

Pemimpin : Iya, ada lagi anak – anak

Anggota LKN: mudah terpancing amarah ketika teman – teman jahil kepada saya.

Anggota DS : Samalah bu jawabannya saya

Anggota LP : Sama jugalah bu

Anggota NA : Saya enggak ngerti faktor apa bu.

Pemimpin : Baiklah jawaban anak – anak ibu semua bagus, dari jawaban – jawaban kalianlah semua itu bisa kalian lakukan tanpa melakukan tindakan – tindakan yang akan merugikan kalian sendiri. ibu ingin anda semua memiliki komitmen agar lebih rajin belajar serta mencoba untuk mengendalikan diri pada saat dengan teman – teman di kelas.

Berdasarkan kegiatan yang dilakukan oleh pemimpin kelompok dengan anggota kelompok maka diatas adalah beberapa pendapat yang bermunculan ketika kegiatan ini berlangsung setelah mereka melakukan kegiatan bimbingan kelompok sehingga lebih memahami secara luas tentang ada yang dimaksud dengan kontrol diri dalam berinteraksi, masalah yang sering muncul disekitaran mereka adalah bahanyanya jika seseorang tidak mampu mengontrol dirinya baik secara verbal maupun fisik serta anggota kelompok saling bertanya dan membahas secara bersama – sama.

#### **d. Tahap Pengakhiran**

Tahap ini adalah tahap pengakhiran atau tahap penutupan didalam layanan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok menanyakan kembali mengenai kontrol diri atau pengendalian dalam interaksi sosial. Kemudian pemimpin kelompok menanyakan hal – hal apa saja yang masih menjangkal seputar pengendalian diri yang akan dibahas dipertemuan selanjutnya. Kemudian pemimpin kelompok memberikan keyakinan kepada anggota kelompok untuk menerapkan hal – hal yang telah dihabas. Selanjutnya pemimpin kelompok menanyakan rencana kedepannya serta anggota kelompok mengemukakan pesan dan kesannya setelah mengikuti kegiatan serta menanyakan waktu untuk melakukan kegiatan selanjutnya.

Pemimpin : Seblum berakhirnya kegiatan kita hari ini, ibu mau tanyak kembali mengenai apa itu kontrol diri ?

Anggota FN : kontrol diri dalam interaksi itu kemampuan seseorang untuk melakukan tindakan – tindakan yang tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain. Contohnya tidak mengganggu teman yang sedang belajar bu.

Pemimpin : Bagus, berarti semuanya sudah paham tentang kontrol diri dalam berinteraksikan anak – anak? Masih ada lagi yang ingin ditanyakan anak – anak ?

- Anggota : Tidak ada lagi bu (seluruh anggota menjawab).
- Pemimpin : Baiklah kalau sudah tidak ada lagi, di lain waktu kita akan membahas kembali ya anak – anak. Ibu yakin anak – anak ibu pasti bisa untuk menerapkannya agar anak – anak ibu dapat berinteraksi dengan baik. Ibu mau Tanya apa rencana anak – anak ibu setelah mengikuti kegiatan ini
- Anggota : Iya bu. Kami akan lebih menghargai pendapat teman – teman kami dan tidak mengganggu teman yang sedang belajar. ( salah satu anggota kelompok menjawab).
- Pemimpin : Apa pesan dan kesan serta harapan anak – anak ibu selama kegiatan berlangsung?
- Anggota FN : Pesan saya agar tidak mengganggu teman dan mengejek teman yang berlebihan. Kesannya senang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.
- Anggota AA : Pesan saya harus bisa menahan emosi mulai saat ini, kesannya senang bisa ikut kegiatan ini bu
- Anggota LKN : Pesannya agar lebih memilih – milih teman yang baik untuk diri kita sendiri. kesannya bahagia.

Anggota RN : Pesannya saya jangan suka melawan guru ketika diberi nasihat.  
Kesannya tidak mudah marah.

Anggota AS : Pesannya saya jangan suka meganggu saya lagi. Kesannya bahagia.

Anggota GA : Pesannya saya jangan suka tidur dikelas. Kesannya bahagia ketika mengikuti kegiatan.

Pemimpin : Alhamdulillah sudah kita bahasa semua materi dengan tuntas dan baik. Ibu juga akan memberikan kesan dan pesan kepada kalian semua. Kesan ibu yaitu ibu senang kenal dengan kalian semua, serta ibu juga bersyukur bahwa kalian sangat antusias dalam memberikan tanggapannya sehingga kita semua disini mendapatkan ilmu baru. Pesan ibu adalah jadilah pribadi yang dapat disenangi banyak orang, serta pahami setiap karakteristik setiap manusia karna manusia itu memiliki karakter yang sangat unik, kemudian kurangi sifat – sifat yang jelek pada diri kalian. Cobalah menjadi teman yang memberikan pengaruh baik kepada teman – teman lainnya.

Anggota : hari senin depan bu (salah satu anggota kelompok menjawab).

Pemimpin : Oke hari senin, baiklah kegiatan hari kita akhirin. Assalamualaikum..

Anggota : Walaikumsalam

### e. Evaluasi

Evaluasi adalah penilai yang dilakukan oleh peneliti untuk melihat siswa/i pada saat anggota kelompok mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Diantaranya sebagai berikut:

#### Lembar Observasi Proses Layanan Bimbingan Kelompok

No	Indikator Observasi	Hasil		Keterangan
		Ya	Tidak	
1.	Mengungkapkan masalah		√	Ada beberapa anggota kelompok yang masih malu – malu dalam mengungkapkan masalah – masalahnya
2.	Saling memberikan tanggapan dalam melakukan layanan bimbingan kelompok	√		Ada beberapa anggota kelompok yang memebrikan tanggapannya pada saat kegiatan berlangsung
3.	Saling perhatian sesama anggota kelompok		√	Masih ada beberapa anggota kelompok yang belum memiliki rasa

				perhatian kepada anggota kelompok
4.	Komunikatif, aktif, berdinamika		√	Dinamika kelompok belum sepenuhnya berjalan dengan baik.
5.	Saling menghargai		√	Masih ada beberapa anggota kelompok yang belum bisa menghargai pendapat anggota kelompok lainnya.
6.	Memberi tanggapan dengan kata – kata yang baik		√	Masih ada beberapa anggota yang belum memberikan tanggapan yang kurang baik.
7.	Kerjasama anggota kelompok serta kompak		√	Masih sedikit kekompakan anggota kelompok untuk melaksanakan kegiatan.
8.	Memberikan solusi		√	Beberapa anggota kelompok saja yang memberikan solusi kepada anggota kelompok lainnya.

9.	Sikap dalam saling percaya sesama anggota kelompok		√	Beberapa anggota kelompok yang belum saling percaya kepada anggota kelompok lainnya.
----	--	--	---	--

Berdasarkan table diatas dapat dijelaskan sebagai berikut :

1. Diawal pertemuan dalam kegiatan bimbingan kelompok masih ada beberapa siswa yang tidak mau mengungkapkan pendapatnya serta masih perlu diarahkan kembali oleh pemimpin kelompok.
2. Dalam kegiatan bimbingan kelompok masih ada beberapa siswa yang tanpak main – main dalam melakukan bimbingan kelompok.
3. Dalam kegiatan ada beberapa yang serius dalam mengikuti bimbingan kelompok sehingga siswa tersebut mampu mengemukakan pendapatnya.
4. Dalam kegiatan tersebut masih ada juga siswa yang diam saja.
5. Selama kegiatan bimbingan kelompok dilakukan masih ada beberapa siswa yang fokus.
6. Belum berjalannya dinamika kelompok dengan baik.
7. Selama dilakukannya bimbingan kelompok ada beberapa siswa yang sudah memahami tentang kontrol diri dalam berinteraksi.



Hasil dari kegiatan yang dilakukan oleh peneliti kepada para anggota kelompok selama penelitian dengan menggunakan catatan lapangan tergantung perilaku para anggota kelompok masih kurang mengontrol diri dalam berinteraksi.

Pada tanggal 20 Maret 2020 di perpustakaan , ini adalah pertemuan yang ke 2 (dua) sebab pada saat layanan pertama masih belum ada perubahan pada siswa/i kelas VII maka saya melakukan layanan yang kedua yang terdiri dari 4 tahap, yaitu pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran.

Langkah – langkah dari bimbingan kelompok yang dilakukan adalah sebagai berikut:

#### **a. Tahap Pembentukan**

Ditahap pembentukan untuk pertemuan kedua ini peneliti mengucapkan salam dan mengajak anggota kelompok berdoa kemudian peneliti mengecek kehadiran anggota kelompok dan peneliti mengucapkan terimakasih kepada anggota kelompok yang telah hadir kembali untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok, serta menyapa kabar anggota kelompok.

Pemimpin : Assalamualaikum anak – anak...

Anggota : Walaikumsalam bu (Semua anggota kelompok menjawab).

Pemimpin : Baiklah anak – anak ibu semuanya hadirkan ?

Anggota : Hadir bu ( Semua anggota menjawab).

Pemimpin : Wah Alhamdulillah semua hadir, terimakasih anak – anak ibu semua sudah mau mengikuti kegiatan hari ini. bagaimana kabar anak – anak ibu? Sehatkan ?

Anggota : Iya ibu sama – sama, Alhamdulillah kami semua sehat bu, ibu sendiri gimna kabarnya? (Semua anggota kelompok menjawab).

Pemimpin : Syukur Alhamdulillah semua anak – anak ibu sehat, ibu juga Alhamdulillah sehat juga.

#### **b. Tahap Peralihan**

Tahap peralihan adalah tahap dimana peneliti menanyakan kembali mengenai bimbingan kelompok serta memberikan kesempatan anggota kelompok untuk menanyakan kembali mengenai materi yang sudah dibahas. kemudian pemimpin kelompok menanyakan kembali tentang kesiapan anggota kelompok untuk memasuki ketahap selanjutnya.

Pemimpin : Baiklah kita memasuki kegiatan yang kedua, ada yang mau ditanyakan mengenai materi yang kemarin ?

Anggota : Sudah tidak ada lagi bu (Semua anggota menjawab).

Pemimpin : Baiklah anak – anak ibu apakah kalian sudah siap untuk memasuki ketahap selanjutnya yaitu tahap kegiatan ?

Aanggota : Kami siap bu (Semua anggota kelompok menjawab).

### **c. Tahap Kegiatan**

Tahap kegiatan di pertemuan kedua peneliti menanyakan masalah – masalah yang dialami anggota dalam mengaplikasikan pengendalian diri dalam berinteraksi. kemudian masing – masing anggota kelompok mencari solusi untuk memecahkan suatu masalah, dan anggota kelompok diharuskan untuk mengungkapkan masalah – masalah yang saat ini sedang dialaminya.

Pemimpin : Anak – anak masih ada yang kesulitan dalam menerapkan kontrol diri dalam berinteraksi ?

Anggota FN : Saya bu, saya masih mau terpengaruh dengan teman – teman saya bu, kadang saya suka lupa.

Pemimpin : Ada yang mau bantu memberikan masukan kepada anggota FN?

Anggota AA : Saya bu, kepada anggota FN kamu harus menjauhi teman yang mempunyai pengaruh buruk.

Anggota LKN : Jangan seperti itu, kalau kamu menjauhinya itu artinya kamu bukan sahabatnya dong, kamu harus menolak ajakkan temanmu yang ingin melakukan kejahatan,

Pemimpin : Ada lagi yang mau menanggapi ?

Anggota LP : Saya bu, iya kamu harus bisa menahan diri untuk tidak mudah terpengaruh oleh teman kamu dengan cara menolaknya secara baik, maka teman yang memberikan pengaruh buruk terhadap kamu maka perlahan – lahan dirinya akan memahaminya.

Pemimpin : Bagaiman mana anggota FN bisa diterima tanggapan anggota LKN ?

Anggota FN : Iya bu saya terima tanggapan anggota LKN, saya akan mencobanya bu.

Pemimpin : Syukurlah kalau kamu sudah memahaminya. baik ada lagi yang memiliki masalah yang berkaitan dengan materi kita waktu minggu kemaren ?

Pemimpin : Wah, baik banget ya anggota DAL, bagaimana anggota LP kamu maukan berteman dengan anggota DAL ?

Anggota LP : Iya saya mau bu.. terimakasih ya kamu mau berteman dengan saya.

Anggota DAL: Iya sama – sama anggota LP.

Pemimpin : Syukurlah alhammdulillah, ada yang lain lagi untuk memberikan tanggapan?

Anggota : Tidak ada lagi lagi bu (Semua anggota kelompok menjawab).

Pemimpin : Baiklah kita lanjut lagi untuk membahas permasalahan yang lain. ada lagi yang masih menjanggal ?

Anggota LKN : Saya bu, saya kalau bermain tik tok selalu digangguin sama temen – temen cowoknya bu.

Pemimpin : Ada yang ingin menanggapi nya ?

Anggota GA : Saya bu , menanggapi nya, kamu sih lucu masak di kelas main kayak gitu ya kami gangguinlah.

Anggota RN : Jangganlah kamu bermain kayak gitu di kelas atau di sekolah, itulah salah tempat. kalau mau main tik tok itu dirumah,

Pemimpin : Betul itu apa kata teman – teman kamu, bahwa kamu salah, sebaiknya kamu lakukan itu di rumah saja, kamu juga harus bisa mengendalikan dirikan untuk memberikan pengaruh baik kepada teman teman kamu ya.

Anggota LKN : Baik bu saya akan merubahnya dan saya akan lebih mengendalikan diri saya ketika saya bergaul bu.

Pemimpin : Alhamdulillah, masih ada lagi yang mau mengungkapkan masalahnya mengenai pembahsan kita kemarin ?

Anggota : Tidak ada lagi bu (Semua anggota menjawab).

#### **d. Tahap Pengakhiran**

Tahap pengakhiran atau tahap penutupan dalam kegiatan bimbingan kelompok, pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera berakhir, kemudian pemimpin kelompok menyimpulkan materi yang telah disajikan.

Pemimpin : Baiklah kegiatan hari ini akan segera berakhir, jika ada yang ingin disampaikan maka ibu persilahkan ?

Anggota : Sudah tidak ada lagi bu (Semua anggota menjawab).

Pemimpin : Alhamdulillah kita sudah membahas semua permasalahannya. Kesimpulan dari kegiatan ini, kita sebagai manusia yang memiliki rasa atau keinginan yang tinggi sehingga tidak dapat mengendalikan diri secara sadar. Dengan diadakan layanan bimbingan kelompok ini ibu harap anak – anak ibu dapat lebih mampu dalam mengendalikan diri pada saat berinteraksi. Baiklah anak – anak apakah semuanya mengerti ?

Anggota : Kami mengerti bu (Semua anggota menjawab).

Pemimpin : Baiklah ibu akhiri assalamualaikum...

Anggota : Walaikumsalam wr.wb.

**a. Evaluasi**

Evaluasi adalah penilai yang dilakukan oleh peneliti untuk melihat siswa/i pada saat anggota kelompok mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Diantaranya sebagai berikut:

**Lembar Obsevasi Proses Layanan Bimbingan Kelompok**

No	Indikator Observasi	Hasil		Keterangan
		Ya	Tidak	
1.	Mengungkapkan masalah	√		Ada beberapa anggota kelompok yang sudah tidak malu – malu dalam mengungkapkan masalah – masalahnya
2.	Saling memberikan tanggapan dalam melakukan layanan bimbingan kelompok	√		Ada beberapa anggota kelompok yang memebrikan tanggapannya pada saat kegiatan berlangsung
3.	Saling perhatian sesama anggota kelompok	√		Masih ada beberapa anggota kelompok yang sudah memiliki rasa perhatian kepada anggota kelompok.

4.	Komunikatif, aktif, berdinamika	√		Dinamika kelompok sudah sepenuhnya berjalan dengan baik.
5.	Saling menghargai	√		Masih ada beberapa anggota kelompok yang sudah bisa menghargai pendapat anggota kelompok lainnya.
6.	Memberi tanggapan dengan kata – kata yang baik	√		Ada beberapa anggota yang sudah ada memberikan tanggapan yang baik.
7.	Kerjasama anggota kelompok serta kompak	√		Sudah mulai ada kekompakan anggota kelompok untuk melaksanakan kegiatan.
8.	Memberikan solusi	√		Beberapa anggota kelompok saja yang memebrikan solusi kepada anggota kelompok lainnya.
9.	Sikap dalam saling percaya sesama anggota kelompok	√		Beberapa anggota kelompok yang sudah saling percaya kepada anggota kelompok lainnya.



Berdasarkan table diatas dapat dijelaskan sebagai berikut :

1. Pada pertemuan kedua dalam kegiatan bimbingan kelompok sudah ada beberapa siswa yang mau mengungkapkan pendapatnya serta masih tidak perlu diarahkan kembali oleh pemimpin kelompok.
2. Dalam kegiatan bimbingan kelompok sudah ada beberapa siswa yang tampak tidak main – main dalam melakukan bimbingan kelompok.
3. Dalam kegiatan ada beberapa yang serius dalam mengikuti bimbingan kelompok sehingga siswa tersebut mampu mengemukakan pendapatnya.
4. Dalam kegiatan tersebut masih beberapa sudah tidak ada lagi siswa yang diam saja.
5. Selama kegiatan bimbingan kelompok dilakukan sudah ada beberapa siswa yang fokus.
6. Sudah ada berjalannya dinamika kelompok dengan baik.
7. Selama dilakukannya bimbingan kelompok ada beberapa siswa yang sudah memahami tentang kontrol diri dalam berinteraksi.

Hasil dari kegiatan yang dilakukan oleh peneliti kepada para anggota kelompok selama penelitian dengan menggunakan catatan lapangan perilaku para anggota kelompok sudah meningkatnya kontrol diri dalam berinteraksi.

### **C. Diskusi Hasil Penelitian**

Tujuan dalam penelitian ini yaitu dapat meningkatkan kontrol diri pada siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 49 medan dengan memberikan layanan bimbingan kelompok melalui pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT).

Dari hasil penelitian yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) untuk meningkatkan kontrol diri pada siswa ini dapat membantu, karena dengan cara pemberian layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan pendekatan REBT , siswa perlahan-lahan lebih banyak memberikan pemikiran yang rasional dibanding yang irasional sehingga mampu meningkatkan kontrol diri dalam dirinya. Hal ini dapat diketahui dari hasil penelitian yang dilakukan peneliti di SMP Muhammadiyah 49 Medan. Dari awal pertemuan yang menunjukkan angka 30% dan peningkatan di pertemuan ke 2 di angka 90% dengan itu bisa di ambil kesimpulan bahwa perubahan sebelum dan sesudah diberi layanan mengalami peningkatan yang cukup signifikan.

Berdasarkan keterangan uraian di atas dapat dikatakan layanan bimbingan kelompok cukup efektif untuk permasalahan kontrol diri, terbukti pada perubahan siswa dalam mengontrol dirinya, siswa lebih baik untuk mengontrol dirinya dengan memiliki pemikiran yang positif.

#### **D. Keterbatasan Penelitian**

Sebagai manusia biasa peneliti tidak terlepas dari kekhilafan dan kesalahan yang berakibat dari keterbatasan berbagai faktor yang ada pada peneliti ; kendala-kendala yang di hadapi sejak sejak dari perbuatan, peneliti , pelaksanaan penelitian hingga pengolahan data.

- 1) Keterbatasan kemampuan yang dimiliki oleh peneliti baik moril maupun materi dari awal proses pembuatan proposal, pelaksanaan penelitian hingga pengolahan data
- 2) Sulit mengukur secara akurat penelitian dengan pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* untuk meningkatkan kontrol diri karena alat yang digunakan adalah observasi dan wawancara dimana kebanyakan individu yang memberikan jawaban tidak sesuai dengan apa yang telah mereka lakukan.
- 3) Terbatasnya waktu peneliti untuk melakukan riset lebih lanjut pada siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020 .

Selain keterbatasan diatas, penulis juga menyadari bahwa kekurangan wawasan penulisan dalam membuat daftar pertanyaan wawancara yang baik dan baku ditambah dengan kurangnya buku pedoman wawancara secara baik merupakan keterbatasan peneliti yang tidak dapat dihindari, oleh karna itu dengan

tangan terbuka , penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun demi kesempurnaan tulisan-tulisan dimasa mendatang.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **KESIMPULAN DAN SARAN**

##### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan peneliti di SMP Muhammadiyah 49 Medan mengenai Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan kontrol Diri Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020, maka sebagai akhir dari penelitian ini, peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di SMP Muhammadiyah 49 Medan, pelaksanaan layanan bimbingan kelompok berjalan dengan baik, pertemuan pertama memberikan pemikiran yang sangat positif terhadap siswa tentang cara mengontrol diri dengan baik, siswa sangat merespon dengan memberikan pendapat masing masing tentang dirinya.
2. Berdasarkan pertemuan ke 2 siswa yang sudah diberi layanan pada pertemuan pertama mengalami perubahan dengan lebih mengontrol diri di kelas, dan setelah di berikan layanan ke 2 respon siswa sangat baik dengan mencoba memberikan pemikiran positif pada diskusi layanan bimbingan kelompok.
3. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok mengalami peningkatan setelah di berikan layanan pada pertemuan pertama dan kedua, dari awal pertemuan

yang menunjukkan angka 30% dan peningkatan di pertemuan ke 2 di angka 90% dengan itu bisa di ambil kesimpulan bahwa perubahan sebelum dan sesudah diberi layanan mengalami peningkatan yang cukup signifikan.

## **B. Saran**

1. Kepala sekolah diharapkan menyediakan tenaga khusus BK dan tugas guru BK tidak dirangkap oleh Wali Kelas, agar permasalahan yang dialami siswa ditindak lanjutkan oleh guru BK.
2. Kepada guru bimbingan dan konseling disarankan agar mempersiapkan keseluruhan proses konseling dalam suatu tempat, agar segala data yang berkaitan dengan proses bimbingan dan konseling dapat menjadi sumber referensi dalam penanganan masalah siswa terutama dalam meningkatkan kontrol diri pada siswa yang cukup rendah.
3. Kepada siswa diharapkan untuk bisa meningkatkan belajarnya dan belajar lebih giat lagi untuk bekal di masa depan yang akan datang.
4. Kepada orang tua dalam memotivasi siswa ,anak sangat berperan penting maka dari itu orang tua harus bisa mendukung anaknya dan memantau anaknya untuk lebih baik lagi kedepannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
2012. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ellis. 2007. *Therapy REB rational emotive behaviour* .Yogyakarta: B-First.
- Ghufron, Risnawati. 2019. *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: ARRUZ-MEDIA.
- Lumonggo Namora. 2011. *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*, Jakarta: Kencana.
- Latipun. 2003. *Psikologi Konseling* , Malang: Universitas Muhammadiyah.
- Makmun S. 2005 . *Psikologi Pendidikan* , Bandung: Remaja Rosdakarya.
- M.Nur, Rini . 2010. *Teori-Teori psikologi*, Jogyakarta : Ar-Ruzz Media.
- Mulyadi.2015. *Bimbingan dan Konseling di sekolah dan Madrasah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno , Amti, R.2016. *Dasar- Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktek*. Jakarta: Asdi Mahasatya
- Prayitno. 2017. *Konseling Profesional Layanan dan Kejiata Pendukung*. Jakarta: Asdi Mahastya.
- Sugiyono.2017. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Tohirin. 2007 . *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta . PT Rajagrafindo Persada.
- Winkel, W.S. dan Sri Hastuti. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi*

## Lampiran 1

### DAFTAR RIWAYAT HIDUP

#### A. DATA PRIBADI :

Nama : Fadillah Khairun Nisa  
 Tempat,Tanggal,lahir : Kisaran, 07 Juni 1999  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Kewarganegaraan : Indonesia  
 Status : Belum menikah  
 Agama : Islam  
 Alamat : Perk Sei Dadap ½  
 Nama Orang Tua :  
 1. Ayah : Amin Nurrasyid  
 2. Ibu : Sri Kemala

#### B. PENDIDIKAN FORMAL :

Tahun 2003 – 2004 : TK Pasantren Modren Darral Ulum Kisaran  
 Tahun 2004 – 2010 : SD N 010036 Sei Dadap  
 Tahun 2010 – 2013 : SMP N 6 Kisaran  
 Tahun 2013 – 2016 : SMA N 4 Kisaran  
 Tahun 2016- 2020 : Kuliah Di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Program Studi Bimbingan Dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara.

Medan, Juni 2020

Fadillah Khairun Nisa



## Lampiran 2

## LEMBAR OBSERVASI

## Pedoman Observasi

No	Objek Observasi	Hasil Observasi	
		Sebelum diberikan layanan	Sesudah diberikan layanan
1.	Mampu bekerja sama		✓
2.	Terbuka dan senang bercanda	✓	
3.	Suka mencari perhatian	✓	
4.	Bergabung dalam kelompok bermain		✓
5.	Berselisih dengan teman	✓	
6.	Menghargai teman		✓
7.	Mencari persahabatan berdasarkan kesamaan umur dan jenis kelamin		✓
<b>Jumlah : Menunjukkan perilaku siswa yang ada.</b>		3	4

### LEMBAR OBSERVASI

Tanggal Observasi : 18 Maret 2020

Tempat : SMP Muhammadiyah 49 Medan

Waktu : 09:00 – 12:00

Subjek : Siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan

No	ASPEK	ANALISA
1	Kontrol Prilaku ( <i>Behaviour control</i> )	Siswa yang di amati kurang memiliki kontrol diri yang baik dalam dirinya seperti menjaga prilaku terhadap teman sendiri ataupun dengan orang yang lebih tua.
2	Kontrol Kognitif ( <i>Cognitive Control</i> )	Siswa yang kurang baik dalam menerima informasi yang di dapat sehingga tidak bisa menafsirkan informasi benar atau salah.
3	Mengontrol Keputusan ( <i>Decesional control</i> )	Siswa yang kurang baik dalam menerima informasi maka akan kurang baik juga dalam menganbil keputusan misalnya keputusan untu mengambil sikap ketika di beri tahu.

### Lampiran 3

#### Pedoman Wawancara Pada Guru BK

1. Wawancara : Asliah Siregar ( Guru BK)
2. Waktu wawancara : 08:00 - 09:00
3. Tempat : Ruangan Bimbingan dan konseling

No	Pertanyaan	Deskripsi/jawaban
1	Apakah dikelas VII layanan bimbingan kelompok bisa berjalan dengan baik bu?	Yah, layanan bimbingan kelompok yang saya berikan di kelas VII sudah berjalan cukup baik
2	Bagaimana pendapat ibu tentang proses pemberian layanan bimbingan kelompok di kelas VII apakah efektif bu?	Menurut saya pemberian layanan bimbingan kelompok cukup efektif untuk memberikan pemikiran yang baik untuk siswa di kelas VII
3	Apa sajakah permasalahan yang sering terjadi di kelas VII bu?	Cukup banyak seperti perlakuan anak murid yang kurang sopan terhadap temannya sendiri atau ketika belajar kurang terfokus
4	Apakah ada bu permasalahan yang menyangkut kontrol diri di kelas VII ?	Ada anak anak yang kurang baik dalam mengontrol diri nya mau itu keteman nya bahkan ke orang yang lebih tua sekalipun.
5	Adakah kendala ibu dalam mengatasi permasalahan yang menyangkut dalam kontrol diri?	Pasti ada, kendala dalam mengatasi permasalahan ini banyak nya siswa yang tidak sadar akan perilaku yang mereka perbuat .

## Lampiran 4

### Wawancara Siswa

Nama : Fani

Ruangan : Perpustakaan

Topic observasi : Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa

**Tabel Wawancara Untuk Siswa**

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1	apakah ada perasaan takut atau tidak saat tingkah laku kamu kurang baik dikelas?	enggak buk, saya enggak ada rasa takut
2	Adakah timbul kekhawatiran dalam diri kamu karena tingkah laku kamu sendiri?	Enggak ada buk
3	Apakah kamu nyaman dengan tingkah laku kamu itu?	Iya nyaman buk
4	Dengan kamu bertingkah laku seperti itu banyak yang menyukaimu?	Ya ada yang suka ada yang enggak buk

### Wawancara Siswa

Nama : Ayu Agustina

Ruangan : Perpustakaan

Topic observasi : Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa

**Tabel Wawancara Untuk Siswa**

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1	apakah ada perasaan takut atau tidak saat tingkah laku kamu kurang baik dikelas?	Iya buk, karena saya merasa bersalah dengan tingkah laku saya yang kurang baik dalam kelas.
2	Adakah timbul kekhawatiran dalam diri kamu karena tingkah laku kamu sendiri?	Ada buk, karena dengan tingkah laku saya yang kurang baik akan menyebabkan teman saya tidak menyukai saya apalagi guru-guru.
3	Apakah kamu nyaman dengan tingkah laku kamu itu?	Tidak buk.
4	Dengan kamu bertingkah laku seperti itu banyak yang mennyukaimu?	Tidak buk, karena nantinya bakal banyak tidak suka sama tingkah laku saya.

### Wawancara Siswa

Nama : Lisa Khairun Nisa

Ruangan : Perpustakaan

Topic observasi : Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa

**Tabel Wawancara Untuk Siswa**

No	Pertanyaan	Hasil Wawancara
1	apakah ada perasaan takut atau tidak saat tingkah laku kamu kurang baik dikelas?	Ada buk, karena saat kita bertingkah laku kurang baik pasti bakal banyak yang tidak suka sama kita.
2	Adakah timbul kekhawatiran dalam diri kamu karena tingkah laku kamu sendiri?	Ada buk, karena kalau saya bertingkah laku tidak baik akan menyebabkan nilai saya jelek.
3	Apakah kamu nyaman dengan tingkah laku kamu itu?	Tidak buk, karena nanti bakal banyak teman yang menjauhi saya.
4	Dengan kamu bertingkah laku seperti ini banyak yang menyukaimu?	Mungkin banyak teman dan guru yang menegur saya kalau tingkah laku saya kurang baik buk.



# RPL

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN/ LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

### FORMAT BIMBINGAN KELOMPOK

#### I. IDENTITAS

- A. Satuan Pendidikan : SMP Muhammadiyah 49 Medan
- B. Tahun Ajaran : 2019/2020 semester genap
- C. Sasaran Pelayanan : Kelas VII
- D. Pihak Terkait : Siswa

#### II. WAKTU DAN TEMPAT

- A. Tanggal : Sabtu, 18 Maret 2020
- B. Jam Pembelajaran/Pelayanan : diluar jam pembelajaran
- C. Volume Waktu (Jp) : 2 (dua) JP
- D. Spesifikasi Tempat Belajar : Di SMP Muhammadiyah 49 Medan

#### III. MATERI PEMBELAJARAN

##### A. TEMA/SUBTEMA

- 1. TEMA : Kontrol Diri Siswa

2. SUBTEMA : Kehadiran siswa, tindakan siswa/perilaku siswa dalam bertingkah laku.

B. SUMBER MATERI :kegiatan sehari-hari siswa

#### IV. TUJUAN/ARAHAN PENGEMBANGAN

A. Pengembangan Kes : Agar Siswa Dapat Mengontrol Diri Dengan Baik

B. Penangan Kes-T : Untuk Meningkatkan kontrol Diri Siswa

#### V. METODE DAN TEKNIK

A. Jenis layanan : Bimbingan Kelompok

B. Kegiatan pendukung : Himpunan Data

#### VI. SARANA

A. Media : HP/alat perekam suara

B. Perlengkapan : Buku tulis dan pena

#### VII. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN

Diperolehnya hal-hal baru oleh peserta didik berkenaan dengan :

1. KES : Acuan (A) peserta didik memahami masalah yang dialaminya, Kompetensi (K) peserta didik mampu mengatasi masalah yang dialaminya,



Usaha (U) peserta didik melakukan tindakan-tindakan yang efektif untuk mengatasi masalah yang dialaminya, Rasanya (R) peserta didik senang telah menyelesaikan masalah yang dialaminya, Kesungguhan (S) peserta didik sungguh-sungguh menyelesaikan masalah yang dialaminya dan memperbaiki hubungan.

2. KES-T : Peserta didik menghindari ketidak seriusan dalam menyelesaikan masalah yang dialaminya.
3. Ridho Tuhan, Jujur, Ikhlas dan Bekerja Keras : Memohon Ridho Allah SWT untuk melaksanakan penyelesaian masalah, jujur dalam mengungkapkan permasalahan, ikhlas menerima saran dan masukan dan berusaha bekerja keras untuk menuntaskan masalah yang dialaminya.

## **I. LANGKAH KEGIATAN**

Layanan Bimbingan Kelompok (BKp) dengan menggunakan pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy(REBT) diselenggarakan melalui lima tahap layanan, yaitu tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, kesimpulan dan penutup, dalam langkah 5-an (pengantaran, penjajakan, penafsiran, pembinaan dan penilaian).

### **a. Penghantaran : Tahap PEMBENTUKAN**

1. Mengucapkan salam, menerima secara terbuka, mengucapkan terima kasih dan mengajak peserta didik berdo'a untuk memulai kegiatan BKp dengan

penuh perhatian, semangat dan penampilan mereka dengan melakukan kegiatan berfikir, merasa, bersikap, bertindak dan bertanggung jawab berkenaan dengan masalah yang sedang dialami.

2. Menjelaskan pengertian, tujuan, asas-asas dan proses kegiatan layanan KKp yang diselenggarakan. Disini ditekankan aktifitas dinamika kelompok yang diharapkan dilakukan oleh anggota kelompok.
3. Menjelaskan bahwa kegiatan BKp yang sedang dilaksanakan merupakan kelanjutan dari layanan sebelumnya untuk mencapai tujuan dan hasil yang diharapkan.
4. Membangun suasana keakraban, kebersamaan untuk terbangunnya dinamika kelompok yang terbuka dan penuh semangat melalui perkenalan dilanjutkan dengan rangkaian nama.

**b. Penjajakan : Tahap PERALIHAN**

1. Mengarahkan perhatian anggota kelompok dari suasana pembentukan ke suasana kegiatan, jika perlu dijelaskan kembali tentang kegiatan BKp.
2. Menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk memasuki tahap kegiatan.
3. Memahami suasana kelompok apabila anggota secara keseluruhan atau sebagian masih belum siap untuk melanjutkan tahap berikutnya.
4. Memberi contoh masalah sosial yang dapat dikemukakan dan dibahas dalam kelompok.

**c. Penafsiran dan Pembinaan : Tahap KEGIATAN**

1. Menjelaskan masalah sosial yang hendaknya dikemukakan oleh anggota kelompok.
2. Mempersilakan anggota kelompok mengemukakan masalah pribadinya secara bergantian. Para anggota diminta benar-benar memperhatikan dan memahami apa yang dikemukakan anggota lain, sambil memikirkan, merasakan dan menanggapi apa yang diungkapkan itu.
3. Memilih/menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu sesuai dengan persetujuan para anggota.
4. Membahas seluruh masalah anggota secara tuntas jika waktu memungkinkan. Meminta peserta lain untuk menanggapi dan memberikan saran atau masukan terhadap hal-hal yang diungkapkan.
5. Apabila diperlukan dapat dilakukan kegiatan selingan atau *ice breaking*.
6. Selama tahap kegiatan Pemimpin Kelompok (PK) memberikan penguatan untuk membangun semangat berdinamika kelompok diantara anggota serta menegaskan komitmen anggota yang masalahnya telah dibahas (apa yang akan dilakukan berkenaan adanya pembahasan demi terentaskan masalahnya) sehingga anggota memperoleh wawasan dengan makna yang lengkap dan benar.

d. **Penilaian : Tahap KESIMPULAN**

1. Menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan di akhiri
2. Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai masing-masing (refleksi BMB3)
3. Pesan, harapan serta tanggapan anggota kelompok

e. **Tahap PENUTUP**

1. Pembahasan kegiatan lanjutan.
2. Mengucapkan terima kasih.
3. Berdo'a
4. Salam perpisahan

Medan,           Maret 2020  
peneliti

**Fadillah Khairun Nisa**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**  
**Jln.Kap.Mukhtar Basri No.3 Telp.6622400 Medan20217**

Form : K3

Nomor : 242/II.3/UMSU-02/F/2020  
Lamp. : ---  
Hal : **Pengesahan Proyek Proposal  
Dan Dosen Pembimbing.**

*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 dibawah ini:

Nama : **Fadillah Khairun Nisa**  
N P M : 1602080030  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Penelitian : **Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa Kelas VII di SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020.**

Pembimbing : **Dra.Jamila,M.Pd.**

Dengan demikian mahasiswa tersebut diatas diizinkan menulis/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 selesai dalam waktu yang telah ditentukan.
- 3 Masa daluwarsa tanggal : **10 Februari 2021**

Medan, 16 Jum.Akhir 1440 H  
10 Februari 2020 M

  
Dekan  
**Dr.H.Elfrianto Nst,M.Pd.**  
NIDN:01 15057302

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



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

Form : K-1

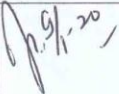

Kepada Yth. Ibu Ketua dan Sekretaris  
 Program Studi Bimbingan dan Konseling  
 FKIP UMSU

Perihal : **PERMOHONAN PERSETUJUAN JUDUL SKRIPSI**

Dengan hormat yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Fadillah Khairunnisa  
 NPM : 1602080030  
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
 Kredit Kumulatif : 118 SKS

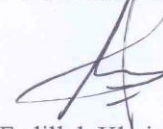
IPK = 3,58

Persetujuan Ket./Sekret.Prog.Studi	Judul Yang Diajukan	Disahkan Oleh Dekan Fakultas
	Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan <i>Rational Emotive Therapy</i> ( REBT ) untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa di SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020	
	Upaya Guru BK dalam Mengatasi Tingkah Laku Salah Suai Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di SMP Muhammdiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020	
	Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Behavioristik Untuk Meningkatkan Etika Kepribadian Siswa di SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020	

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

Medan, 7 Januari 2020

Hormat Pemohon,



Fadillah Khairunnisa

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.Kap.Mukhtar Basri No.3 Telp.6622400 Medan20217**

**Form : K3**

Nomor : *242* /II.3/UMSU-02/F/2020  
Lamp. : ---  
Hal : **Pengesahan Proyek Proposal  
Dan Dosen Pembimbing.**

*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 dibawah ini:

Nama : **Fadillah Khairun Nisa**  
N P M : 1602080030  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Penelitian : **Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa Kelas VII di SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020.**

Pembimbing : **Dra.Jamila,M.Pd.**

Dengan demikian mahasiswa tersebut diatas diizinkan menulis/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 selesai dalam waktu yang telah ditentukan.
- 3 Masa daluwarsa tanggal : **10 Februari 2021**

Medan, 16 Jum.Akhir 1440 H  
10 Februari 2020 M



**Dr.H.Elfrianto Nst,M.Pd.**

NIDN:01 15057302

Dibuat rangkap 4 (empat)

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

**WAJIB MENGIKUTI SEMINAR**



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

**BERITA ACARA BIMBINGAN PROPOSAL**

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara  
 Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
 Nama Lengkap : Fadillah Khairun Nisa  
 NPM : 1602080030  
 Program Studi : Pendidikan Bimbingan dan Konseling  
 Judul Proposal : Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa di Kelas VIII SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020

Tanggal	Deskripsi Hasil Bimbingan Proposal	Paraf
12/02/2020	- Cover, Daftar Isi - Latar belakang - Identifikasi Masalah - Tujuan Penelitian - Kerangka Teoritis - Definisi Operasional Variabel - Daftar Pustaka	
13/02/2020	- Penambahan Identifikasi Masalah. - Kisi-kisi Angket - Teknik Pengumpulan Data. - halaman - Perbaikan Kerangka Konseptual	
20/2 - 2020	Disetujui untuk Penulisan Proposal	

Diketahui/Disetujui  
 Ketua Program Studi

Dra. Jamila, M.Pd

Medan, Februari 2020  
 Dosen Pembimbing

Dra. Jamila, 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](mailto:fkip@umsu.ac.id)



**BERITA ACARA SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI**

Pada hari ini Jum'at, Tanggal 28 Februari 2020 telah diselenggarakan seminar proposal skripsi atas nama mahasiswa di bawah ini.

Nama Lengkap : Fadillah Khairun Nisa  
N.P.M : 1602080030  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Proposal : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020

No.	Masukan dan Saran
Judul	efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) untuk meningkatkan Kontrol Diri siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020
Bab I	Menurut Para ahli tidak ada tahun dan halaman
Bab II	Tidak ada Tahun pada kutipan beberapa teori
Bab III	Waktu penelitian kalimat disempurnakan, perbaiki kata yang salah, Daftar pustaka diperhatikan.
Lainnya	
Kesimpulan	[ ] Disetujui [ ] Ditolak [✓] Disetujui Dengan Adanya Perbaikan

Dosen Pembahas

Drs. Zaharuddin Nur, M.M

Dosen Pembimbing

Dra. Jamila, M.Pd

Panitia Pelaksana,

Ketua

Dra. Jamila, M.Pd

Sekretaris

Drs. Zaharuddin Nur, MM



**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](mailto:fkip@umsu.ac.id)



### LEMBAR PENGESAHAN HASIL SEMINAR PROPOSAL

Proposal yang sudah diseminarkan oleh mahasiswa di bawah ini :

Nama Lengkap : Fadillah Khairun Nisa  
 N.P.M : 1602080030  
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
 Judul Proposal : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020

Pada hari Jumat, 28 Februari 2020 sudah layak menjadi proposal skripsi.

Medan, 28 Februari 2020

Disetujui oleh :

Dosen Pembahas

**Drs. Zaharuddin Nur, M.M**

Dosen Pembimbing

**Dra. Jamila, M.Pd**

Diketahui oleh  
 Ketua Program Studi

**Dra. Jamila, 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](mailto:fkip@umsu.ac.id)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

**SURAT KETERANGAN**

NO.: .....

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

Nama Lengkap : Fadillah Khairun Nisa  
N.P.M : 1602080030  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Proposal : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020

benar telah melakukan seminar proposal skripsi pada hari Jumat, 28 Februari 2020.

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

Medan, 28 Februari 2020

Diketahui oleh,

Ketua Prodi

**Dra. Jamila, M.Pd**

## SURAT PERNYATAAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Mahasiswa : Fadillah Khairunnisa  
 NPM : 1602080030  
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
 Judul Proposal : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa di kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020.

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Penelitian yang saya lakukan dengan judul diatas 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 diatas saya langgar maka saya bersedia dilakukan untuk 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, 3 Maret 2020

Hormat Saya

Fadillah Khairunnisa  
 mbuat Pernyataan,  
  
**Fadillah Khairunnisa**

Diketahui Oleh,

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling

  
**Dra. Jamila M.Pd.**



**UMSU**

Unggul | Cerdas | Terpercaya

Bila menjawab surat ini agar disebutkan nomor dan tanggalnya

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

Jalan Kapten Mochtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400

Website: <http://fkip.umsu.ac.id> E-mail: [fkip@yahoo.co.id](mailto:fkip@yahoo.co.id)

Nomor : 550 /II.3-AU/UMSU-02/F/2020  
Lamp : ---  
Hal : **Permohonan Izin Riset**

Medan, 11 Radjab 1441 H  
06 Maret 2020 M

Kepada Yth, Bapak/Ibu Kepala  
SMP Muhammadiyah 49 Medan  
di  
Tempat.

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 ditempat yang Bapak/Ibu pimpin. Adapun data mahasiswa tersebut sebagai berikut:

Nama : Fadillah Khairunnisa  
N P M : 1602080030  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Penelitian : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa di Kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020.

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. Amin.



Dekan,

**Dr. H. Elfrianto Nst, M.Pd.**  
NIDN. 01 15057302

**\*\* Penting!! \*\***

  
**MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH MUHAMMADIYAH**  
**SMP SWASTA MUHAMMADIYAH - 49**  
 IZIN KANWIL DEPDIBUD No. 218/1.05/A/1988 NDS : G.170022053 NSS : 204076002367  
 Jl. Mesjid Taufik / Pendidikan Gg. Madrasah No. 5 Tegal Rejo Telp. (061) 77837178  
 KOTA MEDAN - 20237

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Nomor : 023/IV.4/SMPM/2020  
 Lamp : -  
 Hal : *Riset Data*

Medan, 04 Juni 2020

**Assalamu'alaikum Wr.Wbr.**

Dengan hormat,

Membalas surat saudara nomor : 549/II.3-AU/UMSU-02/F/2020 tanggal 06 Maret 2020, perihal riset data mahasiswa UMSU di SMP Muhammadiyah 49 Medan, dengan ini kami sampaikan bahwa mahasiswa yang berketerangan dibawah ini :

Nama : Kurniawan Syahputra  
 NPM : 1602080031  
 Program Studi : Bimbingan danKonseling  
 Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
 Judul Skripsi :Efektivitas Layanan Informasi melalui Pendekatan Contextual Teaching and Learning untuk Mencegah Penyalahgunaan Narkoba di Kelas VIII SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020.

Benar telah melakukan riset di SMP Muhammadiyah 49 pada tanggal 06 Maret 2020 sampai dengan 03 Juni 2020 dengan baik

Demikianlah hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerja sama yang baik kami mengucapkan terima kasih.

**Nasrunminallah wa fathun qoriib.**

**Wassalamu'alaikum Wr.Wbr.**

Medan, 05 Juni 2020  
 Ka.SMP Muhammadiyah 49 Medan



Dra. Rosna Juwita