

**PENGARUH LAYANAN INFORMASI TERHADAP PENINGKATAN  
PEMAHAMAN *SELF-CONTROL* SISWA KELAS VIII  
MTs N 3 MEDAN TAHUN PEMBELAJARAN  
2018/2019**

**SKRIPSI**

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

**Oleh:**

**NOOR ASIYAH SIREGAR**  
**NPM. 1502080096**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
MEDAN  
2019**



**UMSU**

Unggul | Cerdas | Terpercaya

**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**  
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**  
JL. KaptenMughtarBashri No. 3 Medan 20238Telp. (061) 6619056  
Website. <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: [fkip@umsu.ac.id](mailto:fkip@umsu.ac.id)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

**LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI**

Skripsi yang diajukan oleh Mahasiswa/i di bawah ini :

Nama Lengkap : Noor Asiyah Siregar  
NPM : 1502080096  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Pengaruh Layanan Informasi Terhadap Peningkatan Pemahaman *Self-Control* Siswa Kelas VIII MTs N 3 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019.

Sudah layak disidangkan

Medan, September 2019

Pembimbing

**Sri Ngayomi YW, SPsi, MPsi**

Diketahui Oleh :



Dekan

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

Ketua Prodi

**Dra. Jamila, M.Pd**



**BERITA ACARA**

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

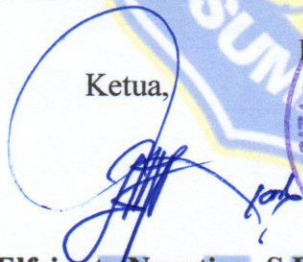
بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Panitia Ujian Sarjana Strata-1 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dalam Sidangnya yang diselenggarakan pada hari Sabtu, 28 September 2019, pada pukul 08.00 WIB sampai dengan selesai. Setelah mendengar, memperhatikan dan memutuskan bahwa :

Nama Lengkap : Noor Asiyah Siregar  
NPM : 1502080096  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Pengaruh Layanan Informasi Terhadap Peningkatan Pemahaman *Self-Control* Siswa Kelas VIII MTs N 3 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019

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

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

Ketua,  


PANITIA PELAKSANA

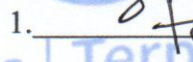
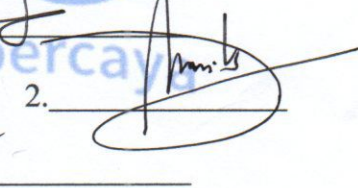

Sekretaris,  


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

Dra. Hj. Svamsuyurnita, M.Pd.

ANGGOTA PENGUJI:

1. Dr. Hasunuddin, MA
2. Dra. Jamila, M.Pd
3. Sri Ngayomi Y.W, S.Psi, M.Psi

1. 
2. 
3. 

## ABSTRAK

**Noor Asiyah Siregar. 1502080096. Bimbingan dan Konseling. Pengaruh Layanan Informasi Terhadap Peningkatan Pemahaman *Self-Control* Siswa Kelas VIII MTs N 3 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019. Skripsi. Medan : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan informasi terhadap peningkatan pemahaman *self-control* siswa kelas VIII MTs N 3 Medan tahun pembelajaran 2018/2019. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Metode penelitian ini berupa *pre-eksperiment* dengan desain *one group pre and post test design*. Jumlah populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII yang berjumlah 180 siswa, sedangkan yang menjadi sampel sebanyak 35 siswa dengan menggunakan *random sampling*. Instrumen dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan observasi dan angket. Hasil *self-control* siswa di kelas VIII MTs N 3 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019, sebelum diberikan perlakuan (*pre-test*) dapat dikatakan keadaan *self-control* siswa berada pada tingkat yang cenderung rendah yaitu berada pada skor rata-rata 57,6. Setelah diberikan perlakuan (*post-test*) maka *self-control* siswa kelas VIII MTs N 3 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019 mengalami peningkatan yang cenderung tinggi dibandingkan dengan hasil *pre-test* yaitu berada pada skor rata-rata 65,3. Dari hasil perhitungan diperoleh  $t_{hitung} = 5,3023$  dengan menggunakan tarif signifikan nyata ( $\alpha=0,05$ ) dan dengan d.b = n-1. Maka diperoleh  $t_{tabel} = 1,68975$  Karena nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $5,3023 > 1,68975$ ) maka dapat dikatakan bahwa  $H_a$  diterima  $H_0$  ditolak. Sehingga kesimpulannya adalah “terdapat pengaruh yang signifikan layanan informasi terhadap *self-control* siswa kelas VIII MTs N 3 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019.

**Kata Kunci : Layanan Informasi dan *Self-Control***

## KATA PENGANTAR

*Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Segala puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT karena berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh Layanan Informasi Terhadap Peningkatan Pemahaman *Self-Control* Siswa Kelas VIII MTs N 3 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019”** yang merupakan salah satu syarat dalam pencapaian gelar Sarjana Program Pendidikan Bimbingan dan Konseling di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Shalawat dan salam penulis curahkan sepenuhnya kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW yang telah membimbing umat manusia dari zaman kebodohan menuju zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan.

Berkat usaha dan do'a akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan walaupun masih ada kekurangan. Penulis menyadari bahwa proses penyelesaian skripsi ini bukan hanya bersandar pada kemampuan penulis tetapi tidak terlepas dari bantuan semua pihak yang telah diberikan kepada penulis. Terimakasih tak terhingga kepada kedua malaikat tak bersayap yaitu Ayah dan Ibu. Ayah terhebat yang penulis miliki **Partahian Siregar** yang selalu melindungi, membiayai dan pemberi motivasi bagi penulis. Tanpa ayah terhebat penulis tidak akan pernah terlahir ke dunia. Dan untuk Ibu tercinta yang sangat penulis sayangi di dunia dan akhirat nanti, Ibu **Siti Aisyah Aritonang** yang selalu memberikan do'a, semangat, dukungan, motivasi yang tidak pernah putus sampai saat ini. Tanpa Ibu penulis tidak akan bisa hidup seperti sekarang, yang berawal dari mengandung, melahirkan, membesarkan, membimbing

dan membekali penulis dengan rasa sayang dan cinta yang tulus yang tak pernah pudar sampai akhir hayat nanti. Kedua malaikat penulis adalah motivator hidup untuk mencapai kesuksesan. Senyum keduanya menguatkan penulis dalam setiap langkah.

Selain kedua orang tua, penulis juga mengucapkan terimakasih yang tidak bertepi kepada:

1. Bapak **Dr. Agussani, M.AP.** Sebagai Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara;
2. Bapak **Dr. H. Elfrianto Nasution, S.Pd., M.Pd.** Sebagai Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara;
3. Ibu **Dra. Jamila, M.Pd.** Sebagai Ketua Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara;
4. Bapak **Drs. Zaharuddin Nur, M.M.** Sebagai Sekretaris Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara;
5. Ibu **Sri Ngayomi.Y.W, S.Psi., M.Psi.** Sebagai pembimbing materi skripsi yang telah banayk meluangkan waktunya untuk memberi bimbingan serta arahan kepada penulis sehingga selesai skripsi ini;
6. Ibu dan Bapak khususnya kepada dosen di Program Studi Bimbingan dan Konseling beserta staf pegawai Biro Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara atas kelancaran proses administrasinya;

7. Ibu **Hj. N Cici Mahruliana** selaku Kepala Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Medan yang telah memberikan waktu dan kesempatan serta seluruh guru dan staf Madrasah atas kerjasamanya selama proses penelitian;
8. Teristimewa kepada adik-adik tersayang Ali Syafrizal Siregar, Rabiatul Adawiyah Siregar, Surya Hafiz Adrian Siregar, Rifa'I Ahmad Siregar, Lu-ay Al-azzam Siregar, yang telah banyak memberikan dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, dengan harapan mereka semoga penulis bisa menjadi lebih baik terutama dalam dunia pendidikan;
9. Teman penulis yang sangat penulis sayangi Echa Safitri, Misriani, Apriliyanti Ningsih, Erliana Rahmadani Nasution yang selama ini suka maupun duka selalu ada disisi penulis dan membantu penulis selama diperkuliahan. Penulis mengucapkan terima kasih atas dukungan maupun bantuannya selama ini, dan penulis berharap kita semua bisa menjadi kebanggaan orang tua kita maupun keluarga besar kita, aamiin.
10. Sahabat penulis sejak masa SMA, Nambin Kumala Sari Daulay, S.Pd. Anny Wahyuni Hasibuan penulis ucapkan terima kasih atas dukungan dan do'anya;
11. Teman-teman seperjuangan kelas Bimbingan dan Konseling B Pagi 2015, penulis mengucapkan beribu terima kasih, karena telah membantu penulis selama ini dan telah menjadi keluarga pengganti disaat penulis berada di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara;

Akhirnya pada semua pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih, semoga Allah SWT dapat memberikan balasan atas jasa dan bantuan yang telah diberikan.

Penulis juga berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi yang membaca dan semoga ilmu yang penulis peroleh selama duduk dibangku perkuliahan dapat berguna bagi penulis sendiri, bagi masyarakat, satu bidang pendidikan.

*Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.*

Medan, September 2019

Penulis

Noor Asiyah Siregar  
NPM. 1502080096



## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Batasan Maslah .....	6
D. Rumusan Maslah .....	6
E. Tujuan Maslah .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS .....</b>	<b>8</b>
A. Kerangka Teoritis .....	8
1. Layanan Informasi .....	8
1.1. Pengertian Layanan Informasi .....	8
1.2. Tujuan Layanan Informasi .....	9
1.3. Asas-asas Layanan Informasi.....	11
1.4. Komponen Layanan Informasi .....	11

1.5. Teknik Layanan Layanan Informasi .....	12
1.6. Kegiatan Layanan Informasi .....	14
1.7. Pelaksanaan Layanan Informasi.....	14
2. <i>Self-Control</i> .....	15
2.1. Pengertian <i>Self-control</i> .....	15
2.2. Aspek <i>Self-control</i> .....	18
2.3. Jenis <i>Self-Control</i> .....	20
2.4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-control</i> .....	21
2.5. Cara Mengembangkan <i>Self-control</i> .....	22
B. Kerangka Konseptual .....	25
C. Hipotesis Penelitian .....	26
<b>BAB III. METODE PENELITIAN .....</b>	<b>27</b>
A. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	27
B. Populasi dan Sampel .....	28
C. Jenis Penelitian .....	29
D. Desain Penelitian .....	30
E. Variabel Penelitian .....	31
F. Defenisi Operasional .....	32
G. Instrumen Penelitian .....	33
H. Uji Coba Instrumen.....	34
I. Teknik Analisis Data.....	36
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN.....</b>	<b>38</b>
A. Gambaran Umum Sekolah.....	38

1. Identitas Sekolah.....	38
1.1 Visi dan Misi Sekolah.....	39
1.2 Organisasi Sekolah.....	40
2. Sarana dan Prasarana Sekolah.....	45
2.1. Infrastruktur .....	45
2.2 Prestasi Sekolah.....	46
<b>B. Penyajian Data.....</b>	<b>47</b>
1. Penyajian Data Identitas Responden.....	47
2. Deskripsi Hasil Penelitian.....	48
2.1 Uji Validitas .....	48
2.2 Uji Reliabilitas .....	50
2.3. Uji Normalitas.....	59
2.4. Uji Homogenitas .....	60
3. Uji Hipotesis .....	61
3.1 Diskusi Hasil Penelitian .....	61
3.2. Keterbatasan Penelitian.....	63
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>65</b>
A. Kesimpulan .....	65
B. Saran.....	66
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>68</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Waktu Pelaksanaan Penelitian .....	27
Tabel 3.2 Jumlah Siswa Kelas VIII MTs N 3 Medan .....	28
Tabel 3.3 Sampel Penelitian.....	29
Tabel 3.4 Desain Penelitian.....	30
Tabel 3.5 Skala Likert .....	34
Tabel 3.6 Kisi-Kisi Instrumen <i>Self-control</i> .....	34
Tabel 4.1 Identitas Responden .....	47
Tabel 4.2 Hasil Validitas Angket <i>Self-Control</i> .....	49
Tabel 4.3 Hasil Uji Realibilitas Angket <i>Self-Control</i> .....	51
Tabel 4.4 Hasil <i>Pre-Test Self-Control</i> Siswa .....	52
Tabel 4.5 Hasil <i>Post-Test Self-Control</i> Siswa.....	56
Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas Angket <i>Self-Control</i> .....	60
Tabel 4.7 Hasil Uji Homogenitas Angket <i>Self-Control</i> Siswa.....	60

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual .....	26
--------------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Skala Uji Coba *Self-Control*
- Lampiran 2 Data Validitas Instrumen *Self-Control* Menggunakan SPSS v22
- Lampiran 3 Hasil Validitas Instrumen *Self-Control*
- Lampiran 4 Instrumen *Self-Control* Yang Telah Diuji
- Lampiran 5 Hasil Uji Realibilitas Instrumen Dengan Menggunakan Spss V22
- Lampiran 6 Tabulasi Data *Pre-Test Post-Test Self-Control*
- Lampiran 7 Perhitungan Harga M, SD *Pre-Test Self-Control*
- Lampiran 8 Perhitungan Harga M, SD, *Post-Test Self-Control*
- Lampiran 9 Hasil Uji Normalitas Dengan Menggunakan SPSS V22
- Lampiran 10 Hasil Uji Homogenitas Dengan Menggunakan SPSS V22
- Lampiran 11 Pengjian Hipotesis
- Lampiran 12 Perhitungan Peningkatan Pemahaman *Self-Control*
- Lampiran 13 RPL 1
- Lampiran 14 RPL 2
- Lampiran 15 RPL 3
- Lampiran 16 Form K1
- Lampiran 17 Form K2
- Lampiran 18 Form K3
- Lampiran 19 Berita Acara Bimbingan Proposal
- Lampiran 20 Lembar Pengesahan Proposal
- Lampiran 21 Surat Permohonan Seminar Proposal
- Lampiran 22 Lembar Pengesahan Hasil Seminar Proposal



- Lampiran 23 Surat Keterangan Menyelesaikan Seminar
- Lampiran 24 Surat Pernyataan Plagiat
- Lampiran 25 Surat Permohonan Perubahan Judul
- Lampiran 26 Surat Izin Riset
- Lampiran 27 Surat Balasan Riset
- Lampiran 28 Surat Keterangan Bebas Perpustakaan UMSU
- Lampiran 29 Daftar Riwayat Hidup

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif dapat mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, pengendalian diri, perilaku serta keterampilan yang diperlukan dirinya. Sekolah sebagai salah satu lembaga yang memiliki tugas dan fungsi untuk mengupayakan dan meningkatkan serta melakukan pembinaan terhadap potensi-potensi para siswa agar memiliki suatu kualitas dalam pengetahuan, keterampilan dan sikap yang diperlukan dalam hidup bermasyarakat.

Dalam UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 4 ayat 1 dan 6 menjelaskan bahwa pendidikan diselenggarakan secara demokratis dan berkeadilan serta tidak diskriminatif dengan menjunjung tinggi hak azasi manusia, nilai keagamaan, nilai kultural, dan kemajemukan bangsa. Pendidikan diselenggarakan dengan memperdayakan semua komponen masyarakat melalui peran serta dalam penyelenggaraan dan pengendalian mutu layanan pendidikan.

Sedangkan dalam UU No. 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling Pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Pasal 1 ayat 1 dan 4 menjelaskan bahwa Bimbingan dan Konseling adalah upaya sistematis, objektif, logis, dan berkelanjutan serta terprogram yang dilakukan oleh konselor atau guru Bimbingan dan Konseling untuk memfasilitasi perkembangan peserta didik/konseli untuk

mencapai kemandirian dalam kehidupannya. Guru Bimbingan dan Konseling adalah pendidik yang berkualitas akademik minimal Sarjana Pendidikan (S-1) dalam bidang Bimbingan dan Konseling dan memiliki kompetensi di bidang Bimbingan dan Konseling.

Manusia sebagai makhluk pribadi mengandung makna bahwa manusia itu berbeda satu sama lain. Manusia bersifat unik, baik dalam cara berfikir, merasa, bercita maupun berperilaku. Manusia sebagai makhluk pribadi memiliki kebebasan dan mengembangkan diri kearah yang lebih baik dan bermutu. Sedangkan manusia sebagai makhluk sosial berada dengan sesama dan bersama dengan orang lain. Interaksi manusia didalam kelompok atau di masyarakat akan membentuk kepribadian serta peran-peran yang dimainkan individu dalam kelompok atau masyarakat.

Siswa berada pada masa perkembangan remaja. Pada masa ini terjadi perubahan dari segi fisik maupun psikis. Hal ini tentu saja juga berpengaruh terhadap pola pikir, pola perilaku serta emosinya. Adanya perubahan dengan lingkungan serta berbagai peristiwa atau situasi sosial tidak akan berdampak buruk kepada remaja jika mereka memiliki pengendalian diri (*Self-control*) yang baik. Terutama bagi pelajar, memiliki pengendalian diri sangat diperlukan dalam proses belajar. Karena melalui adanya pengendalian diri maka proses belajar akan berjalan dengan baik.

Kontrol diri diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa kearah konsekuensi positif. Kontrol diri merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses dalam kehidupan,

termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat di lingkungan sekitarnya. Para ahli berpendapat bahwa kontrol diri dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat preventif selain dapat mereduksi efek-efek psikologis yang negative dari *stressor-stressor* lingkungan. ( Ghufron 2010: 21).

Sebagaimana pengertian kontrol diri menurut Calhoun dan Acocella 1990 (2010:22) “Kontrol diri (*self-control*) merupakan sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang memebentuk dirinya sendiri”.

Sementara itu Menurut Ghufron (2010:21) berpendapat bahwa

“Kontrol diri merupakan suatu kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan siatuasi dan kondisi untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, selalu konform dengan orang lain, dan menutupi perasaannya”.

Berdasarkan pengamatan penulis bahwa fenomena atau permasalahan yang sering muncul di MTs N 3 Medan ini banyak diakibatkan oleh ketidakmampuan seseorang dalam mengontrol diri. Beberapa perilaku siswa yang muncul di MTs N 3 Medan diantaranya yaitu adanya siswa yang kurang dalam pengontrolan emosi ini terlihat dari masih banyaknya siswa yang bertengkar, adanya siswa yang mengambil hak milik siswa lain ( barang teman sekelasnya), adanya siswa yang mencemooh atau mencaci siswa lain, adanya siswa yang melakukan perilaku pacaran, perilaku tersebut merupakan bentuk perilaku yang timbul karena ketidakmampuan siswa dalam mengontrol dirinya (*self-control*).

Perkembangan *self-control* pada dasarnya sejalan dengan bertambahnya usia seseorang. Semakin dewasa diharapkan mempunyai *self-control* yang lebih baik dibanding saat remaja dan anak-anak. Namun demikian beberapa kasus menunjukkan hal yang sebaliknya, dimana beberapa permasalahan tersebut juga dilakukan oleh orang yang sudah dewasa.

Mengapa *self-control* itu penting? Pertama, kontrol diri berperan penting dalam hubungan seseorang dengan orang lain (interaksi sosial). Kedua, kontrol diri memiliki peran dalam menunjukkan siapa diri kita (nilai diri). Ketiga, kontrol diri berperan dalam pencapaian tujuan pribadi.

Dengan mengembangkan kemampuan mengontrol diri sebaik-baiknya, maka kita akan dapat menjadi pribadi yang efektif, hidup lebih konstruktif, dapat menyusun tindakan yang berdimensi jangka panjang, mampu menerima diri sendiri dan diterima oleh masyarakat luas. Kemampuan mengendalikan diri menjadi sangat berarti untuk meminimalkan perilaku buruk yang selama ini banyak kita jumpai dalam kehidupan di masyarakat juga dalam tatanan kenegaraan karena banyak peristiwa yang terjadi karena ketidakmampuan mengendalikan diri.

Setiap individu mempunyai tingkat kesadaran dan kemampuan yang berbeda-beda dalam mengendalikan dirinya. Berbagai pengalaman atas kekeliruan dalam pengendalian diri ini dapat mengakibatkan anak melakukan tindak kriminal yang merugikan orang lain. Sebagai contoh anak yang tidak bisa beradaptasi dengan orang-orang yang berada disekitarnya akibatnya anak tersebut terkucilkan dilingkungannya. Dan contoh lainnya juga seperti anak yang tidak dapat mengontrol emosinya yang mengakibatkan anak berperilaku agresif.

Oleh karena itu sangat dibutuhkan suatu layanan konseling yaitu dengan menggunakan layanan informasi. Karena dengan layanan ini, setiap individu terutama bagi para pelajar dapat memperoleh pengetahuan dan informasi baru dari topik yang akan dibahas salah satunya mengenai kontrol diri. Selain itu juga dapat melatih kemampuan dalam berkomunikasi, mengeluarkan pendapat, menerima pendapat, dan memahami pesan dari komunikator tanpa mematahkan ataupun memotong pembicaraan dari pemberi pesan.

Demikian juga yang telah dilakukan oleh guru BK di Mts N 3 Medan dimana guru Bimbingan Konselingnya memberikan Layanan Informasi kepada siswa di sekolah, namun dalam kenyataannya layanan tersebut belum sepenuhnya memberikan hasil yang efektif. Hal ini dapat dilihat dari masih banyak perilaku siswa yang kurang baik sebagai akibat dari kurangnya *Self-control*.

Dari latar belakang diatas, peneliti menganggap penting untuk mengadakan penelitian mengenai **“Pengaruh Layanan Informasi Terhadap Peningkatan Pemahaman *Self-Control* Siswa Kelas VIII MTs N 3 Medan T.A 2018/2019”**

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka yang menjadi identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Kurangnya kemampuan siswa dalam mengontrol dirinya;
2. Adanya ketidak mampuan siswa dalam mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian;



3. Adanya kasus perilaku yang tidak terkontrol atau menyimpang seperti mengambil hak milik orang lain;
4. Adanya siswa yang mencemooh atau mencaci siswa lain;
5. Adanya perbedaan tingkat kesadaran dan kemampuan seseorang dalam mengontrol dirinya;
6. Layanan bimbingan kelompok di sekolah yang belum efektif untuk merubah perilaku siswa.

### **C. Batasan Masalah**

Mengingat berbagai keterbatasan yang dimiliki peneliti baik dari segi kemampuan dan waktu karena masalah yang sangat luas untuk dikaji, maka peneliti perlu membatasi permasalahan mengenai “Layanan Informasi Dan *Self-Control* Siswa Kelas VIII MTs N 3 Medan T.A 2018/2019”

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan di atas pada latar belakang masalah maka dapat dirumuskan masalah yakni “Apakah layanan informasi bisa Meningkatkan pemahaman *Self-Control* Siswa Kelas VIII MTs N 3 Medan T.A 2018/2019?”

### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini ialah “Untuk Meningkatkan *Self-Control* Siswa Melalui Layanan informasi Siswa Kelas VIII Mts N 3 Medan T.A 2018/2019”.

## **F. Manfaat Penelitian**

Dalam merumuskan manfaat dari penelitian ini, terdapat dua manfaat penelitian yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan khususnya Layanan informasi yang dapat dijadikan sebagai referensi.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Siswa

Penelitian ini dapat bermanfaat dalam memberikan pemahaman pada siswa untuk meningkatkan pemahaman *Self-Control* melalui layanan informasi.

#### b. Bagi Guru Bimbingan Konseling

Sebagai bahan acuan dalam menambah wawasan ilmu pengetahuan mengenai layanan Bimbingan Konseling yang sangat perlu dilaksanakan di sekolah dan tentunya dapat membantu siswa maupun guru dalam memahami akan pentingnya *Self-Control* siswa.

#### c. Bagi Peneliti lain.

Sebagai bahan masukan untuk menjadi calon guru Bimbingan Konseling dalam upaya mengatasi kasus siswa yang berasal dari permasalahan *Self-Control* sekaligus pencegahan permasalahan *Self-Control* siswa.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORITIS**

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

##### **1. Layanan Informasi**

###### **1.1. Pengertian Layanan Informasi**

Dalam menjalani kehidupannya dan perkembangan dirinya, individu memerlukan berbagai informasi, baik untuk keperluan kehidupannya sehari-hari, sekarang, maupun untuk perencanaan kehidupannya kedepan.

Menurut Hallen (2005:77) menyatakan bahwa “Layanan Informasi merupakan layanan Bimbingan dan Konseling yang memungkinkan peserta didik (klien) menerima dan memahami berbagai informasi (seperti informasi pendidikan, informasi jabatan) yang dapat dipergunakan sebagai bahan pertimbangan dan pengambilan keputusan untuk kepentingan peserta didik (klien)”.

Senada dengan pendapat Hallen, menurut Elfi (2012:66) berpendapat bahwa “Layanan informasi adalah layanan Bimbingan yang berupa pemberian penerangan, penjelasan, pengarahan.”

Informasi yang perlu disampaikan kepada siswa terutama mengenai hal-hal yang amat berguna bagi kehidupan siswa, namun hal itu jarang dibicarakan dalam mata pelajaran, misalnya informasi mengenai sistem belajar, informasi mengenai jurusan, informasi mengenai kelanjutan studi, cara bergaul dengan teman, cara membuat ringkasan, dan informasi mengenai jenis-jenis pekerjaan.

Sedangkan menurut Tohirin (2007:147) menyatakan bahwa “ Layanan informasi merupakan suatu layanan yang berupaya memenuhi kekurangan individu akan informasi yang mereka perlukan”.

Dari pengertian diatas dapat dipahami bahwa pengertian Layanan Informasi adalah Layanan informasi yaitu layanan BK yang memungkinkan peserta didik menerima dan memahami berbagai informasi yang dapat dipergunakan sebagai bahan pertimbangan dan pengambilan keputusan untuk kepentingan peserta didik. Layanan yang membantu peserta didik menerima dan memahami berbagai informasi diri, sosial, belajar, karir/jabatan, dan pendidikan lanjutan.

## **1.2.Tujuan Layanan Informasi**

Layanan pemberian informasi diadakan untuk membekali para siswa dengan pengetahuan tentang data dan fakta di bidang pendidikan sekolah, bidang pekerjaan dan bidang perkembangan pribadi-social, supaya mereka dengan belajar tentang lingkungan hidupnya lebih mampu mengatur dan merencanakan kehidupannya sendiri.

Tohirin (2007:147) mengemukakan bahwa “Layanan Informasi bertujuan agar individu (siswa) mengetahui menguasai informasi yang selanjutnya dimanfaatkan untuk keperluan hidupnya sehari-hari dan perkembangan dirinya”.

Layanan Informasi juga bertujuan untuk pengembangan kemandirian. Pemahaman dan penguasaan individu terhadap informasi yang diperlukannya akan memungkinkan individu: a)mampu memahami dan menerima diri dan lingkungannya secara objektif, positif, dan dinamis, b) mengambil keputusan, c) mengarahkan diri

untuk kegiatan-kegiatan yang berguna sesuai dengan keputusan yang diambil, dan d) mengaktualisasikan secara terintegrasi.

Sedangkan menurut Hallen (2005:77) menyatakan “Layanan Informasi bertujuan untuk membekali individu dengan berbagai pengetahuan dan pemahaman tentang berbagai hal yang berguna untuk mengenal diri, merencanakan dan mengembangkan pola kehidupan sebagai siswa, anggota keluarga dan masyarakat”.

Sedangkan menurut Prayitno (2017:66) tujuan Layanan Informasi terbagi dua:

a) Tujuan umum

Tujuan umum Layanan Informasi (INFO) adalah dikuasainya informasi tertentu oleh peserta layanan. Informasi tersebut selanjutnya digunakan oleh peserta untuk keperluan hidupnya sehari-hari (dalam rangka kehidupan efektif sehari-hari) dan perkembangan dirinya.

b) Tujuan khusus

Tujuan khusus Layanan INFO terkait dengan fungsi-fungsi konseling. Fungsi pemahaman paling dominan dan paling langsung diemban oleh layanan INFO. Peserta layanan memahami informasi dengan berbagai seluk-beluknya sebagai isi layanan. Penguasaan informasi tersebut dapat digunakan untuk pemecahan masalah (apabila peserta yang bersangkutan mengalaminya), untuk mencegah timbulnya masalah, untuk mengembangkan dan memelihara potensi yang ada, dan untuk memungkinkan peserta yang bersangkutan membuka diri dalam mengaktualisasikan hak-haknya.

### **1.3.Asas-Asas Layanan Informasi**

Prayitno (2017:69) menyatakan bahwa “Asas yang digunakan dalam Layanan Informasi yaitu asas kegiatan, asas kesukarelaan, asas keterbukaan baik peserta maupun konselor”.

### **1.4. Komponen Layanan Informasi**

Dalam layanan informasi terlibat tiga komponen pokok, yaitu konselor, peserta (klien), dan informasi yang menjadi isi layanan.

#### **a. Konselor**

Konselor, ahli dalam pelayanan konseling adalah penyelenggara layanan informasi. Konselor menguasai sepenuhnya informasi yang menjadi isi layanan, mengenal dengan baik peserta layanan dan kebutuhannya akan informasi, dan menggunakan cara-cara efektif untuk melaksanakan layanan.

#### **b. Peserta (klien)**

Pada dasarnya seseorang bebas untuk mengikuti layanan informasi sepanjang isi layanan bersifat terbuka dan tidak menyangkut pribadi-pribadi tertentu.

#### **c. Materi Layanan**

Jenis, luas dan kedalaman informasi yang menjadi isi layanan informasi sangat bervariasi, tergantung pada kebutuhan para peserta layanan. Dalam hal ini, identifikasi keperluan akan penguasaan informasi tertentu yang dilakukan oleh para peserta sendiri, konselor maupun pihak ketiga menjadi sangat penting. Pada dasarnya informasi yang dimaksud mengacu kepada seluruh bidang pelayanan konseling, yaitu bidang pengembangan pribadi, sosial, kegiatan belajar, perencanaan karier,



kehidupan berkeluarga dan beragama serta kehidupan berkewarganegaraan. Lebih rinci berbagai informasi tersebut dapat digolongkan ke dalam:

- 1) Informasi perkembangan diri
- 2) Informasi hubungan antar-pribadi, sosial, nilai dan moral
- 3) Informasi pendidikan, kegiatan belajar, dan keilmuan-teknologi
- 4) Informasi pekerjaan/karier dan ekonomi
- 5) Informasi sosial-budaya, politik, dan kewarganegaraan
- 6) Informasi kehidupan berkeluarga
- 7) Informasi kehidupan beragama
- 8) Informasi karakter-cerdas

### **1.5.Teknik Layanan Informasi**

Layanan informasi dapat diselenggarakan secara langsung dan terbuka oleh pembimbing atau konselor kepada seluruh siswa disekolah atau madrasah. Berbagai teknik dan media yang bervariasi serta fleksibel dapat digunakan melalui format klasikal dan kelompok. Format mana yang akan digunakan tentu tergantung jenis informasi dan karakteristik peserta layanan. Beberapa teknik yang biasa digunakan untuk layanan informasi. Prayitno (2017 :73-74)

#### **a. Ceramah, Tanya Jawab dan Diskusi**

Cara penyampaian informasi yang paling biasa dipakai adalah ceramah, yang diikuti dengan tanya jawab. Untuk mendalami informasi tersebut dapat dilakukan diskusi diantara para peserta, dengan mengaktifkan mereka berBMB3.

b. Media

- 1) Dalam penyampaian informasi dapat digunakan media pembantu berupa alat peraga, media tulis dan grafis serta perangkat dan program elektronik (seperti radio, televisi, rekaman, komputer, OHP, LCD). “Papan Informasi” merupakan media yang cukup efektif apabila dikelola dengan baik dan bahan sajiannya aktual.
- 2) Informasi dikemas dalam rekaman dengan perangkat kerasnya (rekaman audio, video, komputer) digunakan dalam layanan informasi yang bersifat “mandiri”, artinya peserta layanan dapat memperoleh dan mengolah sendiri informasi yang diperlukan. Layanan informasi mandiri ini dapat terselenggara secara lebih luwes, tanpa tergantung pada konselor secara pribadi, bebas dilakukan dimana saja, kapan saja, dan oleh siapa pun. Terlebih dahulu layanan informasi itu dirancang dan disiapkan secara cermat oleh konselor.

c. Acara Khusus

Melalui acara khusus, disekolah misalnya, dapat digelar “Hari Karier” yang didalamnya ditampilkan informasi tentang karier dalam spektrum yang luas. Berbagai kegiatan sebagaimana tersebut pada nomor-nomor diatas diselenggarakan. Waktu yang digunakan lebih lama, satu hari atau lebih. Pergelaran semacam “Hari Karier” itu dapat pula diselenggarakan untuk bidang-bidang informasi lainnya, diberbagai kesempatan dan tempat, di sekolah, perguruan tinggi, kantor, pusat layanan masyarakat, dan sebagainya.

Dengan demikian dapat digelar “Hari Hukum” “ Hari Anti Narkoba” dan sebagainya.

d. Narasumber

Penyelenggaraan layanan informasi tidak dimonopoli oleh konselor, pihak-pihak lain dapat diikutsertakan. Dalam hal ini peranan narasumber sangat dominan. Sesuai dengan isi informasi dan pesertanya. Narasumber diundang untuk menyajikan informasi yang dimaksudkan.

### **1.6. Kegiatan Pendukung Layanan Informasi**

Beberapa kegiatan pendukung layanan informasi adalah: pertama, aplikasi instrument dan himpunan data. Kedua, konferensi kasus. Ketiga, kunjungan rumah. Keempat, alih tangan kasus.

### **1.7. Pelaksanaan Layanan Informasi**

Pelaksanaan layanan informasi menempuh tahapan-tahapan sebagai berikut: pertama, perencanaan yang mencakup kegiatan: (a) identifikasi kebutuhan akan informasi bagi calon peserta layanan; (b) menetapkan materi informasi sebagai isi layanan; (c) menetapkan subjek sasaran layanan; (d) menetapkan narasumber; (e) menyiapkan prosedur, perangkat, dan media layanan; dan (f) menyiapkan kelengkapan administrasi.

Kedua, pelaksanaan yang mencakup kegiatan: (a) mengorganisasikan kegiatan layanan, (b) menetapkan prosedur evaluasi; (c) mengoptimalkan penggunaan metode dan media.

Ketiga, evaluasi yang mencakup kegiatan: (a) menetapkan materi evaluasi; (b) menetapkan prosedur evaluasi; (c) menyusun instrument evaluasi; (d) mengaplikasikan intrumen; (e) mengolah hasil aplikasi instrumen.

Keempat, analisis hasil evaluasi yang mencakup kegiatan: (a) menetapkan norma atau standar evaluasi; (b) melakukan analisis; dan (c) menafsirkan hasil analisis.

Kelima, tindak lanjut yang mencakup kegiatan: (a) menetapkan jenis dan arah tindak lanjut; (b) mengomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak terkait, dan (c) melaksanakan rencana tindak lanjut.

Keenam, pelaporan yang mencakup kegiatan: (a) menyusun laporan layanan informasi; (b) menyampaikan laporan kepada pihak terkait (kepala sekolah atau madrasah) dan (c) mendokumentasikan laporan.

## ***2. Self-Control***

### **2.1. Pengertian *Self-Control***

*Self-control* (Kontrol Diri) merupakan salah satu kemampuan yang harus ada pada setiap orang, karena bayangkan saja apabila seseorang tidak memiliki kemampuan untuk mengontrol diri mungkin saja dia tidak dapat bersikap seperti orang normal lainnya. Karena pada dasarnya manusia memiliki dorongan-dorongan yang kuat dalam dirinya untuk melakukan atau memenuhi sesuatu yang ia inginkan, dan apabila manusia tidak memiliki kemampuan untuk mengendalikan dorongan-dorongan tersebut maka kehidupannya tidak dapat berjalan dengan seimbang.

Calhoun dan Acocella (2017:22) menyebutkan bahwa “Kontrol diri (*Self-Control*) sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri”.

Pendapat lain dikemukakan oleh Goldfried (2017:22)

“Kontrol diri merupakan suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan”.

Menurut Synder dan Gangestad (2017:22) mengatakan bahwa: “Konsep mengenai kontrol diri secara langsung sangat relevan untuk melihat hubungan antara pribadi dengan lingkungan masyarakat dalam mengatur kesan masyarakat yang sesuai dengan isyarat situasional dalam bersikap dan berpendirian yang efektif”.

Individu dengan kontrol diri tinggi sangat memperhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Individu cenderung akan mengubah perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial yang kemudian dapat mengatur kesan yang dibuat perilakunya lebih responsif terhadap petunjuk situasional, lebih fleksibel, berusaha untuk memperlancar interaksi sosial, bersikap hangat, dan terbuka.

Ketika berinteraksi dengan orang lain, seseorang akan berusaha menampilkan perilaku yang dianggap tepat bagi dirinya, yaitu perilaku yang dapat menyelamatkan interaksinya dari akibat negatif yang disebabkan karena respon yang dilakukannya. Kontrol diri diperlukan guna membantu individu dalam mengatasi kemampuannya yang terbatas dan mengatasi berbagai hal merugikan yang mungkin terjadi yang berasal dari luar.

Calhoun dan Acocella (2017:23) mengemukakan

“Dua alasan yang mengharuskan individu mengontrol diri secara kontinu Pertama, individu hidup bersama kelompok sehingga dalam memuaskan keinginannya individu harus mengontrol perilakunya agar tidak mengganggu kenyamanan orang lain. Kedua, masyarakat mendorong individu untuk secara konstan menyusun standar yang lebih baik bagi dirinya. Ketika berusaha memenuhi tuntutan, dibuatkan pengontrolan diri agar dalam proses pencapaian standar tersebut individu tidak melakukan hal-hal yang menyimpang”.

Kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya. Menurut konsep ilmiah, pengendalian emosi berarti mengarahkan energi emosi ke saluran ekspresi yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial. Konsep ilmiah menitikberatkan pada pengendalian. Tetapi, tidak sama artinya dengan penekanan. Ada dua kriteria yang menentukan apakah kontrol emosi dapat diterima bila reaksi masyarakat terhadap pengendalian emosi adalah positif. Namun, reaksi positif saja tidaklah cukup karenanya perlu diperhatikan kriteria lain, yaitu efek yang muncul setelah mengontrol emosi terhadap kondisi fisik dan psikis. Kontrol emosi seharusnya tidak membahayakan kondisi fisik dan psikis individu. Artinya dengan mengontrol emosi kondisi fisik dan psikis individu harus membaik.

Hurlock 1973 (2107:24) menyebutkan tiga kriteria emosi yaitu:

1. Dapat melakukan kontrol diri yang dapat diterima secara sosial.
2. Dapat memahami seberapa banyak kontrol yang dibutuhkan untuk memuaskan kebutuhannya dan sesuai dengan harapan masyarakat.
3. Dapat menilai situasi secara kritis sebelum meresponnya dan memutuskan cara beraksi terhadap situasi tersebut.



Kontrol diri individu sendiri yang menyusun standar bagi kinerjanya dan menghargai atau menghukum dirinya bila berhasil atau tidak berhasil bila mencapai standar tersebut.

Dengan demikian dapat dipahami Kontrol diri (*Self-Control*) merupakan suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku mengandung makna, yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Semakin tinggi kontrol diri semakin intens pengendalian terhadap tingkah laku. Atau suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan merubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, dan menutupi perasaannya.

## **2.2.Aspek-Aspek Kontrol Diri**

Berdasarkan konsep Averill (2017:29) menyebutkan “kontrol diri dengan sebutan kontrol personal, yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitife control*), dan mengontrol keputusan (*decisional control*)”.

### **a. Kontrol Perilaku (*Behavior Control*)**

Kontrol perilaku merupakan kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung memengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua

komponen, yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Apakah dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi.

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.

b. 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 berdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). 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 subjektif.

c. Mengontrol keputusan (*decisional control*)

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

### 2.3. Jenis-jenis *Self-control* (Kontrol Diri)

Menurut Block dan Block (2017: 31) menjelaskan ada 3 jenis kualitas kontrol diri, yaitu *over control*, *under control*, dan *appropriate control*, dengan penjelasan sebagai berikut:

- a. *Over control* merupakan kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap stimulus.
- b. *Under control* merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impulsivitas dengan bebas tanpa perhitungan yang matang.
- c. *Appropriate control* merupakan kontrol individu dalam upaya mengendalikan implus secara tepat.

Dengan demikian, jenis-jenis kontrol diri ini dapat menjadi acuan bagi siswa agar dapat mengetahui kualitas *self-control* (kontrol diri) yang ada pada dirinya, apakah kontrol dirinya termasuk kedalam *over control* (kontrol diri yang dilakukan secara berlebihan), *under control* (kontrol diri yang dilakukan dengan bebas tanpa

perhitungan yang matang), atau *appropriate* (kontrol diri yang dilakukan dan dikendalikan secara tepat).

#### **2.4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Self-Control* (Kontrol Diri)**

Faktor yang mempengaruhi kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Ghufron (2017:32) secara garis besarnya faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri ini terdiri dari faktor internal (dari diri individu) dan faktor eksternal (lingkungan individu). Dengan penjelasan sebagai berikut:

a. Faktor internal

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

b. Faktor eksternal

Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Hasil penelitian Nasichah (2000) menunjukkan bahwa persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orang tua yang semakin demokratis cenderung diikuti tingginya kemampuan mengontrol dirinya. Oleh sebab itu, bila orang tua menerapkan sikap disiplin kepada anaknya secara intens sejak dini, dan orang tua tetap konsisten terhadap konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah ditetapkan maka sikap kekonsistensian ini akan diinternalisasikan anak. Dikemudian akan menjadi kontrol dirinya.

## 2.5. Cara Mengembangkan Kemampuan Kontrol Diri

Ahli-ahli berpendapat bahwa selain dapat mereduksi efek psikologis yang negatif yang bersumber dari *stressor* lingkungan, kontrol diri juga dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat pencegahan (*preventif*). Secara umum strategi untuk memaksimalkan kontrol diri dapat digolongkan dalam tiga kategori, yaitu:

- a. Membuat atau memodifikasi lingkungan menjadi responsif atau menunjang tujuan-tujuan yang dicapai oleh individu. Pada prinsipnya, arah ini menempatkan objek (lingkungan) sebagai sentral atau pusat pengembangan. Contohnya, mengubah tata letak perabotan atau fungsi ruangan dalam mengurangi kebosanan didalam rumah atau tempat kerja.
- b. Memperbanyak informasi dan kemampuan untuk menghadapi atau menyesuaikan diri dengan lingkungan. Subjek atau individu menjadi fokus atau sentral pengembangan. Misalnya, melatih diri mengantisipasi hal-hal atau kondisi yang tidak menyenangkan yang mungkin terjadi pada masa yang akan datang.
- c. Menggunakan secara lebih efektif kebebasan memilih dalam pengaturan lingkungan. Misalnya menggunakan waktu dalam posisi individu dalam situasi atau lingkungan pada saat-saat tertentu juga dapat digunakan sebagai alternatif bilamana hal tersebut dipandang lebih baik.

Tips untuk melatih disiplin dan menahan diri ini dapat dilakukan dengan cara-cara:

- a. Tuliskan kontrak antar diri Anda sendiri untuk berkomitmen melakukan satu hal yang akan membawa Anda pada level tertinggi. Berjanjilah untuk melakukannya satu hari 12 detik. Kenapa Cuma 12 detik? Hal ini memang sengaja. Kalau Anda

sudah bisa melakukannya selama 12 detik itu, Anda bisa menambah sendiri waktu Anda. Namun hal yang paling sulit dilakukan adalah mendisiplinkan dan mengontrol diri kita untuk konsisten melakukannya setiap hari selama 12 detik.

- b. Bayangkan betapa menyenangkan hal yang akan kita peroleh jika kita bisa menahan diri. Fokus pada rasa senang yang akan kita peroleh mampu membuat kita menahan diri. Hal ini justru bukanlah menjadi penderitaan. Sebab kita hanya berkonsentrasi pada rasa senang yang akan kita dapatkan. Jangan lupa saat sukses melakukan hal-hal kecil tersebut, berikan *reward* pada diri sendiri, dan katakan bahwa kita hebat karena kita mampu melakukannya. Sebaliknya, rasa tidak senang terhadap sesuatu hal, akan membuat kita tidak mampu melakukan sesuatu yang sifatnya positif. Hal ini berarti bahwa kita berada dalam posisi kontrol diri yang lemah, tidak ada suatu proses pengolahan diri dengan cara mencoba melakukan kontrol diri. Manusia yang tidak bisa menahan dirinya atau kalah oleh dorongan-dorongan yang ada pada dirinya, bukan manusia dewasa. Perilaku semacam ini sebenarnya bisa dimasukkan kategori perilaku anak-anak. Anak-anak, jika menginginkan sesuatu harus tercapai. Dewasa tidaknya seseorang bukan ditentukan faktor umur. Orang bisa dikatakan matang apabila dia mampu mengolah seluruh dorongan yang muncul dengan mempertimbangkan berbagai nilai yang ada di masyarakat, seperti hukum, norma, agama, dan nilai-nilai budaya yang dijunjung tinggi masyarakat. Jika seseorang sudah berada pada tahap yang lebih tinggi dari sekedar memenuhi kebutuhan dasarnya, hidupnya tidak akan lagi didominasi oleh hal-hal negatif dalam berpikir, bersikap, dan

berperilaku negatif. Ia juga mencoba agar dirinya bisa diterima oleh lingkungan sekitar, lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat yang lebih luas.

- c. Berkarya, bisa dalam berbagai bentuk kegiatan, terutama berkarya sebaik-baiknya dalam pekerjaan kita, apapun jenisnya. Dengan bekerja maksimal, tidak akan ada tempat untuk memikirkan hal-hal negatif, seperti dorongan untuk menyontek dalam ujian, menjelek-jelekan orang lain, mengganggu ketentraman kelas, terlibat dalam pertengkaran atau perkelahian. Kalau siswa sudah sampai ke tahap berkarya dan bisa mengaktualisasikan dirinya, hal ini membuat dirinya lebih puas. Analoginya begini, jika sadar tentang kesehatan, makan bukan segala-galanya lagi.
- d. Mengendalikan suasana hati. Hati atau kalbu adalah pusat kekuatan psikis. Suasana hati sangat mudah berubah sejalan dengan dinamika kehidupan yang dialami seseorang. Suasana hati akan menentukan apakah seseorang menjadi mulia atau hina. Hati atau kalbu yang membimbing akal dan pikiran kita. Mengendalikan suasana berarti selalu membersihkan kalbu sehingga senantiasa memancarkan rasa syukur, rendah hati, kasih sayang, dan sikap optimis.
- e. Mengendalikan pikiran. Dimensi pikir merupakan faktor penentu sikap dan perilaku individu. Individu yang memiliki persepsi/pikiran yang benar (positif) akan membentuk suatu proses atau aktivitas yang benar (positif). Sebaliknya, persepsi yang keliru (negatif). Hal apa saja yang mendominasi pikiran Anda? Pengendalian pikiran dapat dilakukan dengan mengawasi isi terbanyak dalam pikiran. Cara lain untuk mengendalikan pikiran adalah berpikir secara holistik

dengan mempertimbangkan semua dimensi (dimensi sosial, emosional, dan spiritual).

## **B. Kerangka Konseptual**

Bimbingan dan konseling merupakan bagian dari institusi pendidikan yang berperan dalam membendung arus perilaku negatif para siswa khususnya di sekolah. Beberapa layanan yang diberikan Bimbingan dan Konseling ada yang berfungsi sebagai pencegahan, penyembuhan, pemahaman, dan pengembangan. Untuk itu Bimbingan Konseling juga memiliki konsep dalam mencegah perilaku menyimpang dari setiap siswa. Tidak hanya itu, kasus yang sering terabaikan di lembaga formal adalah siswa yang memiliki kecerdasan tinggi namun tidak mendapatkan prestasi yang maksimal yang sesuai dengan kecerdasannya. Setelah mencari kemungkinan faktor penyebab adalah kebanyakan berasal dari tidak bisanya dalam mengontrol dirinya dalam beberapa hal atau bahkan dalam semua hal. Kontrol diri itu sendiri sebenarnya memiliki dampak yang amat besar dalam psikologis siswa itu sendiri termasuk terhadap prestasinya.

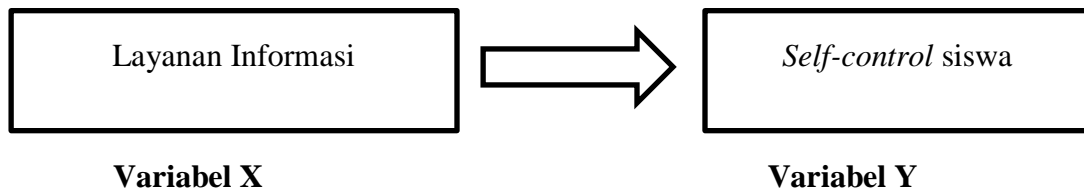
Untuk itu, seorang guru pembimbing atau konselor sekolah perlu memaksimalkan peran dan fungsinya di lembaga sekolah yang ditanganinya. Sehingga setiap siswa yang menjadi anak asuh bagi guru pembimbing dapat mencapai perkembangan yang maksimal.

Dalam penelitian ini, peneliti ingin meningkatkan *Self-control* siswa melalui layanan informasi yang akan dilaksanakan dalam beberapa siklus di mana peneliti



nantinya akan melihat apakah cara peneliti merancang layanan ini perlu diperbaiki, atau mungkin peneliti akan menemukan kekurangan dan kelebihan dalam layanan ini.

Dengan demikian paradigma penelitian dapat digambarkan dalam skema kerangka konseptual sebagai berikut:



**Gambar 2.1** Pengaruh Layanan Informasi Terhadap Peningkatan *Self-Control* Siswa.

### C. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan (Sugiyono 2017:64).

Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta yang empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data.

Berdasarkan kajian teori diatas, maka hipotesis statistik yang akan dikemukakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

$H_a$  : Ada Pengaruh Layanan Informasi Terhadap *Self-Control* Siswa Kelas VIII MTs N 3 Medan T.A 2018/2019.

$H_0$  : Tidak Ada Pengaruh Layanan Informasi Terhadap *Self-Control* Siswa Kelas VIII MTs N 3 Medan T.A 2018/2019.

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Lokasi dan Waktu Penelitian

##### 1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di MTs N 3 Medan, yang berlokasi di jalan Melati XIII Helvetia Tengah, Kota Medan Prov. Sumatera Utara. Lokasi ini dipilih karena memiliki semua aspek pendukung yang membuat penelitian berjalan dengan baik.

##### 2. Waktu Penelitian

Kegiatan ini dilaksanakan pada tahun ajaran 2018/2019 yang tepatnya dimulai dari bulan Februari 2019 berakhir pada bulan Agustus 2019. Untuk lebih jelasnya, rencana waktu penelitian ini dapat di lihat pada tabel 3.1 berikut:

**Tabel 3.1**  
**Waktu Pelaksanaan Penelitian**

No	Kegiatan	Bulan/Minggu																											
		Februari				Maret				April				Mei				Juli				Agustus				September			
		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	Penulisan Proposal			■	■	■	■																						
3	Bimbingan Proposal							■	■	■	■																		
4	Persetujuan Proposal											■	■	■	■														
5	Seminar Proposal													■	■	■	■												
6	Pelaksanaan Penelitian															■	■	■	■										
	Pengolahan Data																				■								
7	Pembuatan Skripsi																					■	■						
8	Bimbingan Skripsi																						■	■					
9	Pengesahan Skripsi																							■	■				
10	Sidang Meja Hijau																							■	■				

## B. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Menurut Sugiyono (2017:80) “Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas : obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”.

Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII MTs N 3 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019.

**Tabel 3.2**  
**Jumlah Populasi Siswa**

No	Kelas	Jumlah Siswa
1	VIII-1	36
2	VIII-2	35
3	VIII-3	37
4	VIII-4	37
5	VIII-5	35
<b>Jumlah</b>		<b>180</b>

### 2. Sampel

Sugiyono (2017:81) “Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”.

Sampel adalah sebagian dari penelitian dipandang dapat mewakili populasi untuk dijelaskan sebagai sumber data atau informasi dalam suatu penelitian ilmiah.

Sesuai dengan standar pelaksanaan layanan informasi, jumlah sampel penelitian dalam penelitian ini adalah 35 orang, seperti pada tabel berikut:

**Tabel 3.3**  
**Jumlah Populasi Siswa**

No	Kelas	Jumlah Siswa	Jumlah Populasi
1	VIII-2	35	35
<b>Jumlah</b>		<b>35</b>	<b>35</b>

Adapun teknik pengambilan sampel yang penulis gunakan untuk penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Menurut Arikunto (2013:183) mengemukakan bahwa “Sampel bertujuan (*purposive sampling*) dilakukan dengan mengambil subjek bukan didasarkan atas random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu”.

Dengan demikian, total subjek orang siswa, maka penulis mengambil sampel atau objek berdasarkan kelas yang mengalami masalah tentang *self-control* (kontrol diri) kelas sehingga total objek keseluruhan adalah 35 siswa.

### **C. Jenis Penelitian**

Penelitian ini mengacu pada pendekatan penelitian kuantitatif. Menurut Sugiono (2017: 14), “Penelitian kuantitatif didasari pada filsafat positivisme digunakan peneliti pada populasi atau sampel tertentu”. Teknik pengumpulan sampel pada umumnya dilakukan secara random, mengumpulkan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

*Pre-eksperimental Design* yaitu penelitian yang dilakukan dengan memberikan perlakuan kepada sekelompok orang yang dijadikan subjek penelitian. Menurut Sugiyono (2017:109) “Penelitian *Pre-eksperimental Design* ini masih

terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen”. Jadi hasil eksperimen yang merupakan variabel dependen itu bukan semata-mata dipengaruhi oleh variabel independen. Hal ini dapat terjadi karena tidak adanya variabel kontrol, dan sampel tidak dipilih secara random.

#### **D. Desain Penelitian**

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Design Pre Test-Post Test*. Menurut Sugiyono (2017:74-75) “*One Group Design Pre Test-Post Test* merupakan desain eksperimen yang hanya menggunakan satu kelompok subyek (kasus tunggal) serta melakukan pengukuran sebelum diberikan perlakuan (*pre test*) dan sesudah diberikan perlakuan (*post test*)”.

Selanjutnya Secara sistematis dapat dilihat dengan gambar sebagai berikut:

**Tabel 3.4**  
**Desain Penelitian (*one group pretest and posttest design*)**

<b>O1</b>	<b>X</b>	<b>O2</b>
-----------	----------	-----------

Keterangan :

O1 : *Pre-test* diberikan sebelum melakukan layanan informasi

X : Perlakuan (layanan informasi)

O2 : *Post-test* diberikan setelah melakukan layanan informasi

Desain penelitian ini secara konkrit yang akan dilaksanakn di kelas VIII-2 MTs N 3 Medan adalah sebagai berikut:

1. *Pretest*. *Pretest* dilakukan untuk mengukur variabel terikat sebelum memberikan perlakuan. Dalam penelitian ini, *pretest* dilakukan dengan cara memberikan skala *self control* sebelum memberikan perlakuan. Tujuan dari *pretest* adalah untuk mengetahui seberapa besar tingkat *self control* siswa sebelum diberikan perlakuan. Hasil dari *pretest* ini akan menjadi bahan perbandingan pada *posttest*.
2. *Treatment* (perlakuan). Pemberian perlakuan yang diberikan adalah berupa layanan informasi, layanan ini diberikan untuk meningkatkan *self control* siswa. Perlakuan berupa layanan informasi akan dilaksanakan selama empat kali pertemuan dan masing-masing pertemuan berlangsung kurang lebih 45 menit.
3. *Posttest*. *Posttest* diberikan kepada siswa setelah diberikan perlakuan berupa layanan informasi. *Posttest* bertujuan untuk mengetahui tingkat keberhasilan perlakuan yang telah dilakukan dan untuk mengetahui seberapa besar tingkat *self control* siswa setelah diberikan perlakuan.

#### **E. Variable Penelitian**

Untuk memudahkan pemahaman dan pembahasan dalam penelitian yang dilakukan, perlu dibuat defenisi konseptual dan defenisi operasional masing-masing variabel yang diduga saling mempengaruhi.

Menurut Sugiyono (2017:38) mengemukakan bahwa “Variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya”.

Adapun variabel dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu variabel independen (bebas) dan variabel dependen (terikat).

1. Variabel Bebas (x) : Layanan Informasi
2. Variabel Terikat (y) : *Self-Control*

#### **F. Defenisi Operasional**

Untuk menghindari kesalah pahaman dan untuk mengarahkan penelitian ini demi mencapai tujuan maka defenisi operasional dari masing-masing penelitian ini sebagai berikut:

1. Variabel bebas (X) : Layanan Informasi

Layanan Informasi merupakan layanan Bimbingan dan Konseling yang memungkinkan peserta didik (klien) menerima dan memahami berbagai informasi (seperti informasi pendidikan, informasi jabatan) yang dapat dipergunakan sebagai bahan pertimbangan dan pengambilan keputusan untuk kepentingan peserta didik (klien)".

2. Variabel terikat (y) : *Self-control*

Kontrol diri atau pengendalian diri merupakan suatu kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, selalu konform dengan orang lain, dan menutupi perasaannya. Kontrol diri adalah tugas yang banyak memakan energi otak,

dan pasokan energi internal kita terbatas bagaimanapun, kita bukannya tidak memiliki pasokan gula dalam pembuluh darah menuju korteks prefrontal.

Indikator: a). Kontrol perilaku; b). Kontrol kognitif; dan c). Kontrol keputusan

## **G. Instrument Penelitian**

Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data yang dilakukan peneliti di MTs N 3 Medan menggunakan instrument observasi dan angket.

### **1. Observasi**

Observasi merupakan suatu penelitian yang dijalankan secara sistematis dan sengaja diadakan dengan menggunakan alat indera (terutama mata) atas kejadian-kejadian yang langsung dapat ditangkap pada waktu kejadian itu berlangsung. Agar observasi berhasil dengan baik, salah satu hal yang harus dipenuhi ialah alat indera harus dipergunakan dengan sebaik-baiknya.

### **2. Angket**

Angket atau Kuisisioner adalah suatu daftar yang berisi pertanyann-pertanyaan yang harus dijawab atau dikerjakan oleh responden atau orang/ anak yang ingin diselidiki. Dengan kuisisioner, dapat diperoleh fakta-fakta atau opini-opini. Pertanyaan dalam kuisisioner tergantung pada maksud dan tujuan yang ingin dicapai. Hal tersebut mempunyai pengaruh terhadap bentuk dari pertanyaan yang ada dalam angket tersebut.

Untuk item yang sudah disediakan adalah :



**Tabel 3.5**  
**Skala Likert**

Pernyataan +		Pernyataan -	
Kategori jawaban	Skor	Kategori jawaban	Skor
Sangat Sering (SS)	4	Sangat Sering (SS)	1
Sering (S)	3	Sering (S)	2
Kadang- kadang (KD)	2	Kadang- kadang (KD)	3
Tidak Pernah (TP)	1	Tidak Pernah (TP)	4

**Tabel 3.6**  
**Kisi-Kisi Instrumen *Self-Control***

Variabel	Indicator	Deskriptor	Item		Jumlah
			+	-	
<i>Self-Control</i>	Cognitive control (kendali kognitif)	Berfikir sebelum bertindak	1,2,3,	4,5,6	6
		Mampu mengelola emosi	7,8,9	10,11,12	6
	Decision Control (kendali keputusan)	Memilih kegiatan sesuai dengan kebutuhan	13,14,15,16,17	18,19,20,21,22	10
	Behavior Control (kendali perilaku)	Perilaku terhadap orang lain	23,24,25,26,27,28	29,30,31,32,33,34	12
		Mampu mengendalikan keadaan	35,36,37	38,39,40	6
	<b>Jumlah</b>			<b>20</b>	<b>20</b>

## H. Uji Coba Instrumen

### 1. Uji Validitas

Menurut sugiyono (2008:363) “Validitas merupakan derajat ketetapan antara data yang terjadi pada objek penelitian dengan data yang dapat dilaporkan oleh peneliti”. Adapun analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif yaitu mengumpulkan, merangkum, serta menginterpretasikan data-data yang diperoleh dan selanjutnya diolah kembali sehingga diharapkan dapat menghasilkan gambaran yang jelas, terarah, dan menyeluruh dari masalah yang di bahas. Hasil pengolahan data analisis dengan menggunakan rumus kolerasi product moment sbb:

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(N \sum x^2 - (\sum x)^2)(N \sum y^2 - (\sum y)^2)}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  = Koefesien korelasi antara variabel bebas dan terikat

$\sum XY$  = Jumlah total hasil perkalian antara variabel bebas dan terikat

$\sum X$  = Jumlah skor variabel bebas

$\sum Y$  = Jumlah total skor variabel terikat

$\sum X^2$  = Jumlah kuadrat skor variabel bebas

$\sum Y^2$  = Jumlah kuadrat skor variabel terikat

$N$  = Jumlah sampel yang diteliti

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa suatu instrument cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrument tersebut sudah baik. Menurut Arikunto (2006 : 239) untuk menguji reliabilitas dapat menggunakan rumus Alpha sebagai berikut :

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

Keterangan :

$r_{11}$	=	Realibilitas Instrument
$k$	=	Banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal
$\sum \sigma b^2$	=	Jumlah varians butir
$\sigma^2 t$	=	Varians total

Kriteria suatu instrumen penelitian dikatakan reliabel dengan menggunakan teknik ini, bila koefisien reliabel ( $r_{11}$ )  $> 0,6$ .

### I. Teknik Analisis data

#### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas tidak lain sebenarnya adalah mengadakan pengujian terhadap normal tidaknya sebaran data yang akan dianalisis. Pengujian dilakukan tergantung variabel yang akan diolah. Pengujian normalitas sebaran data menggunakan *Kolmogrov-Smirnov Test* dengan bantuan SPSS v22.

Menurut metode *Kolmogrov-Smirnov*, kriteria pengujian adalah sebagai berikut:

- Jika signifikansi dibawah 0,05 berarti data yang akan diuji mempunyai perbedaan yang signifikan dengan data normal baku, berarti data tersebut tidak normal.

- b. Jika signifikansi diatas 0,05 maka berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara data yang akan diuji dengan data normal baku, berarti data tersebut normal

## 2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah sampel yang diambil dari populasi memiliki varian yang sama dan tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan antara yang satu dengan yang lain. Menurut Sudjana (2005:250) Uji homogenitas dilakukan untuk memperoleh informasi apakah kedua kelompok sampel memiliki varians yang homogen atau tidak. Uji homogenitas dua varians terhadap hasil data *pretest* dan *posttest* menggunakan uji Levene dengan SPSS v22. Dengan kriteria pengujian adalah sebagai berikut:

- a. Jika nilai signifikansi < 0,05 berarti data tersebut dinyatakan tidak homogen.
- b. Jika nilai signifikansi > 0,05 berarti data tersebut dinyatakan homogen.

## 3. Uji Hipotesis

Menurut Arikunto (2017:349) untuk menganalisis hasil eksperimen yang menggunakan *pretest* dan *posttest* ,maka rumusnya adalah :

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum xd^2}{N(N-1)}}$$

Keterangan :

Md : Mean dari perbedaan pre-test dengan post test

Xd : Deviasi masing –masing subjek ( d- Md)

$\sum x^2d$  : Jumlah kuadrat deviasi

N : Sampel

d.b : Ditentukan dengan N-1

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN**

#### **A. Gambaran Umum Sekolah**

##### **1. Identitas Sekolah**

- a. Nama Sekolah : MTs Negeri 3 Medan
- b. Alamat : Jl. Melati XIII, Helvetia Tengah, Medan  
Helvetia, Kota Medan, Sumatera Utara 20124
- c. Nomor Statistik Sekolah : 11.2.11.12.70.003
- d. Provinsi : Sumatera Utara
- e. Otonomi Daerah : Kota Medan
- f. Kecamatan : Medan Helvetia
- g. Desa/Kelurahan : Helvetia Tengah
- h. Jalan dan Nomor : Jl. Melati 13 Blok X PHM
- i. Kode Pos : 20124
- j. Telepon : (061) 8472306
- k. Daerah : Perkotaan
- l. Status Sekolah : Negeri
- m. Kelompok Sekolah : Inti
- n. Akreditasi : A
- o. Tahun Berdiri : 1997
- p. Kegiatan Belajar Mengajar : Pagi
- q. Bangunan Sekolah : Bukan milik sendiri

r. Organisasi Penyelenggaraan : Pemerintah

## **2. Visi, Misi dan Tujuan Sekolah**

### **a. VISI:**

Menjadi Madrasah yang unggul dalam kualitas berdasarkan IMTAQ, dan menjadi kebanggaan umat, dijiwai nilai-nilai budaya dan karakter bangsa.

Indikator dari visi tersebut adalah:

- 1) Mampu bersaing dengan lulusan yang sederajat untuk melanjutkan / diterima di jenjang pendidikan yang lebih tinggi.
- 2) Mampu berfikir aktif, kreatif dan keterampilan memecahkan masalah.
- 3) Memiliki keterampilan, kecakapan non akademis sesuai dengan bakat dan minat siswa.
- 4) Memiliki keyakinan teguh dan mengamalkan ajaran agama islam secara benar dan konsekuen.
- 5) Dapat menjadi teladan bagi teman dan masyarakat.
- 6) Memiliki lingkungan fisiki yang hijau dan bersih.
- 7) Memiliki kesadaran tinggi dalam mentaati aturan bernegara dan beragama serta memiliki toleransi dalam menyikapi perbedaan.

### **b. MISI :**

Disiplin dalam kerja, mewujudkan manajemen kekeluargaan, kerjasama, akhlatul karimah, pelayanan prima dengan meningkatkan profesionalisme guru, serta mengeratkan silaturahmi.

Indikator dari misi tersebut adalah:

- 1) Melaksanakan pembelajaran dan bimbingan secara efektif sehingga setiap siswa berkembang secara optimal, sesuai dengan potensi yang dimiliki.
- 2) Menumbuhkan semangat keunggulan secara intensif kepada seluruh warga madrasah.
- 3) Mendorong dan membantu setiap siswa untuk mengenali potensi dirinya, sehingga dapat berkembang secara optimal.
- 4) Menumbuhkan dan mendorong keunggulan dalam penerapan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni.
- 5) Menumbuhkan penghayatan terhadap ajaran agama Islam dan budaya bangsa sehingga terbangun siswa yang kompeten dan akhratul karimah.
- 6) Mendorong lulusan yang berkualitas , berprestasi, berakhlak tinggi, dan bertaqwa pada Allah SWT.

**c. Organisasi Sekolah**

- 1) Struktur Organisasi Sekolah

Struktur organisasi MTs Negeri 3 Medan adalah sebagai berikut:

- a) Kepala MTs Negeri 3 Medan
- b) Ka. Tata Usaha MTs Negeri 3 Medan
- c) Wakil Kepala Sekolah Bidang Kurikulum
- d) Wakil Kepala Sekolah Bidang Sarana dan Prasarana
- e) Wakil Kepala Sekolah Bidang Kesiswaan
- f) Wakil Kepala Sekolah Bidang Humas
- g) BK

- h) Wali Kelas (Guru-guru)
- i) OSIS
- j) Siswa

## 2) Sumber Daya Manusia di Sekolah

Tugas dan peranan setiap komponen organisasi unit MTs Negeri 3 Medan adalah sebagai berikut:

### a) Kepala MTs Negeri 3 Medan

Dalam pelaksanaan tugas, kepala sekolah berperan sebagai edukator, manajer, administrator dan supervisor, dan pimpinan leader inovator.

### b) Ka. Tata Usaha MTs Negeri 3 Medan

Adapun susunaan yang ingin dicapai dari bidang ketata usahaan adalah:

- 1) Pengelolaan surat-surat
- 2) Pengelolaan administrasi umum
- 3) Pemantapan pengelolaan data kepegawaian, data kenaikan pangkat / tingkat dan berkaki.

### c) Wakil Kepala Sekolah Bidang Kurikulum

Adapun tugas wakil kepala sekolah bidang kurikulum adalah:

- 1) Menyusun dan menyebarkan kalender pendidikan
- 2) Menyusun pembagian tugas guru dan jadwal pelajaran
- 3) Mengatur penyusunan program pengajaran (program semester), program setahun pelajaran, dan persiapan mengajar penjabaran dan penyesuaian kurikulum



- 4) Mengatur pelaksanaan kegiatan kurikuler dan ekstrakurikuler
- 5) Mengatur pelaksanaan program penilaian kriteria kenaikan kelas, kriteria kelulusan, dan laporan kegiatan belajar siswa, serta pembagian rapot dan STTB
- 6) Mengatur pelaksanaan program perbaikan dan pengajaran
- 7) Mengatur pemanfaatan lingkungan sebagai sumber belajar
- 8) Mengatur pengembangan MGMPP dan koordinator mata pelajaran
- 9) Mengatur mutasi siswa
- 10) Melakukan supervisi administrasi dan akademik
- 11) Menyusun laporan

d) Wakil Kepala Sekolah Bidang Sarana dan Prasarana

Adapun tugas wakil kepala sekolah bidang sarana dan prasarana adalah:

- 1) Merencanakan kebutuhan prasarana untuk menunjang proses belajar mengajar
- 2) Merencanakan program pengadaannya
- 3) Mengatur pemanfaatan sarana dan prasarana
- 4) Mengelola, perawatan, perbaikan, dan pengisian
- 5) Mengatur pembukuannya
- 6) Menyusun laporan

e) Wakil Kepala Sekolah Bidang Kesiswaan

Adapun tugas wakil kepala sekolah bidang kesiswaan adalah:

- 1) Mengatur program dan pelaksanaan bimbingan konseling, mengatur dan mengkoordinasikan pelaksanaan 7K (kebersihan, keindahan, kenyamanan, ketertiban, kerindangan, kesehatan, keamanan)
- 2) Mengatur dan membina program kegiatan osis meliputi kepramukaan dan paskibraka
- 3) Mengatur program pesantren kilat
- 4) Menyusun dan mengatur pelaksanaan pemilihan siswa teladan sekolah
- 5) Mengadakan cerdas cermat, olahraga, prestasi
- 6) Menyeleksi calon untuk diusulkan mendapatkan beasiswa

f) Wakil Kepala Sekolah Bidang Humas

Adapun tugas wakil kepala sekolah bidang humas adalah:

- 1) Mengatur dan mengembangkan hubungan dengan komite sekolah dan peran komite sekolah
- 2) Menyelenggarakan buku sosial – karya wisata
- 3) Menyelenggarakan pameran hasil pendidikan sekolah (gebyar pendidikan)
- 4) Menyusun laporan

g) Guru

Adapun tugas guru adalah :

- 1) Membuat program pengajaran (rencana kegiatan belajar mengajar)
- 2) Membuat satuan pengajaran
- 3) Melaksanakan kegiatan belajar mengajar

- 4) Melaksanakan kegiatan penilaian belajar (semester/ tahunan)
- 5) Mengadakan pengembangan setiap bidang pengajaran yang menjadi tanggung jawab seorang guru
- 6) Meneliti daftar hadir siswa sebelum memulai pelajaran
- 7) Membuat dan menyusun lembaran kerja (job sheet) untuk mata pelajaran yang memerlukan lembar kerja
- 8) Membuat catatan tentang kemajuan hasil belajar masing –masing siswa

h) Wali Kelas

Adapun tugas wali kelas adalah:

- 1) Mengelola dan mengatur kelas siswa dengan cara mengikutsertakan siswa dalam mengelola kelas agar tetap nyaman, tertib dan bersih.
- 2) Menyelenggarakan administrasi kelas, seperti :
  - a) Membuat denah kelas
  - b) Membuat papan absensi
  - c) Membuat daftar pelajaran siswa dan daftar kebersihan kelas
  - d) Membuat buku absensi siswa dan buku kegiatan belajara mengajar
  - e) Membuat tata tertib kelas
- 3) Menyusun dan membuat statistik bulanan siswa
- 4) Mengisi daftar nilai siswa
- 5) Membuat catatan khusus tentang siswa
- 6) Mencatat mutasi siswa, jika ada

7) Mengisi buku laporan pendidikan (rapor)

#### **d. Sarana dan Prasarana Sekolah**

##### **1) Infrastruktur Sekolah**

Untuk pelaksanaan KBM dan pengelolaan sekolah lainnya, infrastruktur sekolah yaitu berupa ruangan juga memiliki peranan penting yang dapat digunakan sesuai dengan fungsinya masing-masing, diantaranya yaitu:

- |                           |                        |
|---------------------------|------------------------|
| 2) Ruang Kelas            | : Kelas VII 6 ruangan  |
|                           | : Kelas VIII 5 ruangan |
|                           | : Kelas IX 6 ruangan   |
| 3) Ruang Perpustakaan     | : 1 ruangan            |
| 1) Ruang Laboratorium IPA | : 1 ruangan            |
| 2) Ruang Kepala           | : 1 ruangan            |
| 3) Ruang Guru             | : 1 ruangan            |
| 4) Ruang Tata Usaha       | : 1 ruangan            |
| 5) Ruang BP / BK          | : 1 ruangan            |
| 6) Ruang UKS              | : 1 ruangan            |
| 7) Gudang                 | : 1 ruangan            |
| 8) Kamar Mandi Kepala     | : 1 ruangan            |
| 9) Kamar Mandi Guru       | : 2 ruangan            |
| 10) Kamar Mandi Siswa     | : 2 ruangan            |
| 11) Kamar Mandi Siswi     | : 2 ruangan            |
| 12) Kantin                | : 2 ruangan            |
| 13) Lapangan Olahraga     | : 1 lapangan           |

14) Dan Masjid Nurul Iman yang juga berada di lingkungan sekolah.

#### **b. Prestasi Sekolah**

Adapun Prestasi Yang Dicapai Siswa/ I Lainnya yakni:

Pemenang Lomba / Kejuaraan

- 1) Kejuaraan Sains : 1 Orang
- 2) Juara II Tk Nasional : 1 Orang
- 3) Juara II Siswa Berprestasi Se Kota Medan : 1 Orang

Prestasi yang dicapai Tahun 2012 dan 2013:

- Juara 2 lomba perpustakaan Tk. Provinsi
- Pameran Pendidikan di Jakarta mewakili Provinsi Sumatera Utara
- Festival film pelajar Tk. Nasional mewakili Provinsi Sumatera Utara

Beasiswa Diperoleh dari :

- Kantor Kementerian Agama Provinsi Sumatera Utara
- DIPA MTsN 3 Medan
- Dinas Pendidikan Kota Medan

#### **B. Penyajian Data**

Setelah diadakan penelitian dan pengumpulan data dilapangan maka diperoleh berbagai data tentang keadaan responden dalam kaitannya Pengaruh Layanan Informasi Terhadap Peningkatan Pemahaman Self-Control siswa kelas VIII MTs N 3 Medan. Data yang diperoleh selama penelitian dilapangan akan disajikan dalam bentuk analisa data dengan sampel responden siswa sebanyak 35 orang siswa.

Dalam hal ini disajikan daftar pertanyaan dari nomor 1 sampai dengan no 40. Daftar tersebut bisa dilihat di **lampiran 1**. Tiap pertanyaan disediakan alternatif jawaban yang kategori dan bobotnya dengan menggunakan skala Likert sebagai berikut:

Variabel Y : *Self-Control*

Item positif

Sangat Sesuai : 4

Sesuai : 3

Tidak Sesuai : 2

Sangat Tidak Sesuai : 1

Item negatif

Sangat Sesuai : 1

Sesuai : 2

Tidak Sesuai : 3

Sangat Tidak Sesuai : 4

### 1. Penyajian Data Identitas Responden

Keadaan responden yang ada kelas VIII MTs N 3 Medan dapat dijabarkan sebagai berikut:

**Table 4.1**  
**Identitas Responden**

No	Kelas	Jumlah	Persentase
1	VIII-2	35	100,00%
	Jumlah	35	100,00%

Dari table diatas dapat diketahui bahwa siswa yang mendominasi sampel dalam penelitian ini adalah kelas VIII-2.

## **2. Deskripsi Hasil Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di MTs N 3 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019. Yang menjadi subjek penelitian ini adalah kelas VIII-2 yang berjumlah 35 orang siswa. Sebelum melakukan penyebaran angket kepada siswa, peneliti terlebih dahulu melakukan observasi di sekolah. Penyebaran angket dengan pilihan alternatif yang dimaksud untuk memudahkan para siswa dalam memberikan pilihan sesuai dengan keadaan mereka.

Data yang diuraikan pada sub bahasan ini adalah hasil jawaban 35 orang responden atau siswa dalam 40 item angket mengenai *Self-Control*. Berikut ini akan diberikan jawaban dan skor dari angket yang diedarkan kepada siswa adalah sebagai berikut:

### **a. Uji Validitas**

Pelaksanaan uji coba instrumen angket *self-control* siswa ke MTs N 3 Medan pada kelas VIII-2 dimana siswa dijadikan responden uji coba sebanyak 35 siswa. Dalam tahap uji coba ini peneliti meminta kesediaan 35 siswa tersebut untuk mengisi angket yang diberikan berdasarkan keadaan siswa yang sebenarnya, jujur dan terbuka. Sebab dalam angket tersebut tidak ada jawaban benar ataupun salah.

Pengujian validitas dilakukan dengan bantuan computer menggunakan program SPSS for Windows Versi 22.0. Dalam penelitian ini pengujian validitas hanya dilakukan terhadap 35 responden. Pengambilan keputusan berdasarkan pada

nilai  $r_{hitung} > r_{tabel}$  sebesar 0.333, untuk  $df = 35-2 = 33$ ;  $\alpha = 0,05$ , maka item atau pernyataan tersebut valid dan sebaliknya.

Jika koefisien korelasi ( $r$ ) yang diperoleh  $\geq$  daripada koefisien dari pada koefisien di tabel nilai-nilai kritis  $r$  tabel yaitu pada taraf signifikansi 5% atau 1% dengan  $N$  35, instrumen tes yang di uji cobakan tersebut dapat dinyatakan valid. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan taraf signifikan 5 % yaitu 0,3338. Sujarweni (2014:106). Hasil tersebut dapat dilihat pada **lampiran 2**.

Angket untuk variabel  $Y$  : *Self-Control*

**Table 4.2**  
**Hasil Validitas Angket *Self-Control***

No	$r_{hitung}$	$r_{tabel}$	Keterangan
1	0,611	0.333	Valid
2	0,167	0.333	Tidak Valid
3	0,540	0.333	Valid
4	0,048	0.333	Tidak Valid
5	0,504	0.333	Valid
6	0,574	0.333	Valid
7	0,187	0.333	Tidak Valid
8	0,202	0.333	Tidak Valid
9	0,366	0.333	Valid
10	0,195	0.333	Tidak Valid
11	0,130	0.333	Tidak Valid
12	0,440	0.333	Valid
13	0,345	0.333	Valid
14	0,220	0.333	Tidak Valid
15	0,371	0.333	Valid
16	0,288	0.333	Tidak Valid
17	0,323	0.333	Tidak Valid
18	0,536	0.333	Valid
19	0,366	0.333	Valid
20	0,446	0.333	Valid
21	0,460	0.333	Valid
22	0,326	0.333	Tidak Valid
23	0,181	0.333	Tidak Valid
24	0,266	0.333	Tidak Valid



25	0,236	0.333	Tidak Valid
26	0,309	0.333	Tidak Valid
27	0,522	0.333	Valid
28	0,542	0.333	Valid
29	0,248	0.333	Tidak Valid
30	0,174	0.333	Tidak Valid
31	0,444	0.333	Valid
32	0,556	0.333	Valid
33	0,151	0.333	Tidak Valid
34	0,213	0.333	Tidak Valid
35	0,296	0.333	Tidak Valid
36	0,291	0.333	Tidak Valid
37	0,460	0.333	Valid
38	0,255	0.333	Tidak Valid
39	0,351	0.333	Valid
40	0,335	0.333	Valid

Berdasarkan tabel diatas maka dapat diketahui bahwa dari 40 item soal angket *self control* sebanyak 19 butir dinyatakan valid dengan nilai  $r_{hitung} > r_{tabel}$  yaitu butir nomor 1, 3, 5, 6, 9, 12, 13, 15, 18, 19, 20, 21, 27, 28, 31, 32, 37, 39, dan 40 sedangkan 21 butir lagi dinyatakan tidak valid dengan  $r_{hitung} < r_{tabel}$  yaitu butir angket nomor 2, 4, 7, 8, 10, 11, 14, 16, 17, 22, 23, 24, 25, 26, 29, 30, 33, 34, 35, 36, dan 38.

#### b. Uji Realibilitas

Uji realibilitas dilakukan terhadap item pernyataan yang dinyatakan valid. Suatu variabel dinyatakan *reliable* atau handal jika jawaban terhadap pernyataan selalu konsisten.

Reliabilitas menunjukkan pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sabagi alat pengumpulan data sehingga mampu mengungkapkan data yang bisa dipercaya. Reliabilitas tes adalah ketepatan alat tersebut dalam menilai apa yang dinilainya.

Untuk menafsirkan reliabilitas angket *self-control* menggunakan bantuan program SPSS v22, dilihat pada tabel titik product momen pada taraf signifikan  $\alpha = 0,05$  dan  $n = 35$  dengan kriteria jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$ , maka instrumen tersebut reliabel. Sehingga diperoleh hasil sebagai berikut:

**Tabel 4.3**  
**Hasil uji Reliabilitas Angket *Self-Control***

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.839	19

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa angket *self control* dikatakan reliabel atau handal karena  $r_{11} > 0,60$  ( $0,822 > 0,60$ ) yang tergolong dalam kriteria reabilitas tinggi. Hasil uji realibilitas instrumen dapat dilihat pada **Lampiran 5**.

#### 1. Data Pretest Angket *Self-Control*

Dari hasil *pretest* angket *self control* pada siswa kelas VIII-2 MTs N 3 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020 sebanyak 35 siswa dengan 19 butir pertanyaan penelitian. Hasil perhitungan data *pretest* yang setelah dilakukan perhitungan diperoleh jumlah skor terendah 37 dan skor tertinggi 66, dengan rata-rata (M) 57,6 dan *standard deviasi* (SD) 3,81. Hal ini memiliki arti bahwa keadaan *self control* siswa berada pada tingkat rendah yaitu hanya pada skor rata-rata sebesar 57,6. Hasil tersebut dapat dilihat pada **lampiran 7**. Perhitungannya dapat dilihat seperti dibawah ini;



**a) Harga Rata-rata (M)**

Harga rata-rata dihitung dengan rumus

$$M = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan:

M = Harga rata-rata

$\sum X$  = Jumlah Aljabar x

N = Jumlah sampel

Diperoleh:

$$\sum X = 2016$$

$$\sum X^2 = 116630$$

$$N = 35 \text{ orang}$$

Maka,

$$M = \frac{\sum X}{N} = \frac{2016}{35} = 57,6$$

Dari hasil perhitungan diatas didapat harga rata-rata pre-test adalah 57,6

**b) Standard Deviasi (SD)**

Untuk menghitung Standard Deviasi (SD) dihitung dengan rumus;

$$SD = \sqrt{\frac{\sum X^2}{N} - (M)^2}$$

Keterangan :

M = Harga rata-rata

$\Sigma x^2$  = jumlah kuadrat

N = Jumlah sampel

Maka,

$$\begin{aligned}
 SD &= \frac{\sqrt{\Sigma x^2}}{N} - (M)^2 \\
 &= \frac{\sqrt{116630}}{35} - (57,6)^2 \\
 &= \frac{\sqrt{116630}}{35} - 3317,76 \\
 &= \sqrt{3332,29 - 3317,76} \\
 &= \sqrt{14,53} \\
 &= 3,81
 \end{aligned}$$

Dari hasil perhitungan diatas didapat harga standard deviasi untuk skor pre-test sebesar 3,81.

### c) Identifikasi Tingkat Kecenderungan Variabel Penelitian

Untuk menentukan kecenderungan setiap variabel digunakan kriteria sebagai berikut:

1. Jika  $M_o > M_i$  maka variabel tersebut cenderung tinggi
2. Jika  $M_o < M_i$  maka variabel tersebut cenderung rendah

Untuk menghitung Mean Hipotik ( $M_o$ ) digunakan rumus :

$$M_o = \frac{\Sigma Xi}{N}$$

Untuk menghitung Mean Empirik ( $M_i$ ) digunakan rumus:

$$M_i = \frac{\text{skor tertinggi ideal} + \text{skor terendah ideal}}{2}$$

Dengan menggunakan data penelitian untuk variabel *self-control* siswa dapat dihitung Mean Empirik (Mo) yaitu:

$$M_o = \frac{2016}{35} = 57,6$$

Sedangkan Mean Hipotik (Mi)

$$M_i = \frac{66+51}{2} = 91,5$$

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh  $M_o = 57,6$  dan  $M_i = 91,5$ . Jadi  $M_o < M_i$  yaitu  $57,6 < 91,5$ , berdasarkan hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa pemahaman *self-control* siswa berada dalam keadaan yang cenderung rendah sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa sebagian atau keseluruhan harus mendapatkan layanan, yang salah satunya layanan informasi untuk meningkatkan pemahaman *self-control* siswa dalam kehidupannya.

## 2. Data Post-test Angket *Self-Control*

Dari hasil *posttest* angket *self control* pada siswa kelas VIII MTs N 3 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020 sebanyak 35 siswa dengan 19 butir pertanyaan penelitian. Hasil perhitungan data *posttest* yang setelah dilakukan perhitungan diperoleh jumlah skor terendah 58 dan skor tertinggi 72, dengan rata-rata (M) 65,3 dan *standard deviasi* (SD) 3,013. Hal ini memiliki arti bahwa keadaan *self control*



**a) Harga Rata-rata (M)**

Harga rata-rata dihitung dengan rumus :

$$M = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan:

M = Harga rata-rata

$\sum X$  = Jumlah Aljabar x

N = Jumlah sampel

Diperoleh:

$$\sum X = 2285$$

$$\sum X^2 = 149561$$

$$N = 35 \text{ orang}$$

Maka,

$$M = \frac{\sum X}{N} = \frac{2285}{35} = 65,3$$

Dari hasil perhitungan diatas didapat harga rata-rata pre-test adalah 65,3

**b) Standard Deviasi (SD)**

Untuk menghitung Standard Deviasi (SD) dihitung dengan rumus :

$$SD = \frac{\sqrt{\sum X^2}}{N} - (M)^2$$

Keterangan :

M = Harga rata-rata

$\sum X^2$  = jumlah kuadrat

N = Jumlah sampel



Maka,

$$\begin{aligned}
 SD &= \frac{\sqrt{\sum x^2}}{N} - (M)^2 \\
 &= \frac{\sqrt{149561}}{35} - (65,3)^2 \\
 &= \frac{\sqrt{149561}}{35} - 4264,09 \\
 &= \sqrt{4273,17 - 4264,09} \\
 &= \sqrt{9,08} \\
 &= 3,013
 \end{aligned}$$

Dari hasil perhitungan diatas didapat harga standard deviasi untuk skor pre-test sebesar 3,013.

### c) Identifikasi Tingkat Kecenderungan Variabel Penelitian

Untuk menentukan kecenderungan setiap variabel digunakan kriteria sebagai berikut:

1. Jika  $M_o > M_i$  maka variabel tersebut cenderung tinggi
2. Jika  $M_o < M_i$  maka variabel tersebut cenderung rendah

Untuk menghitung Mean Hipotik ( $M_o$ ) digunakan rumus :

$$M_o = \frac{\sum Xi}{N}$$

Untuk menghitung Mean Empirik ( $M_i$ ) digunakan rumus:

$$M_i = \frac{\text{skor tertinggi ideal} + \text{skor terendah ideal}}{2}$$

Dengan menggunakan data penelitian untuk variabel *self-control* siswa dapat dihitung Mean Empirik (Mo) yaitu:

$$M_o = \frac{2285}{35} = 65,29$$

Sedangkan Mean Hipotik (Mi)

$$M_i = \frac{72+58}{2} = 65$$

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh  $M_o = 65,29$  dan  $M_i = 65$ . Jadi  $M_o > M_i$  yaitu  $65,29 > 65$ . Berdasarkan hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa pemahaman *self-control* siswa mengalami peningkatan yang berada pada tingkat kecenderungan lebih tinggi dibandingkan hasil awal, sehingga perlu dilakukan tindakan yang konsisten terhadap layanan informasi atau dengan teknik lainnya kepada siswa agar pemahaman *self-control* siswa menjadi terus mengalami peningkatan.

### 3. Uji Normalitas

Uji normalitas menggunakan uji *Kolmogrov-smirnov*, kriteria pengujian satu sampel menggunakan pengujian satu sisi yaitu dengan membandingkan probabilitas dengan tingkat signifikansi tertentu. Hasil dari uji normalitas dengan menggunakan SPSS v22 *Kolmogrov-smirnov*, untuk data *pretest* menunjukkan angka 0,200 sedangkan *posttest* menunjukkan angka 0,108 dengan taraf signifikansi yang berarti

berada diatas 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data telah berdistribusi secara normal. Hasil tersebut dapat dilihat pada **lampiran 9**.

**Tabel 4.6**  
**Hasil Uji Normalitas Angket *Self-Control* Siswa**

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Pretest	Posttest
N		35	35
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	57.6000	65.2857
	Std. Deviation	3.86690	3.35692
Most Extreme Differences	Absolute	.092	.135
	Positive	.092	.135
	Negative	-.067	-.094
Test Statistic		.092	.135
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>	.108 <sup>c</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

#### 4. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dua varians terhadap hasil data *pretest* dan *posttest* menggunakan uji Levene dengan SPSS v22 menunjukkan angka 0,356 dengan taraf signifikansi yang berarti berada diatas 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data telah berdistribusi secara homogeny. Dapat dilihat pada **lampiran 10** dan tabel 4.7 berikut:

**Tabel 4.7**  
**Hasil Uji Homogenitas Angket *Self-Control* Siswa**

Test of Homogeneity of Variances			
Pretest			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.179	7	21	.356

### C. Uji Hipotesis

Setelah perlakuan tersebut dilakukan, maka diperoleh  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $5,3023 > 1,68957$ ) sesuai dengan kriteria penerimaan dan penolakan hipotesis, maka hipotesis yang menyatakan adanya pengaruh positif yang signifikan antara pengaruh layanan informasi terhadap peningkatan pemahaman *self-control* siswa kelas VIII-2 di MTs N 3 Medan yang berjumlah 35 orang yang dipilih menjadi sampel penelitian pada taraf signifikan 5% dapat diterima. Dengan demikian tingkat pemahaman *self-control* siswa menjadi lebih baik setelah mendapat perlakuan layanan informasi. Perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada **lampiran 11**.

#### 1. Diskusi Hasil Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada Pengaruh Layanan Informasi Terhadap Peningkatan Pemahaman *Self-Control* Siswa Kelas VIII MTs N 3 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019. Dari hasil observasi *self-control* siswa yang telah penulis lakukan pada saat layanan informasi sedang berlangsung, maka penulis mendapati hasil yang telah dikumpulkan selama melakukan penelitian. Bahwa pada hari pertama penulis memberikan layanan informasi kepada siswa, masih banyak siswa yang tidak peduli serta acuh serta kurangnya antusias mereka untuk mengikuti kegiatan tersebut. Ini dikarenakan pemikiran mereka yang beranggapan bahwa kegiatan tersebut serta informasi yang diberikan tidak begitu penting bagi mereka.

Pada hari selanjutnya penulis memberikan layanan informasi kembali kepada siswa, disinilah mulai sedikit ada perubahan terhadap tingkah laku mereka, yang pada awalnya kurang antusias kini berubah menjadi sedikit lebih antusias. Selanjutnya,

penulis memberikan layanan informasi kembali kepada siswa dan dengan materi yang temanya tetap sama tetapi subtemanya yaitu cara mengembangkan kemampuan *self-control*, disinilah mulai tampak perubahan yang sangat signifikan terhadap tingkah laku mereka. Dari yang antusiasnya kurang, ketidakpedulian mereka, dan sifat acuhnya serta pola pikir mereka yang beranggapan bahwa semuanya itu tidak penting bagi mereka.

Sebelum diberikan perlakuan, pada kelas yang diteliti diberikan *pre-test* dengan tujuan untuk mengetahui kemampuan awal masing-masing siswa tersebut. Hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil kemampuan awal rata-rata siswa adalah sebesar 57,6 dengan standard deviasi 3,81. Hal ini menunjukkan bahwa pada kelas tersebut siswa mempunyai kemampuan awal yang rendah yaitu pada berfikir sebelum bertindak, kemampuan mengelola emosi, memilih kegiatan sesuai dengan kebutuhan, perilaku terhadap orang lain, dan mampu mengendalikan keadaan. Setelah diberikan *pre-test* pada kelas tersebut, kemudian diberikan *treatment* atau sebuah perlakuan yaitu dengan menggunakan layanan informasi. Setelah diberikan perlakuan, maka kelas tersebut diberikan *post-test* yang bertujuan untuk mengetahui kemampuan akhir siswa setelah diberikan perlakuan. Hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil kemampuan akhir rata-rata siswa adalah sebesar 65,3 dengan standard deviasi 3,013. Hal ini menunjukkan bahwa pada kelas tersebut siswa mempunyai kemampuan akhir yang relatif tinggi dibandingkan dengan kemampuan awal siswa. Kemampuan tersebut yaitu pada berfikir sebelum bertindak, kemampuan mengelola emosi, memilih kegiatan sesuai dengan kebutuhan, perilaku terhadap orang lain dan mampu mengendalikan keadaan.

Hal ini ditunjukkan pada uji t dengan taraf signifikan nyata ( $\alpha = 0,05$ ) dan dengan d.b n-1, maka diperoleh perhitungan dengan nilai  $t_{hitung} = 5,3023$  dan nilai  $t_{tabel} = 1,68957$  karena nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  maka dapat disimpulkan  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa untuk meningkatkan *self-control* pada siswa kelas VIII-2 MTs N 2 Medan tahun pembelajaran 2018/2019, dapat digunakan layanan informasi sehingga mengalami peningkatan yang signifikan.

## **2. Keterbatasan Penelitian**

Pelaksanaan penelitian telah dilakukan secermat mungkin yaitu dengan mengupayakan kondisi-kondisi yang mendukung dalam proses penelitian, namun dengan demikian penelitian ini tidak terlepas dari kekurangan dan kelemahan karena hal yang tidak dapat dihindari sehingga dapat mempengaruhi hasil penelitian.

Adapun kekurangan dan kelemahan penelitian antara lain;

1. Keterbatasan kemampuan yang dimiliki oleh penulis baik moril maupun material dari awal proses pembuatan proposal, pelaksanaan penelitian hingga pengolahan data.
2. Dalam pelaksanaan penelitian mengumpulkan sampel relatif rumit karena waktu yang singkat yang diberikan pihak sekolah kepada peneliti. Sehingga mungkin terdapat kesalahan dalam menafsirkan data yang didapat dari lapangan.
3. Penulis juga menyadari kekurangan pengetahuan dalam penulisan pembuatan angket yang baik, ditambah dengan kekurangan buku pedoman tentang penyusunan teori yang sesuai dengan pokok bahasan, merupakan keterbatasan peneliti yang tidak dapat dihindari.

Dengan demikian peneliti menyadari dengan sepenuh hati, bahwa hasil penelitian masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu peneliti akan mendiskusikan lebih lanjut dalam upaya penyempurnaan dan pengembangan penelitian.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis laksanakan mengenai Pengaruh Layanan Informasi Terhadap Peningkatan Pemahaman *Self-Control* Siswa Kelas VIII MTs N 3 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019, maka sebagai akhir penelitian ini, penulis menarik kesimpulan dan menyampaikan beberapa saran berdasarkan hasil penelitian sebagai berikut:

1. Tingkat *self-control* siswa di kelas VIII MTs N 3 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019 sebelum diberikan layanan informasi dapat dikatakan keadaan *self-control* siswa berada pada tingkat yang cenderung rendah berada pada skor rata-rata 57,6.
2. Setelah diberikan layanan informasi, *self-control* siswa kelas VIII MTs N 3 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019 mengalami perubahan dalam arti positif dengan perubahan rata-rata menjadi 65,3.
3. Dari hasil perhitungan diperoleh  $t_{hitung} =$  dengan menggunakan taraf signifikan nyata ( $\alpha = 0,05$ ) dan dengan derajat kebebasan  $dk = n-1$ , maka diperoleh  $t_{tabel} =$  , karena  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $5,3023 > 1,68957$ ) maka dapat dikatakan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Sehingga kesimpulannya adalah “Terdapat Pengaruh Layanan Informasi Terhadap Peningkatan Pemahaman *Self-Control* Siswa Kelas VIII MTs N 3 Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019.



## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dikemukakan maka penulis memberikan beberapa saran:

### 1. Bagi Orang Tua

Diharapkan dari beberapa hasil penelitian, penulis menyatakan bahwa orang tua adalah pendidik pertama dan yang paling utama bagi anak, maka dari itu penulis memberi saran sebaiknya sebagai orang tua harus lebih memperhatikan anaknya, karena seorang anak tidak hanya membutuhkan materi saja tetapi juga perhatian dan kasih sayang yang tak ternilai harganya.

### 2. Bagi Pihak Sekolah

Diharapkan kepada pihak sekolah untuk bisa bekerja sama dengan guru Bimbingan dan Konseling, sehingga guru bimbingan dan konseling dapat menerapkan layanan informasi dengan lebih optimal. Karena kepedulian serta dukungan yang diberikan pihak-pihak sekolah akan sangat membantu pelaksanaan kegiatan bimbingan dan konseling dalam menyelesaikan permasalahan yang dialami oleh siswa.

### 3. Bagi guru BK

Diharapkan lebih peduli dalam upaya meningkatkan *self control* siswa dengan program-program Bimbingan Konseling khususnya melalui layanan yang telah tersedia, sehingga siswa dapat lebih membedakan mana perilaku yang baik dan mana perilaku yang buruk.

4. Bagi peneliti

Dengan adanya penelitian ini diharapkan kepada peneliti untuk mengembangkan pembahasan mengenai Pengaruh Layanan Informasi Terhadap Peningkatan Pemahaman *Self Control* Siswa Kelas VIII MTs N 3 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020.

5. Bagi Peneliti Lain

Kepada peneliti lain yang menaruh perhatian meneliti tentang *self control* pada siswa di sekolah, agar lebih memperhitungkan aspek-aspek lain yang memiliki hubungan dengan keoptimalan perkembangan diri siswa/i.

## DAFTAR PUSTAKA

- A, Hallen. 2015. *Bimbingan dan Konseling*. Tangerang Selatan: Quantum Learning
- Elfi, Rifa. 2012. *Bimbingan dan Konseling Islami di Sekolah Dasar*. Jakarta: Bumi Aksara
- Ghufron dan Risnawati. 2018. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Arruzz Media.
- Mc Gonigal, Kelly 2013. *The Willpower Instinct*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Nurihsan, Juntika. 2017. *Strategi Bimbingan Konseling*. Bandung: Refika Aditama.
- Prayitno. 2017. *Konseling Profesional yang Berhasil Layanan dan Kegiatan Pendukung*. Jakarta: RajaGrafindo Persada
- Prayitno, Erman Amti. 2013. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan RD*. Bandung: Alfabeta.
- Tohirin. 2015. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Madrasah*. Jakarta: RajawaliPers
- Wiratna, Sujarweni. 2014. *SPSS Untuk Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press

## **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

### **DATA PRIBADI**

Nama : Noor Asiyah Siregar  
Tempat / Tanggal Lahir : Sibuhuan / 14 Juli 1997  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Kewarganegaraan : Indonesia  
Status Perkawinan : Belum Menikah  
Alamat : Desa Janjimatogu, Kec. Lubuk Barumon, Kab.  
Padang Lawas

### **DATA ORANG TUA**

Ayah : Partahian Siregar  
Ibu : Siti Aisyah Aritonang  
Alamat : Desa Janjimatogu, Kec. Lubuk Barumon, Kab.  
Padang Lawas

### **PENDIDIKAN**

1. Lulus SD Negeri 100850 Sibuhuan pada Tahun 2009
2. Lulus MTs S Darul Mursyid Simanosor Julu Tahun 2012
3. Lulus SMA Negeri 1 Barumon pada Tahun 2015
4. Terdaftar sebagai Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Tahun 2015-2019

Demikian daftar riwayat hidup ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

## Lampiran 1

### Skala Uji Coba *Self-Control*

Nama :

Jenis kelamin :

Nomor absen :

Kelas :

Petunjuk pengisian :

Bacalah setiap pernyataan dibawah ini dengan seksama kemudian berikan jawaban anda pada kolom yang disediakan dengan memberi tanda cek ( )

SS : Bila anda merasa pernyataan tersebut sangat sesuai dengan diri anda

S : Bila anda merasa pernyataan tersebut hanya sekedar sesuai dengan diri anda

TS : Bila anda merasa pernyataan tersebut tidak sesuai dengan diri anda

STS : Bila anda merasa pernyataan tersebut sangat tidak sesuai dengan diri anda

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Sebelum bertindak saya memikirkan akibat atas tindakan saya				
2	Saya mempertimbangkan pemikiran banyak orang terhadap tindakan yang akan saya kerjakan				
3	Saya memikirkan perasaan orang lain sebelum melakukan suatu tindakan				
4	Apabila kegiatan yang saya lakukan berakibat buruk bagi orang lain, saya lebih memilih untuk menghindar				
5	Saya tidak peduli dengan akibat perbuatan saya terhadap orang lain				
6	Saya melakukan sesuatu sesuai dengan keyakinan hati saya, saya tidak memikirkan orang lain				
7	Saya dapat berpikir dengan kepala dingin apabila ada masalah				
8	Saya selalu dapat bersikap sabar terhadap apapun keadaan yang sedang saya hadapi				
9	Saya tidak mudah terpengaruh perilaku orang lain pada				

	saya				
10	Jika ada masalah dengan teman, saya tidak segan-segan untuk langsung menggunakan kekerasan				
11	Saya tidak bisa bersikap tenang apabila dihadapkan pada situasi yang tidak saya sukai				
12	Saya mudah terpancing emosi oleh orang lain				
13	Kegiatan ekstrakurikuler yang saya ikuti bukan karena paksaan dari orang lain melainkan saya sangat memerlukan kegiatan tersebut				
14	Saya lebih senang menghabiskan waktu luang saya dengan melakukan kegiatan yang bermanfaat				
15	Saya akan bersabar untuk melakukan aktifitas yang sedang saya kerjakan				
16	Saya menolak ajakan teman yang kurang bermanfaat				
17	Saya tetap melakukan aktivitas yang saya kerjakan meski orang lain menghinanya				
18	Aktivitas yang saya kerjakan saya membuang-buang waktu saja				
19	Saya mengikuti ajakan teman, meski hal tersebut tidak memberikan manfaat sama sekali bagi diri saya				
20	Saya mengikuti suatu kegiatan yang sebenarnya berdampak negative untuk saya, karena ikut-ikutan teman				
21	Jika teman-teman berbuat gaduh dikelas saat pelajaran sedang berlangsung, saya ikut-ikutan				
22	Saya mudah terpengaruh ajakan teman untuk melanggar peraturan sekolah				
23	Saya merencanakan kegiatan yang akan saya lakukan esok hari				
24	Saya berusaha untuk mendahulukan kegiatan yang sudah saya jadwalkan				
25	Daripada bermain saya mendahulukan kegiatan yang bermanfaat bagi diri saya				
26	Saya selalu bersikap sopan pada orang yang lebih tua				
27	Saya dapat membedakan mana teman yang berpengaruh positif atau yang negatif untuk diri saya				
28	Saya dapat merasakan apa yang sedang orang lain rasakan				
29	Secara sengaja atau tidak, saya sering berteriak didepan ruang guru				
30	Saya dapat dengan mudah merasa terganggu oleh orang lain				
31	Menurut saya, orang lain yang harus memahami saya , bukan sebaliknya				

32	Saya kesulitan untuk mengatur kegiatan harian saya				
33	Saya biarkan berjalan apa adanya kegiatan yang akan saya lakukan				
34	Saya mengikuti berbagai ekstrakurikuler yang tersedia meski saya kesulitan dalam membagi waktunya				
35	Saya mengingatkan teman yang bertindak kurang sopan				
36	Saya diam saja jika terjadi perkelahian				
37	Saya tidak segan-segan menegur teman, jika mereka membuat kekacauan ketika pelajaran sedang berlangsung				
38	Jika terjadi keramaian, saya censerung membiarkan hal tersebut berlalu dengan sendirinya				
39	Jika suasana kelas ramai, saya akan mencoba untuk menenangkannya				
40	Jika terjadi keributan saya lebih baik pergi untuk menghindar				





### Lampiran 3

**Tabel**  
**Hasil Validitas Angket *Self-Control***

No	<b>r</b> <sub>hitung</sub>	<b>r</b> <sub>tabel</sub>	Keterangan
1	0,611	0.333	Valid
2	0,167	0.333	Tidak Valid
3	0,540	0.333	Valid
4	0,048	0.333	Tidak Valid
5	0,504	0.333	Valid
6	0,574	0.333	Valid
7	0,187	0.333	Tidak Valid
8	0,202	0.333	Tidak Valid
9	0,366	0.333	Valid
10	0,195	0.333	Tidak Valid
11	0,130	0.333	Tidak Valid
12	0,440	0.333	Valid
13	0,345	0.333	Valid
14	0,220	0.333	Tidak Valid
15	0,371	0.333	Valid
16	0,288	0.333	Tidak Valid
17	0,323	0.333	Tidak Valid
18	0,536	0.333	Valid
19	0,366	0.333	Valid
20	0,446	0.333	Valid
21	0,460	0.333	Valid
22	0,326	0.333	Tidak Valid
23	0,181	0.333	Tidak Valid
24	0,266	0.333	Tidak Valid

25	0,236	0.333	Tidak Valid
26	0,309	0.333	Tidak Valid
27	0,522	0.333	Valid
28	0,542	0.333	Valid
29	0,248	0.333	Tidak Valid
30	0,174	0.333	Tidak Valid
31	0,444	0.333	Valid
32	0,556	0.333	Valid
33	0,151	0.333	Tidak Valid
34	0,213	0.333	Tidak Valid
35	0,296	0.333	Tidak Valid
36	0,291	0.333	Tidak Valid
37	0,460	0.333	Valid
38	0,255	0.333	Tidak Valid
39	0,351	0.333	Valid
40	0,335	0.333	Valid

## Lampiran 4

INSTRUMEN PENELITIAN

*SELF-CONTROL* SISWA

OLEH:

NOOR ASIYAH SIREGAR



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
2019

## Skala Uji Coba *Self-Control*

Nama :

Jenis kelamin :

Nomor absen :

Kelas :

Petunjuk pengisian

Bacalah setiap pernyataan dibawah ini dengan seksama kemudian berikan jawaban anda pada kolom yang disediakan dengan memberi tanda cek ( )

SS : Bila anda merasa pernyataan tersebut sangat sesuai dengan diri anda

S : Bila anda merasa pernyataan tersebut hanya sekedar sesuai dengan diri anda

TS : Bila anda merasa pernyataan tersebut tidak sesuai dengan diri anda

STS : Bila anda merasa pernyataan tersebut sangat tidak sesuai dengan diri anda

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Sebelum bertindak saya memikirkan akibat atas tindakan saya				
2	Saya memikirkan perasaan orang lain sebelum melakukan suatu tindakan				
3	Saya tidak peduli dengan akibat perbuatan saya terhadap orang lain				
4	Saya melakukan sesuatu sesuai dengan keyakinan hati saya, saya tidak memikirkan orang lain				
5	Saya tidak mudah terpengaruh perilaku orang lain pada saya				
6	Saya mudah terpancing emosi oleh orang lain				
7	Kegiatan ekstrakurikuler yang saya ikuti bukan karena paksaan dari orang lain melainkan saya sangat memerlukan kegiatan tersebut				
8	Saya tetap melakukan aktivitas yang saya kerjakan meski orang lain menghina				
9	Aktivitas yang saya kerjakan saya membuang-buang waktu saja				
10	Saya mengikuti ajakan teman, meski hal tersebut tidak memberikan manfaat sama sekali bagi diri saya				

11	Saya mengikuti suatu kegiatan yang sebenarnya berdampak negative untuk saya, karena ikut-ikutan teman				
12	Jika teman-teman berbuat gaduh dikelas saat pelajaran sedang berlangsung, saya ikut-ikutan				
13	Saya mudah terpengaruh ajakan teman untuk melanggar peraturan sekolah				
14	Saya selalu bersikap sopan pada orang yang lebih tua				
15	Saya dapat membedakan mana teman yang berpengaruh positif atau yang negatif untuk diri saya				
16	Saya dapat merasakan apa yang sedang orang lain rasakan				
17	Menurut saya, orang lain yang harus memahami saya , bukan sebaliknya				
18	Saya kesulitan untuk mengatur kegiatan harian saya				
19	Saya tidak segan-segan menegur teman, jika mereka membuat kekacauan ketika pelajaran sedang berlangsung				

## Lampiran 5

### Hasil Uji Reliabilitas Instrumen dengan Menggunakan SPSS V22

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.839	19

## Lampiran 6

**Tabel**  
**Tabulasi Data *Pre-Test Post-Test Self Control***

NO	PRE-TEST		POST-TEST	
	$X_A$	$X^2_A$	$X_B$	$X^2_B$
1	55	3025	63	3969
2	57	3249	64	4096
3	57	3249	64	4096
4	61	3721	70	4900
5	60	3600	62	3844
6	60	3600	69	4761
7	55	3025	62	3844
8	63	3969	67	4489
9	51	2601	63	3969
10	52	2704	66	4356
11	58	3364	63	3969
12	54	2916	64	4096
13	54	2916	58	3364
14	57	3249	69	4761
15	66	4356	68	4624

16	66	4356	72	5184
17	52	2704	60	3600
18	58	3364	64	4096
19	61	3721	63	3969
20	51	2601	66	4356
21	56	3136	63	3969
22	59	3481	68	4624
23	58	3364	60	3600
24	55	3025	61	3721
25	54	2916	69	4761
26	57	3249	66	4356
27	59	3481	69	4761
28	54	2916	67	4489
29	61	3721	66	4356
30	58	3364	67	4489
31	61	3721	69	4761
32	64	4096	71	5041
33	59	3481	63	3969
34	58	3364	64	4096

35	55	3025	65	4225
JUMLAH	2016	116630	2285	149561
RATA- RATA (M)	57,6		65,3	



## Lampiran 7

### Perhitungan Harga Rata-Rata (M) Standard Deviasi (SD) Data *Pre-Test Self-Control* Siswa Kelas VIII 2

#### a. Harga Rata-rata (M)

Harga rata-rata dihitung dengan rumus

$$M = \frac{\Sigma X}{N}$$

Keterangan:

M = Harga rata-rata

$\Sigma X$  = Jumlah Aljabar x

N = Jumlah sampel

Diperoleh:

$$\Sigma X = 2016$$

$$\Sigma X^2 = 116630$$

$$N = 35 \text{ orang}$$

Maka,

$$M = \frac{\Sigma X}{N} = \frac{2016}{35} = 57,6$$

Dari hasil perhitungan diatas didapat harga rata-rata pre-test adalah 57,6

#### b. Standard Deviasi (SD)

Untuk menghitung Standard Deviasi (SD) dihitung dengan rumus;

$$SD = \frac{\sqrt{\Sigma X^2}}{N} - (M)^2$$

Keterangan :

M = Harga rata-rata

$\Sigma x^2$  = jumlah kuadrat

N = Jumlah sampel

Maka,

$$\begin{aligned}SD &= \frac{\sqrt{\Sigma x^2}}{N} - (M)^2 \\&= \frac{\sqrt{116630}}{35} - (57,6)^2 \\&= \frac{\sqrt{116630}}{35} - 3317,76 \\&= \sqrt{3332,29 - 3317,76} \\&= \sqrt{14,53} \\&= 3,81\end{aligned}$$

Dari hasil perhitungan diatas didapat harga standard deviasi untuk skor pre-test sebesar 3,81.

### c. Identifikasi Tingkat Kecenderungan Variabel Penelitian

Untuk menentukan kecenderungan setiap variabel digunakan kriteria sebagai berikut:

1. Jika  $M_o > M_i$  maka variabel tersebut cenderung tinggi
2. Jika  $M_o < M_i$  maka variabel tersebut cenderung rendah

Untuk menghitung Mean Hipotik ( $M_o$ ) digunakan rumus :

$$M_o = \frac{\Sigma Xi}{N}$$

Untuk menghitung Mean Empirik (Mi) digunakan rumus:

$$M_i = \frac{\text{skor tertinggi ideal} + \text{skor terendah ideal}}{2}$$

Dengan menggunakan data penelitian untuk variabel *self-control* siswa dapat dihitung Mean Empirik (Mo) yaitu:

$$M_o = \frac{2016}{35} = 57,6$$

Sedangkan Mean Hipotik (Mi)

$$M_i = \frac{66+51}{2} = 91,5$$

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh  $M_o = 57,6$  dan  $M_i = 91,5$ . Jadi  $M_o < M_i$  yaitu  $57,6 < 91,5$ , berdasarkan hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa pemahaman *self-control* siswa berada dalam keadaan yang cenderung rendah sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa sebagian atau keseluruhan harus mendapatkan layanan, yang salah satunya layanan informasi untuk meningkatkan pemahaman *self-control* siswa dalam kehidupannya.

## Lampiran 8

### Perhitungan Harga Rata-Rata (M) Standard Deviasi (SD) Data *Post-Test Self-Control* Siswa Kelas VIII-2

#### a. Harga Rata-rata (M)

Harga rata-rata dihitung dengan rumus :

$$M = \frac{\Sigma X}{N}$$

Keterangan:

M = Harga rata-rata

$\Sigma X$  = Jumlah Aljabar x

N = Jumlah sampel

Diperoleh:

$$\Sigma X = 2285$$

$$\Sigma X^2 = 149561$$

$$N = 35 \text{ orang}$$

Maka,

$$M = \frac{\Sigma X}{N} = \frac{2285}{35} = 65,3$$

Dari hasil perhitungan diatas didapat harga rata-rata pre-test adalah 65,3

#### b. Standard Deviasi (SD)

Untuk menghitung Standard Deviasi (SD) dihitung dengan rumus :

$$SD = \frac{\sqrt{\Sigma X^2}}{N} - (M)^2$$

Keterangan :

M = Harga rata-rata

$\Sigma x^2$  = jumlah kuadrat

N = Jumlah sampel

Maka,

$$\begin{aligned}SD &= \frac{\sqrt{\Sigma x^2}}{N} - (M)^2 \\&= \frac{\sqrt{149561}}{35} - (65,3)^2 \\&= \frac{\sqrt{149561}}{35} - 4264,09 \\&= \sqrt{4273,17 - 4264,09} \\&= \sqrt{9,08} \\&= 3,013\end{aligned}$$

Dari hasil perhitungan diatas didapat harga standard deviasi untuk skor pre-test sebesar 3,013.

### c. Identifikasi Tingkat Kecenderungan Variabel Penelitian

Untuk menentukan kecenderungan setiap variabel digunakan kriteria sebagai berikut:

1. Jika  $M_o > M_i$  maka variabel tersebut cenderung tinggi
2. Jika  $M_o < M_i$  maka variabel tersebut cenderung rendah

Untuk menghitung Mean Hipotik ( $M_o$ ) digunakan rumus :

$$M_o = \frac{\Sigma Xi}{N}$$

Untuk menghitung Mean Empirik ( $M_i$ ) digunakan rumus:

$$M_i = \frac{\text{skor tertinggi ideal} + \text{skor terendah ideal}}{2}$$

Dengan menggunakan data penelitian untuk variabel *self-control* siswa dapat dihitung Mean Empirik ( $M_o$ ) yaitu:

$$M_o = \frac{2285}{35} = 65,29$$

Sedangkan Mean Hipotik ( $M_i$ )

$$M_i = \frac{72+58}{2} = 65$$

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh  $M_o = 65,29$  dan  $M_i = 65$ . Jadi  $M_o > M_i$  yaitu  $65,29 > 65$ . Berdasarkan hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa pemahaman *self-control* siswa mengalami peningkatan yang berada pada tingkat kecenderungan lebih tinggi dibandingkan hasil awal, sehingga perlu dilakukan tindakan yang konsisten terhadap layanan informasi atau dengan teknik lainnya kepada siswa agar pemahaman *self-control* siswa menjadi terus mengalami peningkatan.

## Lampiran 9

### Hasil Uji Normalitas Kolmogrov-Smirnov Dengan Menggunakan SPSS v22

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Pretest	Posttest
N		35	35
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	57.6000	65.2857
	Std. Deviation	3.86690	3.35692
Most Extreme Differences	Absolute	.092	.135
	Positive	.092	.135
	Negative	-.067	-.094
Test Statistic		.092	.135
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>	.108 <sup>c</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

## Lampiran 10

### Hasil Uji Homogenitas Dengan Menggunakan SPSS v22

#### Oneway

##### Test of Homogeneity of Variances

Pretest

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.179	7	21	.356

##### ANOVA

Pretest

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	245.050	13	18.850	1.503	.197
Within Groups	263.350	21	12.540		
Total	508.400	34			



## Lampiran 11

### Pengujian Hipotesis

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu dicari mean (rata-rata) beda dan simpangan baku. Untuk mempermudah perhitungan maka dibuat table tabulasi data pre-test dan post-test sebagai berikut:

Table Tabulasi Data Skor *Pre-Test* dan *Post-Test Self-Control* siswa

No	Pre-test (XA)	Post-test (XB)	XB-XA (D)	D-MD (d)	D <sup>2</sup>
1	55	63	8	0,03	64
2	57	64	7	-0,97	49
3	57	64	7	-0,97	49
4	61	70	9	1,03	81
5	60	62	2	-5,97	4
6	60	69	9	1,03	81
7	55	62	7	-0,97	49
8	63	67	4	-3,97	16
9	51	63	12	4,03	144
10	52	66	14	6,03	196
11	58	63	5	-2,97	25
12	54	64	10	2,03	100
13	54	58	4	-3,97	16
14	57	69	12	4,03	144
15	66	68	2	-5,97	4

16	66	72	6	-1,97	36
17	52	60	12	4,03	144
18	58	64	12	4,03	144
19	61	63	2	-5,97	2
20	51	66	15	7,03	225
21	56	63	7	-0,97	49
22	59	68	9	1,03	81
23	58	60	2	-5,97	4
24	55	61	6	-1,97	36
25	54	69	15	7,03	225
26	57	66	9	1,03	81
27	59	69	10	2,03	100
28	54	67	13	5,03	169
29	61	66	5	-2,97	25
30	58	67	9	1,03	81
31	61	69	8	0,03	64
32	64	71	7	0,97	49
33	59	63	4	-3,97	16
34	58	64	6	-1,97	36
35	55	65	10	2,03	100
<b>Σ</b>	<b>2016</b>	<b>2285</b>	<b>279</b>		<b>2689</b>

Maka diperoleh sebagai berikut:

$$\text{Mean beda (MD)} = \frac{\sum(XB - XA)}{N}$$

$$MD = \frac{279}{35} = 7,97$$

Jumlah kuadrat deviasi  $\sum xD^2 = 2689$ , maka harga  $t_{hitung}$  adalah sebagai berikut:

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum xD^2}{N(N-1)}}$$

$$t = \frac{7,97}{\sqrt{\frac{2689}{35(35-1)}}$$

$$t = \frac{7,97}{\sqrt{\frac{2689}{1190}}}$$

$$t = \frac{7,97}{\sqrt{2,2596}}$$

$$t = \frac{7,97}{1,5031}$$

$$t = 5,3023$$

Harga  $t_{tabel}$  pada  $N-1 = 35-1$  pada taraf nyata  $\alpha = 0,05$  diperoleh sebesar 1,68957.

Maka  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $5,3023 > 1,68957$ ). Maka hipotesis yang menyatakan ada pengaruh layanan informasi terhadap peningkatan pemahaman *self-control* pada siswa kelas VIII MTs N 3 Medan tahun pembelajaran 2019/2020. Dengan kata lain tingkat pemahaman *self-control* siswa menjadi lebih baik setelah mendapatkan perlakuan layanan informasi.

## Lampiran 12

### Perhitungan Peningkatan Pemahaman *Self-Control*

Berdasarkan pre-test awal diperoleh rata-rata pemahaman *self-control* siswa =2016, dan test akhir (post-test) diperoleh = 2285. Maka pemahaman *self-control* setelah mendapat layanan informasi lebih tinggi dibandingkan sebelum mendapat layanan informasi (2285 > 2016).

Peningkatan interval pemahaman *self-control* setelah mendapatkan layanan informasi sebesar:

$$D = \frac{(rata - rata post - test) - (rata - rata pre - test)}{rata - rata pre - test} \times 100\%$$

$$D = \frac{65,3 - 57,6}{57,6} \times 100\%$$

$$D = \frac{7,7}{57,6} \times 100\%$$

$$D = 0,1336 \times 100\%$$

$$D = 13,36 \%$$



**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN /  
LAYANAN  
BIMBINGAN DAN KONSELING**

**FORMAT KLASIKAL TERJADWAL**

**I. IDENTITAS**

- A. Satuan Pendidikan** : MTs N 3 Medan
- B. Tahun Ajaran** : 2019-2020, Semester I
- C. Sasaran Pelayanan** : Siswa kelas VIII
- D. Pelaksana** : Noor Asiyah Siregar
- E. Pihak Terkait** : Siswa.

**II. WAKTU DAN TEMPAT**

- A. Tanggal** : Senin, 22 Juli 2019
- B. Jam Pembelajaran/Pelayanan** : 14.00 WIB
- C. Volume Waktu (JP)** : Masing-masing kelas 2 (dua) JP (2 x 40 Menit)
- D. Spesifikasi Tempat Belajar** : Ruangan kelas

**III. MATERI PEMBELAJARAN**

- A. Tema/Subtema**
    - 1. Tema : Pemahaman Diri
    - 2. Subtema : Pengertian pemahaman diri, Aspek-aspek yang harus dipahami
- Sumber Materi : internet

**IV. TUJUAN/ARAH PENGEMBANGAN**

- A. Pengembangan KES** : Agar siswa memahami dirinya sendiri
- B. Penanganan KES-T** : Untuk menghindari ketidakpahaman tentang diri sendiri

**V. METODE DAN TEKNIK**

- A. Jenis Layanan** : Layanan Informasi (Format Klasikal)
- B. Kegiatan Pendukung:** -

## **VI. SARANA**

- A. Media : Power Point
- B. Perlengkapan : infocus, notebook(laptop)

## **VII. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN / PELAYANAN**

Diperolehnya hal-hal baru oleh siswa terkait KES (Kehidupan Efektif Sehari-Hari) dengan unsur-unsur AKURS (Acuan, Kompetensi, Usaha, Rasa, Sungguh-sungguh).

### **A. KES**

1. *Acuan* ( A ) : Perlunya siswa memahami dirinya sendiri
2. *Kompetensi* ( K ) : Siswa dapat memahami dirinya sendiri
3. *Usaha* ( U ) : Siswa memahami dirinya sendiri
4. *Rasa* ( R ) : Bagaimana perasaan siswa setelah mengetahui tentang dirinya
5. *Sungguh-sungguh* ( S ) : Kesungguhan siswa dalam memahami dirinya sendiri

**B. KES-T**, menghindari, mencegah siswa yang tidak memahami dirinya.

### **C. Ridho Tuhan, Bersyukur, Ikhlas dan Tabah** :

Memohon ridho Tuhan untuk suksesnya siswa memahami dirinya.

## **VIII. LANGKAH KEGIATAN**

### **A. LANGKAH PENGANTARAN**

1. Mengucapkan salam dan mengajak siswa berdoa.
2. Mengecek kehadiran siswa, dan mengajak mereka berempati kepada siswa yang tidak hadir.
3. Mengajak dan membimbing siswa untuk mengikuti kegiatan pembelajaran / pelayanan dengan penuh perhatian, semangat dan penampilan dengan melakukan kegiatan berpikir, merasa, bersikap, bertindak dan bertanggung jawab (BMB3) berkenaan dengan materi pembelajaran/ pelayanan yang akan dibahas.
4. Menyampaikan arah materi pokok pembelajaran, yaitu dengan judul “Pemahaman Diri”

5. Menyampaikan tujuan pembahasan yaitu: Dipahaminya oleh peserta didik mengenai memahami diri sendiri untuk menyesuaikan karir dimasa depan.

### ***B. LANGKAH PENJAJAKAN***

1. Menanyakan kepada siswa tentang apa itu Pemahaman Diri.
2. Menanyakan kepada siswa tentang usaha yang mereka telah lakukan untuk memahami diri sendiri.
3. Memberikan ulasan umum dan penegasan-penegasan berkenaan dengan masukan dari siswa untuk no 1, no 2 dan no 3 di atas.

### ***C. LANGKAH PENAFSIRAN***

1. Menjelaskan kepada siswa tentang pemahaman diri.

### ***D. LANGKAH PEMBINAAN***

1. Siswa dipersilahkan untuk bertanya atau merespon gambar dan materi tentang pemahaman diri
2. Siswa menyimpulkan materi yang sudah dijelaskan hari ini, lalu merefleksikan kepada diri sendiri tentang usaha yang telah mereka lakukan untuk memahami dirinya sendiri.
3. Siswa diberi tugas untuk menuliskan apa yang telah mereka ketahui tentang dirinya sendiri

### ***E. LANGKAH PENILAIAN DAN TINDAK LANJUT***

#### **1. Penilaian Hasil**

Di akhir proses pembelajaran / pelayanan siswa diminta merefleksikan (secara lisan dan atau tertulis) apa yang mereka peroleh dengan pola BMB3 dalam unsur-unsur AKURS:

- |    |                         |   |
|----|-------------------------|---|
| a) | <b><i>Berfikir</i></b>  | : Apa yang mereka pikirkan tentang memahami diri sendiri (Unsur A).       |
| b) | <b><i>Merasa</i></b>    | :Bagaimana perasaan siswa setelah mengetahui cara memahami diri(Unsur R). |
| c) | <b><i>Bersikap</i></b>  | :Bagaimana Siswa dapat memahami dirinya(Unsur K).                         |
| d) | <b><i>Bertindak</i></b> | :Bagaimana mereka mempraktikkan /mengetahui dirinya(Unsur U).             |

- e) **Bertanggung Jawab** : Bagaimana Kesungguhan siswa dalam memahami dirinya.( Unsur S)

## 2. Penilaian Proses

Melalui pengamatan dilakukan penilaian proses pembelajaran/pelayanan untuk memperoleh gambaran tentang aktivitas siswa dan efektifitas pembelajaran/pelayanan yang telah diselenggarakan.

## 3. LAPELPROG dan Tindak Lanjut

Setelah kegiatan pembelajaran atau pelayanan selesai, disusunlah Laporan Pelaksanaan Program Layanan (LAPELPROG) yang memuat data penilaian hasil dan proses, dengan disertai arah tindak lanjutnya.

Diketahui,

Konselor

Laily Safura S. Psi  
NIP.198112012009012002

Medan, 22 Juli 2019

Calon Konselor

Noor Asiyah Siregar  
NPM. 1502080096



## **Materi Layanan**

### **PEMAHAMAN DIRI**

#### 1. Pengertian Pemahaman Diri

Pemahaman Diri upaya yang dilakukan oleh seseorang untuk mengetahui kelebihan dan kekurangan yang ada pada diri sendiri. “Who am I?” artinya siapa saya?. Pertanyaan itu sangatlah sederhana, tetapi mungkin memerlukan jawaban yang mendalam, karena banyak aspek yang harus diungkap. Aspek-aspek tersebut baik yang menyangkut kelebihan maupun kekurangannya, yang meliputi aspek : fisik, psikis, minat, bakat, cita-cita, kebutuhan-kebutuhan pokok serta gaya hidup yang diinginkan. Pemahaman diri merupakan suatu bentuk upaya pencitraan diri seseorang tentang bagaimana individu tersebut memahami akan kekurangan dan kelebihannya. Maka individu tersebut akan membentuk rasa percaya diri yang timbul dari pemahaman dirinya. Karena, orang dengan percaya diri batin juga sangat sadar diri. Mereka tidak terus menerus merenungi diri sendiri, tetapi secara teratur mereka memikirkan perasaan, pikiran dan perilaku mereka, dan mereka selalu ingin tahu bagaimana pendapat orang lain tentang diri mereka. Kalau seseorang memiliki pemahaman diri yang baik, mereka akan :

- a. Sangat menyadari kekuatan mereka dan karena itu jauh lebih mampu mengembangkan kemampuan mereka sepenuhnya.
- b. Mengenal kelemahan dan keterbatasan mereka dan karena itu kecil kemungkinan mereka membiarkan diri mengalami kegagalan berulang kali.
- c. Tumbuh dengan kesadaran yang mantap tentang identitas mereka sendiri dan karena itu mereka jauh lebih mampu dan puas menjadi seorang pribadi dan tidak mengikuti begitu saja khalayak ramai.
- d. Cenderung mempunyai teman-teman yang tepat karena mereka tahu apa yang mereka inginkan dari persahabaatn itu.
- e. Terbuka untuk menerima umpan balik dari orang lain dan tidak selalu melonjak untuk membela diri, begitu dikritik orang.
- f. Mau dan sedia mendapat bantuan dan pelajaran karena mereka bukan orang yang serba tahu.

#### 2. Aspek-aspek yang harus dipahami individu

##### a. Watak / karakter

Watak atau karakter, kepribadian (personality) menurut Allport adalah satu dan semua akan tetapi bisa berbeda bila dipandang dari segi yang berlainan. Kalau kita hendak menggunakan norma atau menggunakan penilaian, maka lebih tepat dipergunakan istilah “watak” dan kalau kita tidak memberikan penilaian atau hanya memberikan gambaran apa adanya maka dipakai istilah “kepribadian”.

#### b. Bakat

Bakat dalam pengertian bahasa atau dalam pengertian yang umum kita pahami, adalah kelebihan / keunggulan alamiah yang melekat pada diri kita dan menjadi pembeda antara kita dengan orang lain.

Bakat bukanlah sesuatu yang terjadi dan terbentuk pada waktu individu dilahirkan, tetapi baru merupakan potensi-potensi saja, agar potensi ini menjadi nyata / terwujud dibutuhkan kesempatan untuk mengaktualisasikan bakat-bakat tersebut, karena itu ada bakat yang tidak dapat berkembang karena kesempatan kurang atau tidak memungkinkan, Sehingga muncul istilah bakat terpendam.

Agar bakat dapat muncul perlu digali, ditemukan, dilatih, dan dikembangkan. Bakat memungkinkan seseorang untuk mencapai prestasi dalam bidang tertentu, akan tetapi harus ditunjang dengan minat, latihan, pengertian, pengetahuan, pengalaman, dan dorongan. Bakat tidak selalu identik disertai minat. Bakat yang tidak disertai minat, maupun minat yang tidak disertai bakat, akan menimbulkan gap.

#### c. Minat

Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan yang biasanya diikuti dengan perasaan senang, apa yang dialami anak sehari-hari seringkali mempengaruhi minat anak dalam mempelajari sesuatu. Jika sejak dini anak diperkenalkan atau diberikan informasi yang menarik tentang sesuatu hal, maka anak akan lebih menonjol.

#### d. Cita-cita

Cita-cita atau keinginan merupakan tujuan atau hal yang ingin dicapai pada kehidupan mendatang. Oleh karena itu belajar yang efektif baik dan teratur diyakini dapat membantu tercapainya cita-cita yang diinginkan.

#### e. Sikap

Menurut Bimo Walgito, sikap adalah sebagai suatu efek baik yang bersifat positif maupun negatif dalam hubungan dengan obyek psikologis. Efek positif yaitu senang, dengan demikian adanya sikap menerima atau setuju. Sedangkan efek negative adalah adanya sikap menolak atau tidak senang. Sedang menurut Allport yang dikutip oleh Azwar pengertian sikap merupakan semacam kesiapan untuk bereaksi terhadap suatu obyek dengan cara tertentu yaitu cara kecenderungan yang menghendaki adanya respon.

#### f. Fisik dan Psikis

Kalau kita lihat kelebihan dan kekurangan diri seseorang baik dari aspek fisik maupun psikis, kita sebagai manusia tidak ada yang sempurna pasti ada kekurangan dan lebihnya, namun demikian apabila kita dapat menerima dengan apa adanya dan beraktivitas yang positif, segala kekurangan yang ada baik dari aspek fisik yaitu keadaan lahiriah yang mudah dikenali secara langsung maupun dengan alat ukur tertentu. Misalnya, identitas diri

(Jenis kelamin, umur, warna kulit, tinggi badan, berat badan, keturunan, dll ), kesehatan dan panca indra, maupun psikis seperti terurai diatas dapat menjadikan individu yang berkualitas. Selain aspek fisik yang diuraikan diatas masih ada beberapa aspek kondisi psikis yang mencakup aspek-aspek psikologis, yaitu :

1) Aspek intelektual

- Tingkat kecerdasan
- Kecepatan realisi
- Kapasitas ingatan
- Bakat khusus

2) Aspek Emosional

- Reaksi terhadap suatu kejadian atau peristiwa
- Suasana hati : pemarah, pendiam, ramah, sedih, penuh perhatian, gembira, cemburu, optimis, pesimis, dll

3) Aspek Kemauan

- Baik atau tidaknya hubungan antara kemauan dengan intelektual dan emosinya
- Mudah putus asa atau tabah
- Suka menggali kemampuan sendiri atau mudah menggantungkan diri kepada orang lain

4) Konsentrasi : Serius atau mudah terpengaruh dalam beraktifitas

5) Hobby : Senang terhadap aktivitas fisik, psikis, seni, bisnis, dll

6) Aspek spiritual

- Kuat lemahnya akidah
- Ikhlas beramal atau ria (ingin dipuji orang lain)
- Lebih mementingkan kesenangan duniawi daripada ukrowi



**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN /  
LAYANAN  
BIMBINGAN DAN KONSELING**

**FORMAT KLASIKAL TERJADWAL**

**I. IDENTITAS**

- A. Satuan Pendidikan** : MTs N 3 Medan  
**B. Tahun Ajaran** : 2019-2020, Semester I  
**C. Sasaran Pelayanan** : Siswa kelas VIII  
**D. Pelaksana** : Noor Asiyah Siregar  
**E. Pihak Terkait** : Siswa.

**II. WAKTU DAN TEMPAT**

- A. Tanggal** : Senin, 29 Juli 2019  
**B. Jam Pembelajaran/Pelayanan** : 14.00 WIB  
**C. Volume Waktu (JP)** : Masing-masing kelas 2 (dua) JP (2 x 40 Menit)  
**D. Spesifikasi Tempat Belajar** : Ruangan kelas

**III. MATERI PEMBELAJARAN**

- A. Tema/Subtema** : 1. Tema : *Self-Control*  
2. Subtema : *Pengertian Self-Control*, Aspek-aspek yang harus dipahami  
Sumber Materi : internet

**IV. TUJUAN/ARAH PENGEMBANGAN**

- A. Pengembangan KES** : Agar siswa memahami dirinya sendiri serta mengontrol diri sendiri  
**B. Penanganan KES-T** : Untuk menghindari ketidakpahaman tentang kontrol diri

## V. METODE DAN TEKNIK

A. **Jenis Layanan** : Layanan Informasi (Format Klasikal)

B. **Kegiatan Pendukung**: -

## VI. SARANA

A. Media : Power Point

B. Perlengkapan : infocus, notebook (laptop)

## VII. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN / PELAYANAN

Diperolehnya hal-hal baru oleh siswa terkait KES (Kehidupan Efektif Sehari-Hari) dengan unsur-unsur AKURS (Acuan, Kompetensi, Usaha, Rasa, Sungguh-sungguh).

### A. KES

1. *Acuan* ( A ) : Perlunya siswa memahami kontrol diri

2. *Kompetensi* ( K ) : Siswa dapat memahami kontrol dirinya sendiri

3. *Usaha* ( U ) : Siswa memahami dirinya sendiri

4. *Rasa* ( R ) : Bagaimana perasaan siswa setelah mengetahui tentang kontrol diri

5. *Sungguh-sungguh* ( S ) : Kesungguhan siswa dalam memahami kontrol dirinya sendiri

B. **KES-T**, menghindari, mencegah siswa yang tidak memahami kontrol diri.

**C. Ridho Tuhan, Bersyukur, Ikhlas dan Tabah** :

Memohon ridho Tuhan untuk suksesnya siswa memahami dirinya.

## VIII. LANGKAH KEGIATAN

### A. LANGKAH PENGANTARAN

1. Mengucapkan salam dan mengajak siswa berdoa.
2. Mengecek kehadiran siswa, dan mengajak mereka berempati kepada siswa yang tidak hadir.
3. Mengajak dan membimbing siswa untuk mengikuti kegiatan pembelajaran / pelayanan dengan penuh perhatian, semangat dan penampilan dengan melakukan kegiatan berpikir, merasa, bersikap, bertindak dan bertanggung jawab (BMB3) berkenaan dengan materi pembelajaran/ pelayanan yang akan dibahas.

4. Menyampaikan arah materi pokok pembelajaran, yaitu dengan judul “*Self-Control* (Kontrol Diri)”
5. Menyampaikan tujuan pembahasan yaitu: Dipahaminya oleh peserta didik mengenai memahami kontrol diri untuk menyesuaikan perilaku.

#### ***B. LANGKAH PENJAJAKAN***

1. Menanyakan kepada siswa tentang apa itu *Self-Control* (Kontrol Diri).
2. Menanyakan kepada siswa tentang usaha yang mereka telah lakukan untuk memahami diri sendiri.
3. Memberikan ulasan umum dan penegasan-penegasan berkenaan dengan masukan dari siswa untuk no 1, no 2 dan no 3 di atas.

#### ***C. LANGKAH PENAFSIRAN***

1. Menjelaskan kepada siswa tentang *Self-Control* (Kontrol Diri).

#### ***D. LANGKAH PEMBINAAN***

1. Siswa dipersilahkan untuk bertanya atau merespon gambar dan materi tentang Kontrol Diri
2. Siswa menyimpulkan materi yang sudah dijelaskan hari ini, lalu merefleksikan kepada diri sendiri tentang usaha yang telah mereka lakukan untuk mengontrol sendiri.
3. Siswa diberi tugas untuk menuliskan apa yang telah mereka ketahui tentang kontrol dirinya sendiri

#### ***E. LANGKAH PENILAIAN DAN TINDAK LANJUT***

##### **1. Penilaian Hasil**

Di akhir proses pembelajaran / pelayanan siswa diminta merefleksikan (secara lisan dan atau tertulis) apa yang mereka peroleh dengan pola BMB3 dalam unsur-unsur AKURS:

- a. ***Berfikir*** : Apa yang mereka pikirkan tentang kontrol diri sendiri (Unsur A).
- b. ***Merasa*** : Bagaimana perasaan siswa setelah mengetahui cara mengontrol diri (Unsur R).
- c. ***Bersikap*** : Bagaimana Siswa dapat mengontrol dirinya (Unsur K).
- d. ***Bertindak*** : Bagaimana mereka mempraktikkan /mengetahui dirinya (Unsur U).
- e. ***Bertanggung Jawab*** : Bagaimana Kesungguhan siswa dalam memahami dirinya. (Unsur S)

## **2. Penilaian Proses**

Melalui pengamatan dilakukan penilaian proses pembelajaran/pelayanan untuk memperoleh gambaran tentang aktivitas siswa dan efektifitas pembelajaran/pelayanan yang telah diselenggarakan.

## **3. LAPELPROG dan Tindak Lanjut**

Setelah kegiatan pembelajaran atau pelayanan selesai, disusunlah Laporan Pelaksanaan Program Layanan (LAPELPROG) yang memuat data penilaian hasil dan proses, dengan disertai arah tindak lanjutnya.

Diketahui,

Konselor

Laily Safura S. Psi  
NIP.198112012009012002

Medan, 29 Juli 2019

Calon Konselor

Noor Asiyah Siregar  
NIP. 15020800

## MATERI LAYANAN

### *SELF-CONTROL*

#### **1. Pengertian *Self-Control***

*Self-control* (Kontrol Diri) merupakan salah satu kemampuan yang harus ada pada setiap orang, karena bayangkan saja apabila seseorang tidak memiliki kemampuan untuk mengontrol diri mungkin saja dia tidak dapat bersikap seperti orang normal lainnya. Karena pada dasarnya manusia memiliki dorongan-dorongan yang kuat dalam dirinya untuk melakukan atau memenuhi sesuatu yang ia inginkan, dan apabila manusia tidak memiliki kemampuan untuk mengendalikan dorongan-dorongan tersebut maka kehidupannya tidak dapat berjalan dengan seimbang.

#### **2. Aspek-Aspek Kontrol Diri**

Berdasarkan konsep Averill (2017:29) menyebutkan “kontrol diri dengan sebutan kontrol personal, yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitife control*), dan mengontrol keputusan (*decisional control*)”.

##### a. Kontrol Perilaku (*Behavior Control*)

Kontrol perilaku merupakan kesiapan tersedianya suatu respons yang dapat secara langsung memengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Apakah dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi.



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.

b. 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 berdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). 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 subjektif.

c. Mengontrol keputusan (*decisional control*)

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

### **3. Jenis-jenis *Self-control* (Kontrol Diri)**

Menurut Block dan Block (2017: 31) menjelaskan ada 3 jenis kualitas kontrol diri, yaitu *over control*, *under control*, dan *appropriate control*, dengan penjelasan sebagai berikut:

- a. *Over control* merupakan kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap stimulus.
- b. *Under control* merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impulsivitas dengan bebas tanpa perhitungan yang matang.
- c. *Appropriate control* merupakan kontrol individu dalam upaya mengendalikan implus secara tepat.

Dengan demikian, jenis-jenis kontrol diri ini dapat menjadi acuan bagi siswa agar dapat mengetahui kualitas self-control (kontrol diri) yang ada pada dirinya, apakah kontrol dirinya termasuk kedalam *over control* (kontrol diri yang dilakukan secara berlebihan), *under control* (kontrol diri yang dilakukan dengan bebas tanpa perhitungan yang matang), atau *appropriate* (kontrol diri yang dilakukan dan dikendalikan secara tepat).

#### **4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Self-Control* (Kontrol Diri)**

Faktor yang mempengaruhi kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Ghufron (2017:32) secara garis besarnya faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri ini terdiri dari faktor internal (dari diri individu) dan faktor eksternal (lingkungan individu). Dengan penjelasan sebagai berikut:

- a. Faktor internal

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

- b. Faktor eksternal

Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Hasil penelitian Nasichah (2000) 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 orang tua tetap konsisten terhadap konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah ditetapkan maka sikap kekonsistensian ini akan diinternalisasikan anak. Dikemudian akan menjadi kontrol dirinya.



**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN /  
LAYANAN  
BIMBINGAN DAN KONSELING**

**FORMAT KLASIKAL TERJADWAL**

**I. IDENTITAS**

- A. Satuan Pendidikan** : MTs N 3 Medan  
**B. Tahun Ajaran** : 2019-2020, Semester I  
**C. Sasaran Pelayanan** : Siswa kelas VIII  
**D. Pelaksana** : Noor Asiyah Siregar  
**E. Pihak Terkait** : Siswa.

**II. WAKTU DAN TEMPAT**

- A. Tanggal** : Senin, 5 Agustus 2019  
**B. Jam Pembelajaran/Pelayanan** : 14.00 WIB  
**C. Volume Waktu (JP)** : Masing-masing kelas 2 (dua) JP (2 x 40 Menit)  
**D. Spesifikasi Tempat Belajar** : Ruangan kelas

**III. MATERI PEMBELAJARAN**

- A. Tema/Subtema** : 1. Tema: *Self-Control* (kontrol diri)  
2. Subtema : cara mengembangkan kemampuan *self-control* (kontrol diri)  
Sumber Materi : internet, buku

**IV. TUJUAN/ARAH PENGEMBANGAN**

- A. Pengembangan KES** : Agar siswa mampu mengembangkan kemampuan kontrol diri sendiri  
**B. Penanganan KES-T** : Untuk menghindari pengembangan kemampuan kontrol diri yang salah

## V. METODE DAN TEKNIK

A. **Jenis Layanan** : Layanan Informasi (Format Klasikal)

B. **Kegiatan Pendukung**: -

## VI. SARANA

A. **Media** : Power Point

B. **Perlengkapan** : infocus, notebook (laptop)

## VII. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN / PELAYANAN

Diperolehnya hal-hal baru oleh siswa terkait KES (Kehidupan Efektif Sehari-Hari) dengan unsur-unsur AKURS (Acuan, Kompetensi, Usaha, Rasa, Sungguh-sungguh).

### A. KES

1. *Acuan* ( A ) : Perlunya siswa memahami pengembangan kemampuan kontrol diri

2. *Kompetensi* ( K ) : Siswa dapat mengembangkan kemampuan kontrol dirinya sendiri

3. *Usaha* ( U ) : Siswa memahami dirinya sendiri

4. *Rasa* ( R ) : Bagaimana perasaan siswa setelah mengetahui tentang mengembangkan kemampuan kontrol diri

5. *Sungguh-sungguh* ( S ) : Kesungguhan siswa dalam mengembangkan kemampuan kontrol dirinya sendiri

B. **KES-T**, menghindari, mencegah siswa yang tidak memahami pengembangan kemampuan kontrol diri.

### C. **Ridho Tuhan, Bersyukur, Ikhlas dan Tabah** :

Memohon ridho Tuhan untuk suksesnya siswa memahami dirinya.

## VIII. LANGKAH KEGIATAN

### A. *LANGKAH PENGANTARAN*

1. Mengucapkan salam dan mengajak siswa berdoa.
2. Mengecek kehadiran siswa, dan mengajak mereka berempati kepada siswa yang tidak hadir.
3. Mengajak dan membimbing siswa untuk mengikuti kegiatan pembelajaran / pelayanan dengan penuh perhatian, semangat dan penampilan dengan melakukan kegiatan berpikir, merasa, bersikap,

bertindak dan bertanggung jawab (BMB3) berkenaan dengan materi pembelajaran/ pelayanan yang akan dibahas.

4. Menyampaikan arah materi pokok pembelajaran, yaitu dengan judul “Cara Mengembangkan Kemampuan *Self-Control* (Kontrol Diri)”
5. Menyampaikan tujuan pembahasan yaitu: Dipahaminya oleh peserta didik mengenai cara mengembangkan kemampuan kontrol diri untuk menyesuaikan perilaku.

#### ***B. LANGKAH PENJAJAKAN***

1. Menanyakan kepada siswa tentang apa itu mengembangkan kemampuan *Self-Control* (Kontrol Diri).
2. Menanyakan kepada siswa tentang usaha yang mereka telah lakukan untuk mengembangkan kemampuan diri sendiri.
3. Memberikan ulasan umum dan penegasan-penegasan berkenaan dengan masukan dari siswa untuk no 1, no 2 di atas.

#### ***C. LANGKAH PENAFSIRAN***

1. Menjelaskan kepada siswa tentang mengembangkan kemampuan *Self-Control* (Kontrol Diri).

#### ***D. LANGKAH PEMBINAAN***

1. Siswa dipersilahkan untuk bertanya atau merespon gambar dan materi tentang Mengembangkan Kemampuan Kontrol Diri
2. Siswa menyimpulkan materi yang sudah dijelaskan hari ini, lalu merefleksikan kepada diri sendiri tentang usaha yang telah mereka lakukan untuk mengembangkan kemampuan kontrol sendiri.
3. Siswa diberi tugas untuk menuliskan apa yang telah mereka ketahui tentang pengembangan kemampuan kontrol dirinya sendiri

#### ***E. LANGKAH PENILAIAN DAN TINDAK LANJUT***

##### **1. Penilaian Hasil**

Di akhir proses pembelajaran / pelayanan siswa diminta merefleksikan (secara lisan dan atau tertulis) apa yang mereka peroleh dengan pola BMB3 dalam unsur-unsur AKURS:

- a. ***Berfikir*** : Apa yang mereka pikirkan tentang mengembangkan kemampuan kontrol diri sendiri (Unsur A).

- b. **Merasa** :Bagaimana perasaan siswa setelah mengetahui cara mengembangkan kemampuan kontrol diri (Unsur R).
- c. **Bersikap** :Bagaimana Siswa dapat mengembangkan kemampuan kontrol dirinya(Unsur K).
- d. **Bertindak** :Bagaimana mereka mempraktikkan /mengetahui pengembangan kemampuan kontrol dirinya(Unsur U).
- e. **Bertanggung Jawab** : Bagaimana Kesungguhan siswa dalam memahami dirinya.( Unsur S)

## 2. Penilaian Proses

Melalui pengamatan dilakukan penilaian proses pembelajaran/pelayanan untuk memperoleh gambaran tentang aktivitas siswa dan efektifitas pembelajaran/pelayanan yang telah diselenggarakan.

## 3. LAPELPROG dan Tindak Lanjut

Setelah kegiatan pembelajaran atau pelayanan selesai, disusunlah Laporan Pelaksanaan Program Layanan (LAPELPROG) yang memuat data penilaian hasil dan proses, dengan disertai arah tindak lanjutnya.

Diketahui,

Konselor

Laily Safura S. Psi  
NIP.198112012009012002

Medan, 5 Agustus 2019

Calon Konselor

Noor Asiyah Siregar  
NIP. 1502080096

## MATERI LAYANAN

### A. Cara Mengembangkan Kemampuan Kontrol Diri

Ahli-ahli berpendapat bahwa selain dapat mereduksi efek psikologis yang negative yang bersumber dari stressor lingkungan, kontrol diri juga dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat pencegahan (*preventif*). Secara umum strategi untuk memaksimalkan kontrol diri dapat digolongkan dalam tiga kategori, yaitu:

1. Membuat atau memodifikasi lingkungan menjadi responsif atau menunjang tujuan-tujuan yang dicapai oleh individu. Pada prinsipnya, arah ini menempatkan objek (lingkungan) sebagai sentral atau pusat pengembangan. Contohnya, mengubah tata letak perabotan atau fungsi ruangan dalam mengurangi kebosanan didalam rumah atau tempat kerja.
2. Memperbanyak informasi dan kemampuan untuk menghadapi atau menyesuaikan diri dengan lingkungan. Subjek atau individu menjadi focus atau sentral pengembangan. Misalnya, melatih diri mengantisipasi hal-hal atau kondisi yang tidak menyenangkan yang mungkin terjadi pada masa yang akan datang.
3. Menggunakan secara lebih efektif kebebasan memilih dalam pengaturan lingkungan. Misalnya menggunakan waktu dalam posisi individu dalam situasi atau lingkungan pada saat-saat tertentu juga dapat digunakan sebagai alternatif bilamana hal tersebut dipandang lebih baik.

Tips untuk melatih disiplin dan menahan diri ini dapat dilakukan dengan cara-cara:

1. Tuliskan kontrak antar diri Anda sendiri untuk berkomitmen melakukan satu hal yang akan membawa Anda pada level tertinggi. Berjanjilah untuk melakukannya satu hari 12 detik. Kenapa Cuma 12 detik? Hal ini memang sengaja. Kalau Anda sudah bisa melakukannya selama 12 detik itu, Anda bisa menambah sendiri waktu



Anda. Namun hal yang paling sulit dilakukan adalah mendisiplinkan dan mengontrol diri kita untuk konsisten melakukannya setiap hari selama 12 detik.

2. Bayangkan betapa menyenangkan hal yang akan kita peroleh jika kita bisa menahan diri. Fokus pada rasa senang yang akan kita peroleh mampu membuat kita menahan diri. Hal ini justru bukanlah menjadi penderitaan. Sebab kita hanya berkonsentrasi pada rasa senang yang akan kita dapatkan. Jangan lupa saat sukses melakukan hal-hal kecil tersebut, berikan *reward* pada diri sendiri, dan katakan bahwa kita hebat karena kita mampu melakukannya. Sebaliknya, rasa tidak senang terhadap sesuatu hal, akan membuat kita tidak mampu melakukan sesuatu yang sifatnya positif. Hal ini berarti bahwa kita berada dalam posisi kontrol diri yang lemah, tidak ada suatu proses pengolahan diri dengan cara mencoba melakukan kontrol diri. Manusia yang tidak bisa menahan dirinya atau kalah oleh dorongan-dorongan yang ada pada dirinya, bukan manusia dewasa. Perilaku semacam ini sebenarnya bisa dimasukkan kategori perilaku anak-anak. Anak-anak, jika menginginkan sesuatu harus tercapai. Dewasa tidaknya seseorang bukan ditentukan faktor umur. Orang bisa dikatakan matang apabila dia mampu mengolah seluruh dorongan yang muncul dengan mempertimbangkan berbagai nilai yang ada di masyarakat, seperti hukum, norma, agama, dan nilai-nilai budaya yang dijunjung tinggi masyarakat. Jika seseorang sudah berada pada tahap yang lebih tinggi dari sekedar memenuhi kebutuhan dasarnya, hidupnya tidak akan lagi didominasi oleh hal-hal negatif dalam berpikir, bersikap, dan berperilaku negatif. Ia juga mencoba agar dirinya bisa diterima oleh lingkungan sekitar, lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat yang lebih luas.
3. Berkarya, bisa dalam berbagai bentuk kegiatan, terutama berkarya sebaik-baiknya dalam pekerjaan kita, apapun jenisnya. Dengan bekerja maksimal, tidak akan ada

tempat untuk memikirkan hal-hal negatif, seperti dorongan untuk menyontek dalam ujian, menjelek-jelekan orang lain, mengganggu ketentraman kelas, terlibat dalam pertengkaran atau perkelahian. Kalau siswa sudah sampai ke tahap berkarya dan bisa mengaktualisasikan dirinya, hal ini membuat dirinya lebih puas. Analoginya begini, jika sadar tentang kesehatan, makan bukan segala-galanya lagi.

4. Mengendalikan suasana hati. Hati atau kalbu adalah pusat kekuatan psikis. Suasana hati sangat mudah berubah sejalan dengan dinamika kehidupan yang dialami seseorang. Suasana hati akan menentukan apakah seseorang menjadi mulia atau hina. Hati atau kalbu yang membimbing akal dan pikiran kita. Mengendalikan suasana berarti selalu membersihkan kalbu sehingga senantiasa memancarkan rasa syukur, rendah hati, kasih sayang, dan sikap optimis.
5. Mengendalikan pikiran. Dimensi piker merupakan faktor penentu sikap dan perilaku individu. Individu yang memiliki persepsi/pikiran yang benar (positif) akan membentuk suatu proses atau aktivitas yang benar (positif). Sebaliknya, persepsi yang keliru (negatif). Hal apa saja yang mendominasi pikiran Anda? Pengendalian pikiran dapat dilakukan dengan mengawasi isi terbanyak dalam pikiran. Cara lain untuk mengendalikan pikiran adalah berpikir secara holistik dengan mempertimbangkan semua dimensi (dimensi sosial, emosional, dan spiritual).



**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)

Form : K - I

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

Perihal : **PERMOHONAN PERSETUJUAN JUDUL SKRIPSI**

Dengan hormat yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Noor Asiyah Siregar  
NPM : 1502080096  
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling  
Kredit Kumulatif : 150 SKS

IPK= 3,63

Persetujuan Ket./Sekret. Prog. Studi	Judul yang Diajukan	Disahkan oleh Dekan Fakultas
	Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Mengurangi Penggunaan Gadget Pada Kelas VIII MTs Negeri 3 Medan Tahun Ajaran 2018/2019	
	Upaya Mencegah Dampak Negatif Sosial Media Dengan Menggunakan Layanan Informasi Melalui Media Visual Pada Siswa Kelas VIII MTs Negeri 3 Medan Tahun Ajaran 2018/2019	
	Meningkatkan Pemahaman <i>Self-Control</i> Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik <i>Narrative Therapy</i> Siswa Kelas VIII MTs Negeri 3 Medan Tahun Ajaran 2018/2019	

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

Medan, 01 Maret 2019  
Hormat Pemohon,

**Noor Asiyah Siregar**

Keterangan:

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



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

Form K-2

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

*Assalamu 'alaikum Wr, Wb*

Dengan hormat, yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Mahasiswa : Noor Asiyah Siregar  
NPM : 1502080096  
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling

Mengajukan Permohonan persetujuan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi sebagai tercantum di bawah ini dengan judul sebagai berikut:

Meningkatkan Pemahaman *Self-Control* Siswa Melalui Layanan  
Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Narrative Therapy*  
Siswa Kelas VIII MTs Negeri 3 Medan  
Tahun Ajaran 2018/2019

Sekaligus saya mengusulkan/menunjuk Bapak/Ibu:

1. Sri Ngayomi Y.W S.Psi., M.Psi.

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

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

Medan, 17 Maret 2019  
Hormat Permohonan

Noor Asiyah Siregar

Keterangan:

Dibuat rangkap 3 : - Untuk Dekan/Fakultas  
- Untuk Ketua/Sekretaris Prog. 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 : 1091 /II.3/UMSU-02/F/2019  
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 : **Noor Asiyah Siregar**  
N P M : 1502080096  
Program Studi : **Bimbingan dan Konseling**  
Judul Penelitian : **Meningkatkan Pemahaman Self-Control Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Narrative Therapy Siswa Kelas VIII MTs Negeri 3 Medan Tahun Ajaran 2018/2019.**

Pembimbing : **Sri Ngayomi Y.W.S.Psi,M.Psi.**

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 : **29 April 2020**

Medan, 24 Sya'ban 1440 H  
29 April 2019 M



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

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

**BERITA ACARA BIMBINGAN PROPOSAL**

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Jurusan/Prog.Studi : Bimbingan dan Konseling  
Nama Lengkap : Noor Asiyah Siregar  
N.P.M : 1502080096  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Proposal : Meningkatkan Pemahaman *Self Control* Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Narative Therapy* Siswa Kelas VIII MTs N 3 Medan T.A 2018/2019

Tanggal	Deskripsi Hasil Bimbingan Proposal	Paraf
5 April 2019	Perbaikan Bab I, II, dan III	
23 April 2019	Perbaikan latar belakang masalah, Fenomena blm cukup, penambahan teori pada bab II, perbaikan daftar pustaka	
25 April 2019	Perbaikan Bab III untuk design, angket, uji statistik.	
27 April 2019	Perbaikan penulisan masih ada yang salah	
30 April 2019	Sudah dipenitersi dan layak untuk seminar proposal.	

Diketahui oleh:

Ketua Prodi

Dra. Jamila, M.Pd

Medan, April 2019

Dosen Pembimbing

Sri Ngayomi Y. W S.Psi., M.Psi

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

**BERITA ACARA SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI**

Pada hari ini selasa, Tanggal 14 Mei 2019 telah diselenggarakan seminar proposal skripsi atas nama mahasiswa dibawah ini:

Nama Lengkap : Noor Asiyah Siregar  
 NPM : 1502080096  
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
 Judul Proposal : Meningkatkan Pemahaman *Self-Control* siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Narrative Therapy* Siswa Kelas VIII MTs N 3 Medan T.A 2018/2019

No	Masukan dan Saran
Judul	Apayang melatar belakang mengambil judul ini? Dan meneliti di sekolah MTs N 3?
BAB I	Hal:10, Hal,11 Hal 12, Hal,14 Bahasa asing di setiap miring Hal:16, Hal :19, Hal:21, Hal,22, Hal :32 tabel disisi r Hal:34, jumlah populasi diganti dengan sampel, Hal:37
BAB II	
BAB III	
Lainnya	Perbaiki penelitian kuantitatif, judul diganti dan sampel diambil lebih dari 20 orang. kumpulkan angkrang. Tambahkan teori keter self control.
Kesimpulan	<input type="checkbox"/> disetujui <span style="float: right;"><input type="checkbox"/> ditolak</span> <input checked="" type="checkbox"/> Disetujui Dengan Adanya Perbaikan

Dosen Pembahas  
  
 Dra. Jamila, M.Pd

Dosen Rembimbing  
  
 Sri Ngayomi Y W S.Psi, M.Psi

**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 Muchtar Bashri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6619056  
Website. <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: [fkip@umsu.ac.id](mailto:fkip@umsu.ac.id)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

### LEMBAR PENGESAHAN HASIL SEMINAR PROPOSAL

Proposal yang sudah diseminarkan oleh mahasiswa dibawah ini :

Nama Lengkap : Noor Asiyah Siregar  
NPM : 1502080096  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Proposal : Meningkatkan Pemahaman *Self-Control* siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Narrative Therapy* Siswa Kelas VIII MTs N 3 Medan T.A 2018/2019

Pada hari Selasa, Tanggal 14 Mei 2019 sudah layak menjadi proposal skripsi

Medan, 14 Mei 2019

Disetujui oleh :

Dosen Pembahas

Dra. Jamila, M.Pd

Dosen Pembimbing

Sri Ngayomi Y W S.Psi., M.Psi

Diketahui Oleh :

Ketua Program Studi

Dra. Jamila, M.Pd





MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
JL. Kapten Mughtar Bashri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6619056  
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 : Noor Asiyah Siregar  
NPM : 1502080096  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Proposal : Meningkatkan Pemahaman *Self-Control* siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Narrative Therapy* Siswa Kelas VIII MTs N 3 Medan T.A 2018/2019

Benar telah melakukan seminar proposal skripsi hari Selasa, Tanggal 14 Mei 2019.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk memperoleh surat izin riset dari Dekan Fakultas Atas ketersediaan dan kerja sama yang baik, kami ucapkan terima kasih

Medan, 14 Mei 2019

Diketahui oleh

Ketua Prodi

Dra. Jamila, M.Pd

## SURAT PERNYATAAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama Mahasiswa : Noor Asiyah Siregar

NPM : 1502080096

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Judul Proposal : Pengaruh Layanan Informasi Terhadap Peningkatan Pemahaman *Self-Control* Siswa Kelas VIII MTs N 3 Medan Tahun Ajaran 2019/2020

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Penelitian yang saya lakukan dengan judul diatas belum pernah di teliti di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
2. Penelitian ini akan saya lakukan sendiri tanpa ada bantuan dari pihak manapun dengan kata lain penelitian ini tidak saya tempahkan (dibuat) oleh orang lain dan juga tidak tergolong plagiat
3. Apabila point 1 dan 2 di atas saya langgar maka saya akan bersedia untuk melakukan 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 sebagai mestinya.

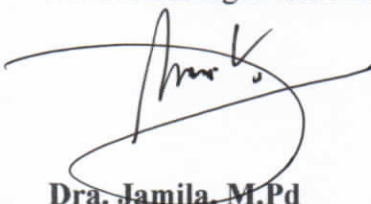
Medan, 17 Juni 2019

Hormat saya  
Yang membuat pernyataan



  
Noor Asiyah Siregar

Diketahui oleh Ketua  
Prodi Bimbingan dan Konseling

  
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)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Kepada : Yth. Ibu Ketua/sekretaris  
Program Studi Pendidikan Bimbingan Dan Konseling  
FKIP UMSU

Perihal : **Permohonan Perubahan Judul Skripsi**

Assalamualaikum W.r Wb

Dengan Hormat, yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Lengkap : Noor Asiyah Siregar  
NPM : 1502080096  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

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

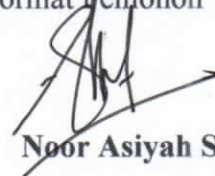
Meningkatkan Pemahaman *Self-Control* Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok  
Dengan Teknik *Narrative Therapy* Siswa Kelas VIII Mts N 3 Medan T.A 2018/2019

Menjadi:

Pengaruh Layanan Informasi Terhadap Peningkatan Pemahaman *Self-Control* Siswa Kelas  
VIII MTs N 3 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020

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

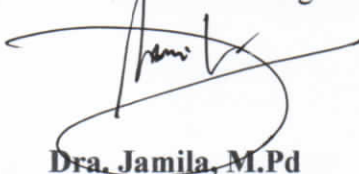
Medan, 17 Juni 2019  
Hormat Demohon



Noor Asiyah Siregar

Diketahui oleh:

Ketua Program Studi  
Pendidikan Bimbingan dan Konseling



Dra. Jamila, M.Pd

Dosen Pembimbing



Sri Ngayomi YW S.Psi., M.Psi





Unggul, Cerdas & Terpercaya

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

Jalan Kapten Muchtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 Fax. (061) 6625474 - 6631003  
Website: <http://fkip.umsu.ac.id> E-mail: [fkip@umsu.ac.id](mailto:fkip@umsu.ac.id)

Bila menjawab surat ini agar disebutkan nomor dan tanggalnya

Nomor : 4577 /II.3-AU/UMSU-02/F/2019  
Lamp : ---  
Hal : **Permohonan Izin Riset**

Medan, 07 Dzulqaidah 1440 H  
10 Juli 2019 M

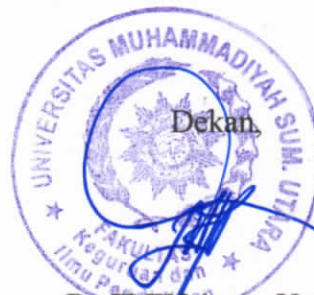
Kepada Yth, Bapak/Ibu Kepala  
MTs Negeri 3 Medan  
di-  
Tempat.

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 : Noor Asiyah Siregar  
N P M : 1502080096  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Penelitian : Pengaruh Layanan Informasi terhadap Peningkatan Pemahaman Self-Control Siswa Kelas VIII MTs Negeri 3 Medan Tahun Pembelajaran 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.



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

**\*\* Pertinggal\*\***



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA MEDAN**  
**MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI - 3 MEDAN**  
Jalan Melati 13 Blok X PHM Telp /Fax (061) 8472306 Helvetia Tengah Medan-20124  
E-mail : [mtsntigamedan@gmail.com](mailto:mtsntigamedan@gmail.com) Kota Medan

## **SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN**

Nomor : B196/Mts.02.15.54 / PP.00.5 /08/2019

Yang bertanda tangan di bawah ini kepala Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Medan  
Dengan ini menerangkan :

Nama : NOOR ASIYAH SIREGAR  
NPM : 1502080096.  
Program Study : Bimbingan Konseling.

Benar bahwa nama tersebut diatas telah melaksanakan penelitian di MTsN 3 Medan tanggal,06  
januari 2018 berjudul:

“Pengaruh Layanan Informasi terhadap Peningkatan Pemahaman *Self-Control* Siswa kelas VIII  
MTsN 3 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020”

Demikian Surat keterangan ini di buat ,untuk dapat di pergunakan seperlunya.





MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jl. Kapt. Mukhtar Basri No. 3 Telp. 6624567 - Ext. 113 Medan 20238  
Website: <http://perpustakaan.umsu.ac.id>

**SURAT KETERANGAN**

Nomor: ...<sup>2749</sup>KET/II.9-AU/UMSU-P/M/2019

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Berdasarkan hasil pemeriksaan data pada Sistem Perpustakaan, maka Kepala Unit Pelaksana Teknis (UPT) Perpustakaan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dengan ini menerangkan :

**Nama** : Noor Asiyah Siregar  
**NPM** : 1502080096  
**Fakultas** : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
**Jurusan/ P.Studi** : Bimbingan Konseling

telah menyelesaikan segala urusan yang berhubungan dengan Perpustakaan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Medan.

Demikian surat keterangan ini diperbuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 5 Muharram 1441 H  
05 September 2019 M

Kepala UPT Perpustakaan,

Muhammad Arifin, S.Pd, M.Pd

ORIGINALITY REPORT

28%

SIMILARITY INDEX

25%

INTERNET SOURCES

5%

PUBLICATIONS

22%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	Submitted to Universitas Siswa Bangsa Internasional Student Paper	3%
2	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source	2%
3	eprints.uny.ac.id Internet Source	2%
4	es.scribd.com Internet Source	2%
5	digilib.unimed.ac.id Internet Source	1%
6	widuri.raharja.info Internet Source	1%
7	www.scribd.com Internet Source	1%
8	repository.uinsu.ac.id Internet Source	1%
9	Submitted to Universitas Terbuka	



1%

10

[ejournal.upi.edu](http://ejournal.upi.edu)

Internet Source

1%

11

[docobook.com](http://docobook.com)

Internet Source

1%

12

[eprints.ums.ac.id](http://eprints.ums.ac.id)

Internet Source

1%

13

**Submitted to Sriwijaya University**

Student Paper

1%

14

[redhayulaiana.blogspot.com](http://redhayulaiana.blogspot.com)

Internet Source

1%

15

**Submitted to Universitas Pendidikan Indonesia**

Student Paper

1%

16

**Submitted to Universitas Muhammadiyah**

**Surakarta**

Student Paper

1%

17

**Submitted to Universitas Negeri Jakarta**

Student Paper

1%

18

[smanunggul-subulussalam.blogspot.com](http://smanunggul-subulussalam.blogspot.com)

Internet Source

1%

19

[lib.unnes.ac.id](http://lib.unnes.ac.id)

Internet Source

<1%

[bembyagus.blogspot.com](http://bembyagus.blogspot.com)



20	Internet Source	<1 %
21	pt.scribd.com Internet Source	<1 %
22	eprints.iain-surakarta.ac.id Internet Source	<1 %
23	mafiadoc.com Internet Source	<1 %
24	repository.uinjkt.ac.id Internet Source	<1 %
25	repo.iain-tulungagung.ac.id Internet Source	<1 %
26	www.balitbang.pemkomedan.go.id Internet Source	<1 %
27	repository.maranatha.edu Internet Source	<1 %
28	Submitted to Universitas Muria Kudus Student Paper	<1 %
29	repository.uksw.edu Internet Source	<1 %
30	repository.unpas.ac.id Internet Source	<1 %
31	Irman Suherman. "PENGELOLAAN PROGRAM	<1 %

ULANGAN HARIAN BERSAMA (UHB)  
SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN MOTIVASI  
BELAJAR SISWA", TADBIR MUWAHHID, 2018

Publication

---

32	<a href="http://ujian9c1520162017.wordpress.com">ujian9c1520162017.wordpress.com</a> Internet Source	<1%
33	<a href="http://anzdoc.com">anzdoc.com</a> Internet Source	<1%
34	<a href="http://docplayer.info">docplayer.info</a> Internet Source	<1%
35	<a href="http://www.tora-leucopsar.blogspot.com">www.tora-leucopsar.blogspot.com</a> Internet Source	<1%
36	<a href="http://www.alamatelpon.com">www.alamatelpon.com</a> Internet Source	<1%
37	<a href="http://blog.tp.ac.id">blog.tp.ac.id</a> Internet Source	<1%
38	Submitted to Universitas Negeri Makassar Student Paper	<1%
39	<a href="http://adoc.tips">adoc.tips</a> Internet Source	<1%
40	<a href="http://repository.radenintan.ac.id">repository.radenintan.ac.id</a> Internet Source	<1%
41	<a href="http://id.scribd.com">id.scribd.com</a> Internet Source	<1%

---

42

kemalirham.blogspot.com

Internet Source

<1%

43

digilib.unila.ac.id

Internet Source

<1%

44

semarakpost.com

Internet Source

<1%

45

Submitted to Universitas Islam Bandung

Student Paper

<1%

Exclude quotes On

Exclude matches Off

Exclude bibliography On