

**PENERAPAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN SELF CONTROL SISWA KELAS XI
SMAMUHAMMADIYAH 5 LUBUK PAKAM
TAHUN PEMBELAJARAN 2017/2018**

SKRIPSI

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

OLEH

DOLLI INDRA SIREGAR

NPM. 1302080167



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

MEDAN

2018

ABSTRAK

Dolli Indra Siregar 1302080167, Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam Tahun Pembelajaran 2017/2018.

Skripsi Fakultas Ilmu Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk meningkatkan kemampuan dalam proses pembelajaran di sekolah. Banyak hal yang menyebabkan seseorang dalam mengontrol dirinya, salah satunya adalah dirinya memiliki alasan tersendiri untuk tetap mempertahankan dirinya yang tidak terkontrol, entah untuk mempertahankan diri atau perasaan ingin diakui oleh orang-orang sekitar. Ada juga yang beralasan untuk tidak mau merubah dirinya yang sudah berada pada titik nyaman bagi dirinya sendiri *self control* merupakan suatu tindakan yang dilakukan seseorang untuk mengendalikan diri yang sedang dirasakan baik itu perasaan senang, sedih, marah dan sebagainya. Adapun tujuan diterapkannya layanan ini adalah untuk mengetahui Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Materi *Self Control* Untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam Tahun Pembelajaran 2017/2018. Yang diambil tidak menetapkan kelas, siswa yang dijadikan sebagai objek sebanyak 8 orang. Sesuai dengan permasalahan yang mereka miliki, kemudian instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi dan wawancara. Dari hasil penelitian yang dilakukan di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam, maka diperoleh data siswa yang mengalami masalah-masalah dalam *self control* diberikan layanan bimbingan kelompok, peneliti menjadikan mereka dalam satu kelompok untuk membahas permasalahan yang berkaitan dengan *self control*. Setelah terlaksana Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam, peneliti melihat adanya perubahan dalam hubungan yang membaik antara siswa dan juga dengan guru lainnya. Ini berarti Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa berhasil dilakukan.

Kata Kunci : Layanan Bimbingan Kelompok, *Self Control*

KATA PENGANTAR



Assalamualaykum Warahmatullahi Wabarakatuh

Syukur Alhamdulillahirabbilalamin, penulis ucapkan kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala* berikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, yang berjudul “ **Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Di SMA muhammadiyah 5 lubuk pakam Tahun Pembelajaran 2017/2018**”. Merupakan salah satu syarat dalam pencapaian gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Shalawat berangkai salam kepada Rasulullah SAW yang telah membawa kita dari zaman jahiliah hingga zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan, semoga dengan memperbanyak Shalawat kita adalah umat yang mendapat syafaat dan insyallah dapat bertemu beliau di taman surgaNya. Berkat usaha dan do'a Alhamdulillah akhirnya skripsi dapat terselesaikan, walaupun dalam menyusun skripsi ini penulis menyadari banyak mengalami rintangan terutama kurangnya pengetahuan penulis serta buku literatur yang mendukung skripsi ini.

Untuk itu sepantasnya penulis memberikan penghargaan dan ucapan terima kasih terutama kepada belahan hati penulis, mereka yang telah membesarkan dan membentuk penulis sehingga menjadi manusia yang bermanfaat untuk umat, insyaallah. Kepada kedua belahan hati penulis Ayahanda **MUKDAN SIREGAR** dan Ibunda **SARIANUM POHAN** yang telah

memberikan seluruh jiwanya kepada buah hati tercintanya, yang tidak pernah lelah memotivasi dan mendoakan penulis disetiap sujud terakhirnya menyebut nama buah hati terkasih mereka hingga menjadi sarjana yang berguna bagi agama, negara dan bangsa.

Selain kedua orang tua, penulis juga mengucapkan banyak terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Dr. Agussani, M.AP, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Bapak Dr. Elfrianto Nasution S.Pd, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
3. Ibu Dra. Jamilah M.Pd, selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
4. Bapak Drs. Zaharuddin Nur, MM, selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
5. Ibu Dra. Hj. Latifah Hanum M.Psi selaku Dosen Pembimbing Akademik yang selalu memberikan bimbingan dalam mengikuti perkuliahan.
6. Bapak Dr. Hassanuddin , selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah banyak meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis sehingga selesai skripsi ini.
7. Teristimewa kepada seluruh Bapak dan Ibu dosen yang telah memberikan bimbingan dan ilmunya kepada penulis selama menjalani perkuliahan.

8. Terima kasih kepada seluruh pegawai Biro Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang telah membantu penulis dalam mengurus Administrasi selama perkuliahan.
9. Ibu Hj. Nurhayati siregar S.pd , selaku kepala sekolah SMA muhammadiyah 5 lubuk pakam yang telah mengizinkan penulis untuk melaksanakan penelitian ini hingga selesai.
10. Bapak Wirzal , S.Pd selaku guru Bimbingan dan Konseling di SMA muhammadiyah 5 lubuk pakam.
11. Keluarga besar SMA muhammadiyah 5 lubuk pakam yang telah membantu terlaksananya penelitian ini.
12. Teristimewa kepada Sepupu penulis Panjang harahap, Edi Parman Pakpahan dan Rahmad Pratama Tampubolon yang selalu memberikan semangat dan do'a kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
13. Teristimawa kepada penyemangat hati penulis Sri wahyuni pohan yang telah mengisi hari-hari penulis dengan penuh suka duka dan memberikan semangat dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi.
14. Kepada seperjuanganku Khainul ahmad Nasution selaku teman yang selalu setia menemani, memotivasi serta membantu selama penyusunan skripsi.
15. Sahabat seperjuangan di UMSU FKIP, khususnya khainul ahmad Nasution, ahmad syariffudin lubis.
16. Seluruh teman-teman selama PPL yaitu Syahidah,Rizka,Putri Dll.
17. Seluruh teman-teman Bimbingan dan Konseling B-Sore 2014 yang selama ini sama-sama berjuang untuk memperoleh gelar S.Pd.

Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan yang telah diberikan kepada penulis dengan iringan do'a semoga dilimpahkan Rahmat-Nya. Penulis menyadari bahwa hasil penelitian ini perlu penyempurnaan sehingga hasil penelitian lebih baik dan semoga penelitian ini dapat bermanfaat untuk kita semua Amin..

Wallaikumsalam Wt. Wb.

Medan, Maret 2018

Peneliti

Dolli Indra Siregar

DAFTAR ISI

| | |
|---|-------------|
| KATA PENGANTAR | i |
| DAFTAR ISI | v |
| DAFTAR TABEL | viii |
| DAFTAR GAMBAR | ix |
| DAFTAR LAMPIRAN | x |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Identifikasi Masalah | 5 |
| C. Batasan Masalah | 6 |
| D. Rumusan Masalah | 6 |
| E. Tujuan Penelitian..... | 6 |
| F. Manfaat Penelitian | |
| BAB II LANDASAN TEORI | 8 |
| A. Kerangka Teoritis | 8 |
| 1. Layanan Bimbingan Kelompok | 8 |
| a. Pengertian Bimbingan | 8 |
| b. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok | 10 |
| c. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok | 11 |
| d. Unsur-unsur Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok | 13 |
| e. Materi Layanan Bimbingan Kelompok | 16 |
| f. Asas-Asas Layanan Bimbingan Kelompok | 17 |
| g. Proses Layanan Bimbingan Kelompok | 18 |

| | |
|---|-----------|
| 2. <i>Self Control</i> | 21 |
| a. Pengertian <i>Self Control</i> | 21 |
| b. Perkembangan <i>Self Control</i> dalam Diri Individu | 21 |
| c. Hasil dari Perkembangan <i>Self Control</i> | 25 |
| d. Peran <i>Self Control</i> | 26 |
| e. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Self Control</i> | 27 |
| f. Problem dalam <i>Self Control</i> | 28 |
| B. Kerangka Konseptual | 29 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 32 |
| A. Lokasi Penelitian dan Waktu Penelitian | 32 |
| 1. Lokasi Penelitian | 32 |
| 2. Waktu Penelitian | 32 |
| B. Subjek dan Objek Penelitian | 35 |
| 1. Subjek Penelitian | 35 |
| 2. Objek Penelitian | 35 |
| C. Defenisi Operasional | 36 |
| D. Instrumen Penelitian | 37 |
| E. Teknik Anlisis Data | 42 |
| BAB IV PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN | 44 |
| A. Deskripsi Hasil Penelitian | 44 |
| 1. Gambar Umum Sekolah SMA muhammadiyah 5 lubuk Pakam | 44 |
| 2. Identitas Sekolah SMA muhammadiyah 5 lubuk Pakam | 44 |
| 3. Visi,Misi Sekolah SMA muhammadiyah 5 lubuk Pakam | 45 |

| | |
|--|-----------|
| 4. Struktur Organisasi SMA muhammadiyah 5 lubuk Pakam | 46 |
| 5. Keadaan Guru – guru SMA muhammadiyah 5 lubuk Pakam | 46 |
| 6. Sarana dan prasana Sekolah SMA muhammadiyah 5 lubuk Pakam ... | 49 |
| B. Pembahasan Hasil Deskripsi Data | 51 |
| 1. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok | 51 |
| 2. Self Control siswa di SMA muhammadiyah 5 lubuk Pakam | 55 |
| 3. Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan <i>Self</i> <i>Control</i> Siswa di SMA muhammadiyah 5 lubuk Pakam | 58 |
| C. Keterlibatan Penelitian | 65 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | 66 |
| A. Kesimpulan | 66 |
| B. Saran | 66 |
| DAFTAR PUSTAKA | 67 |
| LAMPIRAN | |

DAFTAR TABLE

| | Halaman |
|--|----------------|
| Table 3.1 Jadwal Jadwal Waktu Penelitian | 31 |
| Table 3.2 Subjek Penelitian | 33 |
| Table 3.2 Objek Penelitian | 34 |
| Table 3.4 Pedoman Wawancara SMA muhammadiyah 5 | 37 |
| Table 3.4 Pedoman Wawancara Guru BK | 38 |
| Tabel 4.1 Data Guru Pegawai Sekolah SMA muhammadiyah 5 | 45 |
| Tabel 4.2 Data Tenaga Pegawai Tata Usaha SMA muhammadiyah 5 lubuk Pakam | 45 |
| Tabel 4.3 Data Guru Pembimbing SMA muhammadiyah 5 | 46 |
| Table 4.4 Data Siswa SMA muhammadiyah 5 lubuk Pakam | 47 |
| Tabel 4.5 Sarana dan Prasarana Sekolah SMA muhammadiyah 5 lubuk Pakam | 48 |

DAFTAR GAMBAR

| | Halaman |
|---|----------------|
| Gambar 2.1 Kerangka Konseptual | 31 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--------------------|---|
| Lampiran 1 | Daftar Riwayat Hidup |
| Lampiran 2 | Pedoman Wawancara Kepala Sekolah |
| Lampiran 3 | Pedoman Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling |
| Lampiran 4 | Pedoman Wawancara Wali Kelas |
| Lampiran 5 | Pedoman Wawancara Siswa |
| Lampiran 6 | Lembar Observasi Kepala Sekolah |
| Lampiran 7 | Lembar Observasi Guru Bimbingan dan Konseling |
| Lampiran 8 | Lembar Observasi Siswa |
| Lampiran 9 | Struktur Organisasi |
| Lampiran 10 | Rencana Pelaksanaan Layanan |
| Lampiran 11 | Dokumentasi |
| Lampiran 12 | K-1 |
| Lampiran 13 | K-2 |
| Lampiran 14 | K-3 |
| Lampiran 15 | Surat Keterangan Seminar Proposal |
| Lampiran 16 | Lembar Pengesahan Hasil Seminar |
| Lampiran 17 | Berita Acara Seminar Proposal |
| Lampiran 18 | Permohonan Perubahan Judul |
| Lampiran 19 | Surat Pernyataan Plagiat |
| Lampiran 20 | Surat Pernyataan Riset |
| Lampiran 21 | Surat Balasan Riset |
| Lampiran 22 | Berita Acara Skripsi |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan sangat penting dalam kehidupan sehari-hari saat bangsa Indonesia sedang berupaya meningkatkan mutu pendidikan diharapkan mampu mewujudkan cita-cita bangsa dan tujuan pendidikan nasional. Tujuan pendidikan nasional tercantum dalam *Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 Bab II Pasal 3* yaitu mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradapan bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi seseorang tidak terwujud begitu saja apabila tidak di upayakan dan seberapa jauh individu tersebut mengupayakan sehingga bisa mewujudkan potensinya menjadi aktual dan perwujud tersebut dalam sikap kepribadiaannya.

Dijabarkan dengan luas dalam Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 39 Tahun 2008 tentang Pembinaan Kesiswaan dalam empat poin : 1. Mengembangkan potensi siswa secara optimal dan terpadu yang meliputi bakat, minat, dan kreativitas, 2. Mengaktualisasikan kepribadian siswa untuk mewujudkan ketahanan sekolah sebagai lingkungan pendidikan sehingga terhindar dari usaha dan pengaruh negatif dan bertentangan dengan tujuan pendidikan, 3. Mengaktulisasikan potensi siswa dalam pencapaian prestasi unggulan sesuai bakat dan minat, 4. Menyiapkan siswa agar menjadi warga

Bimbingan dan konseling merupakan salah satu komponen penting dalam dunia pendidikan. Diadakannya layanan bimbingan dan konseling disekolah bukan karena adanya landasan hukum, namun yang lebih penting adalah adanya kesadaran atau komitmen untuk memfasilitasi siswa agar mampu mengembangkan potensi dirinya.

Bimbingan dan konseling merupakan bagian integral dari pendidikan di Indonesia. Sebagai sebuah layanan profesional, kegiatan layanan konseling tidak bisa dilakukan secara sembarangan. Berbagai kesalahpahaman yang terjadi dalam layanan bimbingan dan konseling selama ini, adanya anggapan konseling sebagai “*polisi sekolah*”, atau berbagai persepsi lainnya yang keliru tentang layanan bimbingan dan konseling.

Berbagai jenis layanan dan kegiatan perlu dilakukan sebagai wujud penyelenggaraan pelayanan bimbingan terhadap sasaran layanan, yaitu peserta didik . Pelayanan bimbingan dan konseling kepada peserta didik ada bermacam-macam jenis layanan, yaitu layanan orientasi, informasi, penempatan dan penyaluran, pembelajaran, bimbingan kelompok, konseling perorangan, dan konseling kelompok, mediasi, advokasi.

Layanan bimbingan kelompok menurut *Prayitno (2004 : 17)* adalah layanan yang memungkinkan peserta didik (masing-masing anggota kelompok) memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan pribadi melalui dinamika kelompok, dengan tujuan agar peserta didik memperoleh

kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan pribadi melalui dinamika kelompok.

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan kelompok disekolah. Layanan bimbingan kelompok secara terpadu dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling disekolah. Sebagai kegiatan layanan bimbingan kelompok merupakan upaya bantuan untuk dapat memecahkan masalah siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Dalam bimbingan kelompok membahas masalah pribadi yang dialami masing-masing anggota kelompok. Baik topik umum maupun masalah pribadi dibahas dalam suasana dinamika kelompok yang intens dan konstruktif.

Siswa adalah individu yang sedang mengalami masa perkembangan yaitu berkembang kearah kematangan dan kemandirian. Dalam masa inilah siswa membutuhkan banyak bimbingan untuk memperluas pengetahuan dan wawasan tentang dirinya dan lingkungan

Setiap sekolah harus membuat perencanaan program yang merupakan acuan dasar untuk pelaksanaan kegiatan satuan layanan bimbingan dan konseling. Perencanaan tersebut berisi bidang-bidang layanan, jenis-jenis layanan yang di alokasikan menurut waktu, pembagian tugas para pelaksana dan sarana atau prasaranan untuk mendukung kegiatan pelayanan bimbingan dan konseling.

Dalam proses pendidikan, semua yang terkait dengan proses tersebut mempunyai peran dan tanggung jawab sesuai dengan apa yang dibutuhkan. Masing-masing peran tersebut harus berjalan setara sinergis saling melengkapi

sehingga membentuk satu sistem yang harmonis. Dengan bimbingan dan konseling tersebut, siswa akan melakukan aktivitas belajar sesuai dengan apa yang telah ditentukan, atau telah diatur dalam suatu aturan (norma). Banyak sekali siswa yang tidak bisa mengontrol atau mengendalikan dirinya saat kegiatan belajar dan mengajar berlangsung.

Dengan demikian bimbingan menjadi bidang layanan khusus dalam keseluruhan kegiatan pendidikan sekolah yang ditangani oleh tenaga-tenaga ahli dalam bidang tersebut, melihat begitu kompleksnya tugas seorang guru serta begitu pentingnya bimbingan dan konseling bagi siswa siswi di sekolah.

Berdasarkan pengalaman saya selama melaksanakan Program Praktik Lapangan (PPL) di SMA Muhammadiyah 5 banyak siswa yang belum memahami tentang *Self Control*, seperti: siswa yang mudah emosi, suka berberkelahi, ribut di waktu jam pelajaran, suka mengejek dan sebagainya. Informasi ini diperoleh melalui wawancara dengan siswa, guru konselor dan pengamatan selama PPL.

Dari studi kasus diatas tentunya yang paling penting dalam pembahasan ini adalah lemahnya *self control* siswa dalam melakukan sesuatu. Perlu untuk diketahui bahwa *self control* merupakan kemampuan individu untuk menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial. *Self control* berkaitan erat pula dengan keterampilan emosional yang mencakup keterampilan diri, semangat, dan ketekunan, serta kemampuan untuk memotivasi untuk diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, kesanggupan untuk mengendalikan dorongan hati dan emosional, tidak

melebih-lebihkan kesenangan, mengatur susasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian tentang : **“Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan *Self-Control* (Kemampuan Mengendalikan Diri) Siswa Kelas XI SMA Muhammadiyah 5 l. Pakam Tahun Pembelajaran 2017/2018”**.

B. Identifikasi Masalah

Dalam setiap penelitian tertentu ditemui permasalahan-permasalahan. Berdasarkan uraian latar belakang permasalahan diatas, terdapat beberapa permasalahan yang dapat didefinisikan :

1. Adanya siswa yang belum bisa mengontrol dirinya.
2. Adanya siswa yang menunjukkan perilaku yang berulang-ulang meskipun telah mendapat nasihat dari guru atau pun konselor sampai pada hukuman.
3. Pemberian layanan khusus untuk mengembangkan *self control*, yaitu melalui bimbingan kelompok.
4. Perlunya *self control* (kemampuan mengendalikan diri) dalam kehidupan sehari-hari terhadap siswa.

C. Batasan Masalah

Masalah dalam penelitian ini dibatasi pada Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Meningkatkan *Self-Control (Kemampuan Mengendalikan Diri)* Siswa Kelas *Kelas XI SMA Muhammadiyah 5 l. Pakam Tahun Pembelajaran 2017/2018*".

D. Rumusan Masalah

1. Bagaimana *self control* siswa kelas XI SMA Muhammadiyah 5 L.Pakam tahun pembelajaran 2017/ 2018 ?
2. Bagaimana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok untuk meningkat *self control* siswa kelas XI SMA Muhammadiyah 5 L. Pakam tahun pembelajaran 2017/2018 ?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana penerapan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self control* siswa kelas *XI SMA Muhammadiyah 5 l. Pakam Tahun Pembelajaran 2017/2018*".

Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Sebagai bahan acuan bagi jurusan bimbingan dan konseling dalam rangka mengembangkan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling yang berkaitan dengan *self control* siswa.

2. Secara Praksis

a) Bagi Sekolah

Penelitian diharapkan dapat menjadikan bahan pertimbangan bagi pihak sekolah untuk membantu siswa dalam memecahkan masalah-masalah tentang berkaitan dengan rendahnya self control pada siswa kelas XI SMA Muhammadiyah 5 l. Pakam Tahun Pembelajaran 2017/2018”.

Bagi Konselor

Sebagai bahan pertimbangan bagi pelaksanaan bimbingan dan konseling (Konselor/BK) dalam rangka meningkatkan kualitas BK di masa yang akan datang.

b) Bagi Peneliti

- 1) Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan juga sebagai referensi dalam suatu penelitian yang akan datang.

- 2) Sebagai usaha untuk melatih diri dalam memecahkan permasalahan yang ada.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kerangka Teoritis

1. Layanan Bimbingan Kelompok

Di dalam bimbingan konseling terdiri dari beberapa layanan yang dapat diberikan kepada siswa salah satu dari 10 layanan tersebut adalah layanan bimbingan kelompok.

a. Pengertian Bimbingan

Dalam ruang lingkup yang kecil, bimbingan di tafsirkan sebagai pemberian nasehat. Untuk mengetahui secara jelas pengertian bimbingan, disini akan diuraikan beberapa defenisi bimbingan dari bebarapa para ahli.

Menurut Smith (dalam prayitno, 2004 : 94) menyatakan bahwa : “bimbingan sebagai proses layanana yang diberikan kepada individu-individu guna membantu mereka memperoleh pengetahuan dan keterampilan-keterampilan yang diperlukan dalam membuat pilihan-pilihan, dan interaksi-interaksi yang diperlukan untuk menyesuaikan diri yang baik”.

Bimbingan bertujuan membantu si penerima agar bertambah kemampuan bertanggung jawab atas dirinya. Tekanan disini dibrikan pada bantuan, sehingga orang yang di bimbing lebih berperan dalam menentukan arah bantuan itu.

Sedangkan menurut Dunsmoor & Miller (dalam prayitno 2004 : 93) : “bimbingan membantu individu untuk memahami dan menggunakan secara luas kesempatan-kesempatan pendidikan, jabatan dan pribadi yang mereka miliki atau dapat mereka kembangkan, dan sebagai suatu bentuk bantuan yang sistematis

melalui siswa dibantun untuk dapat memperoleh penyesuaian yang baik terhadap sekolah dan terhadap kehidupan”.

Berdasarkan pendapat diatas dapat dipahami bahwa bimbingan adalah suatu bantuan yg di berikan oleh seseorang yang telah terdidik, kepada orang yang membutuhkan, baik informasi, pengarahan dalam memahami dan menggunakan kesempatan-kesempatan yang luas, baik untuk kepentingan pribadai maupun kepentingan umum.

Pendapat lain menjelaskan, menurut Bimo Walgito (2010 : 7) : “bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu untuk menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya sehingga individu atau sekumpulan individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya”.

Dari kutipan diatas dapat dipahami bahwa bimbingan adalah proses bantuan yang diberikanoleh orang yang ahli (konselor) kepada orang-orang yang membutuhkan bantuan (klien) tidak dibatasi oleh faktor usia, pola pikir, ras, suku, agama, latar belakang pendidikan sosial ekonomi, namun memiliki tujuan yang sama yaitu ingin mencari jalan keluar, memutuskan dan melaksanakan keputusan yang diambil oleh klien tersebut.

Oleh karena itu tujuan bimbingan dan konseling untuk masing-masing individu bersifat unik pula. Tujuan bimbingan dan konseling untuk seseorang individu berbeda dari (dan tidak boleh disamakan dengan) tujuan bimbingan dan konseling untuk individu lainnya. Dari pendapat diatas maka dapat disimpulkan

bahwa tujuan dari bimbingan adalah memberi bantuan kepada siswa supaya mencapai :

- a. Kebahagiaan hidup pribadi
- b. Kesanggupan hidup bersama dengan orang lain.

b. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok sangat dibutuhkan bagi siswa yang sedang mengalami masalah pada masa remaja. Layanan bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan sekelompok individu dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mengembangkan potensi diri yakni bakat, minat, dan kemampuan berkomunikasi serta memperoleh informasi baru dari topik yang dibahas.

Menurut *Ahmad Juntika (2005 : 17)* “layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli atau siswa”.

Menurut *Sukardi (2002 : 48)*:

“Layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari narasumber tertentu (terutama guru pembimbing/konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan”.

Dari pendapat diatas jelas bahwa kegiatan dalam bimbingan kelompok ialah pemberian layanan yang untuk mencegah timbulnya masalah dalam kehidupan sehari-hari yang dialami oleh anggota kelompok.

Menurut Lahmuddin (2011 : 57) :

Layanan bimbingan kelompok adalah layana bimbingan yang memungkinkan sejumlah siswa secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh bahan baru dari guru pembimbing (konselor) atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan atau topik tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupan sehari-hari, dan atau untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu.

Sedangkan menurut Winkel dan Sri Hastuti (2004 : 547)mengemukakan bahwa :

Bimbingan kelompok adalah kegiatan kelompok diskusi yang menunjang perkembangan pribadi dan perkembangan sosial masing-masing individu dalam kelompok, serta meningkatkan mutu kerja sama dalam kelompok untuk menunjang perkembangan optimal masing-masing siswa, yang diharapkan dapat mengambil manfaat dari pengalaman pendidikan bagi dirinya sendiri.

Dari beberapa pengertian bimbingan kelompok di atas, maka dapat di pahami bahwa bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh beberapa orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok yaitu adanya interaksi saling mengeluarkan pendapat, memberikan tanggapan, saran dan sebagainya.

c. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok

Dalam rangka pencapaian tujuan layanan bimbingan kelompok, diharapkan siswa mampu mengembangkan kemampuan berkomunikasi yang baik dengan anggota kelompok dan kemampuan bersosialisasi yang baik.

Menurut *Halena (2005 : 73)* :“Tujuan dari layanan bimbingan kelompok yaitu untuk mengembangkan langkah-langkah bersama untuk menangani permasalahan yang dibahas di dalam kelompok dengan demikian dapat menumbuhkan hubungan yang dibahas di dalam kelompok. Dengan demikian dapat menumbuhkan hubungan yang baik antar kelompok, kemampuan berkomunikasi antar individu, pemahaman berbagai situasi dan kondisi lingkungan, dapat mengembangkan sikap dan tindakan nyata untuk mencapai hal-hal yang diinginkan sebagai terungkap di dalam kelompok”.

Menurut *Prayitno (1994 : 280)*, tujuan layanan bimbingan kelompok yaitu : tujuan umum dan tujuan khusus. Tujuan umum dari layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi anggota kelompok. Melalui layanan bimbingan kelompok hal-hal yang mengganggu atau menghimpit perasaan yang diungkapkan, diringankan melalui berbagai cara dan dinamika melalui berbagai masukan dan tanggapan baru. Selain bertujuan sebagaimana bimbingan kelompok, juga mengentaskan masalah klien dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Bimbingan kelompok bermaksud membahas topik-topik tertentu. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang diwujudkan tingkah laku yang lebih efektif. Dalam hal ini kemampuan berkomunikasi verbal maupun non verbal ditingkatkan.

Sedangkan menurut Benner tujuan layanan bimbingan kelompok adalah sebagai berikut :

- 1) Memberikan kesempatan pada siswa belajar hal-hal yang berkaitan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial.
- 2) Memberikan layanan penyembuhan melalui kegiatan kelompok.
- 3) Bimbingan secara kelompok lebih ekonomis dari pada melalui kegiatan bimbingan individual.
- 4) Untuk melaksanakan layanan konseling individu secara lebih efektif.

Menurut Winkel (2004 : 54-55) mengemukakan bahwa : “tujuan bimbingan kelompok yaitu supaya orang yang di layani menjadi mampu mengatur kehidupan sendiri, memiliki, pandangan sendiri, dan tidak sekedar mengikuti pendapat orang lain, mengambil sikap sendiri, dan berani menanggung sendiri efek serta konsekuensi dari tindakan-tidaknya”.

Berdasarkan kutipan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa tujuan layanan bimbingan kelompok adalah untuk membentuk pribadi individu yang dapat hidup secara harmonis, dinamis,, produktif, kreatif,. Dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya secara optimal serta mampu berkomunikasi dengan orang lain tanpa rasa takut dan malu.

d. Unsur-unsur Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok dilaksanakan dalam bentuk kelompok dengan menekankan unsur-unsur terpenting dari bimbingan kelompok diantaranya adalah kelompok, pemimpin kelompok dan anggota kelompok serta tahapan-tahapan bimbingan kelompok yang harus ada agar tercapai tujuan dari bimbingan kelompok. Menurut *Tatiek Romlah (2001 : 41)* ada unsur-unsur pelaksanaan

layanan bimbingan kelompok yaitu : 1) dinamika kelompok, 2) pemimpin kelompok, 3) anggota kelompok.

1) Dinamika Kelompok

Shertzer dan *Stone* mengemukakan definisi dinamika kelompok yaitu kuatnya interaksi antar anggota kelompok yang terjadi untuk mencapai tujuannya. Dikemukakan pula bahwa produktivitas kelompok akan tercapai apabila ada interaksi yang harmonis antar anggotanya.

Adapun aspek-aspek dinamika kelompok menurut *Hartinah (2009 : 63)* diantaranya adalah sebagai berikut :

a. Komunikasi dalam kelompok

Dalam komunikasi akan terjadi perpindahan ide atau gagasan yang di ubah menjadi simbol oleh komunikator kepada komunikan melalui media.

b. Kekuatan di dalam kelompok

Dalam interaksi antar anggota kelompok terdapat kekuatan dan pengaruh yang dapat membentuk kekompakan dalam kelompok.

c. Kohesi Kelompok

Merupakan sejumlah faktor yang mempengaruhi anggota kelompok untuk tetap menjadi anggota kelompok tersebut.

2) Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok merupakan unsur yang menentukan akan berjalan dengan baik atau tidak bimbingan kelompok yang akan dilaksanakan.

Menurut *Tatiek Romlah (2001 : 41)* pemimpin kelompok sebagai berikut :

- a. Memberikan dorongan emosional (*emotional stimulation*) : memberikan motivasi, memberikan kenyamanan, memimpin untuk mendapat solusi.
- b. Memperdulikan (*caring*) : memberi dorongan, mengasihi. Menghargai, menerima, tulus, dan penuh perhatian.
- c. Memeberikan pengertian (*meaning attribution*) : menjelaskan, mengaklasifikasi, menafsirkan.
- d. Fungsi eksekutif (*excecutive function*) : menentukan batas waktu, norma-norma, menentukan tujuan-tujuan dan memberikan saran-saran.

3) Anggota Kelompok

Anggota kelompok merupakan salah satu unsur pokok dalam layanan bimbingan kelompok. Tanpa anggota kelompok tidaklah mungkin ada kelompok dan sebagian besar kegiatan bimbanga kelompok di dasarkan atas peranan dari anggota kelompok.

Menurut Prayitno (2001 : 35-36) didalam bimbingan kelompok berperan dua pihak, yaitu Pemimpin Kelompok dan Anggota Kelompok.

a. Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling profesional. Dalam bimbingan kelompok tugas pemimpin kelompok adalah memimpin yang bernuansa layanan konseling melalui “bahasa” konseling untuk mencapai tujuan-tujuan konseling.

b. Anggota Kelompok

Tidak semua sekumpulan orang atau individu dapat dijadikan anggota kelompok bimbingan kelompok. Untuk terselenggaranya bimbingan kelompok seorang konselor perlu membentuk kumpulan individu menjadi sebuah kelompok yang memiliki persyaratan. Biasanya kelompok (jumlah anggota kelompok), dan anggota kelompok dapat mempengaruhi kinerja kelompok.

Dari unsur-unsur tersebut dapat disimpulkan adanya unsur terpenting dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yaitu *pertama*, dinamika kelompok yang berfungsi sebagai ruh dalam sebuah kelompok, *kedua*, pemimpin kelompok merupakan unsur yang menentukan jalannya sebuah layanan bimbingan kelompok dan *ketiga* adalah anggota kelompok unsur yang penting dalam sebuah layanan bimbingan kelompok.

e. Materi Layanan Bimbingan Kelompok

Dalam layanan bimbingan kelompok materi yang dapat dibahas berbagai hal yang amat beragam yang berguba bagi siswa (dalam segenap bidang bimbingan). Menurut *Sukardi (2000 : 48)* materi layanan bimbingan konseling tersebut meliputi :

- a. Pemahaman dan pementapan kehidupan keberagaman dan hidup sehat.
- b. Penerimaan dan pemahaman diri sendiri dan orang lain sebagaimana adanya (termasuk perbedaan individu, sosial, dan budaya serta permasalahannya).
- c. Pemahaman tentang emosi, prasangka, konflik dan peristiwa di masyarakat serta pengendalian/pemecahannya.

- d. Pengaturan dan penggunaan waktu secara efektif (untuk belajar dan kegiatan sehari-hari serta waktu tenggang).
- e. Pemahaman tentang adanya berbagai alternatif pengambilan keputusan.
- f. Pengembangan sikap dan kebiasaan belajar, pemahaman hasil belajar, timbulnya kegagalan belajar dan cara-cara penanggulangannya (termasuk EBTA, EBTANAS, UMPTN).
- g. Pengembangan hubungan sosial yang efektif dan produktif.
- h. Pemahaman tentang dunia kerja, pilihan dan pengembangan karir serta perencanaan masa depan.
- i. Pemahaman tentang pilihan dan persiapan memasuki jurusan/program studi dan pendidikan lanjutan.
- j. Materi dalam bidang bimbingan materi layanan bimbingan kelompok dalam bidang bimbingan sebagaimana dalam materi layanan bimbingan lainnya, yang meliputi : bimbingan pribadi, sosial, belajar, dan karir.

f. Asas-asas Bimbingan Kelompok

Menurut *Prayitno (2004 : 14)* asas-asas yang ada dalam layanan bimbingan kelompok sebagai berikut :

- a. Asas Kerahasiaan : para anggota harus menyimpan dan merahasiakan informasi apa yang dibahas dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak layak diketahui oleh orang lain.
- b. Asas Keterbukaan : para anggota bebas dan terbuka mengemukakan pendapat, ide, saran, tentang apa yang dirasakan dan dipikirkannya tanpa ada rasa malu dan ragu.

- c. Asas Kesukarelaan : semua anggota dapat menampilkan dirinya secara spontan tanpa malu atau dipaksa oleh teman lain atau pemimpin kelompok.
- d. Asas Kenormatifan : semua yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan kebiasaan yang berlaku.

g. Proses Layanan Bimbingan Kelompok

Menurut *Ahmad Juntika (2005 : 18)* penyelenggaraan bimbingan kelompok memerlukan persiapan dan praktik pelaksanaan kegiatan yang memadai dari langkah awal sampai dengan evaluasi, dan tindak lanjut. Adapun langkah-langkah layanan :

1) Langkah Awal

Langkah awal ini dimulai dengan penjelasan tentang danya layanan bimbingan kelompok bagi para siswa mulai dari pengertian, tujuan, asas-asas bimbingan kelompok dan kegunaan bimbingan kelompok, langkah selanjutnya menghasilkan kelompok yang langsung merencanakan waktu dan tempat menyelenggarakan kegiatan kelompok.

2) Perencanaan Kegiatan

Perencanaan kegiatan bimbingan kelompok meliputi penetapan materi layanan, tujuan yang ingin dicapai, sasaran kegiatan, bahan atau sumber untuk bimbingan kelompok, rencana penilaian, serta waktu dan tempat.

3) Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan yang telah dilaksanakan itu selanjutnya dilaksanakan melalui kegiatan sebagai berikut :

- a. Persiapan menyeluruh yang meliputi persiapan fisik (tempat pelengkapannya)
: persiapan bahan, persiapan keterampilan, dan persiapan administrasi.
- b. Pelaksanaan Tahap-tahap Kegiatan
 - a. Tahap Pertama : Pembentukan
 - ✓ Temanya pengenalan, pelibatan, dan pemasukan diri. Meliputi kegiatan :
 - ✓ Mengungkapkan pengertian dan tujuan bimbingan kelompok.
 - ✓ Menjelaskan cara-cara dan asas bimbingan kelompok.
 - ✓ Saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri
 - ✓ Teknik khusus
 - ✓ Permainan penghangatan/pengakraban.
 - b. Tahap kedua : Peralihan
 - Mengikuti kegiatan :
 - ✓ Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya.
 - ✓ Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya.
 - ✓ Membahas suasana yang terjadi.
 - ✓ Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.
 - ✓ Kalau perlu kembali ke beberapa aspek tahap pertama atau tahap pembentukan.
 - c. Tahap ketiga : Kegiatan
 - Meliputi kegiatan :
 - ✓ Pemimpin kelompok mengemukakan suatu permasalahan atau topik.

✓ Tanggung jawab antara anggota dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas yang menyangkut masalah atau topik yang dikemukakan oleh pemimpin kelompok.

✓ Anggota membahas masalah atau topik secara mendalam dan tuntas.

4) Evaluasi Kegiatan

Penilaian kegiatan layanan bimbingan kelompok pada pengembangan pribadi siswa dan hal-hal yang dirasakan mereka berguna isi kesan-kesan yang diungkapkan oleh para peserta merupakan isi penilaian yang sebenarnya.

Secara tertulis para peserta diminta mengungkapkan perasaannya, pendapatnya, harapan, dan sikapnya terhadap berbagai hal, baik yang telah dilakukan selama kegiatan maupun kemungkinan keterlibatan mereka untuk kegiatan serupa selanjutnya.

5) Analisis dan Tindak Lanjut

Hasil penilaian kegiatan bimbingan kelompok perlu di analisis untuk mengikuti tindak lanjut seluk beluk para peserta dan seluk beluk penyelenggaraan bimbingan kelompok.

Usaha tindak lanjut mengikuti arah dan hasil tersebut. tindak lanjut itu dapat dilaksanakan melalui bimbingan kelompok selanjutnya dengan topik yang sama maupun berbeda.

2. Self Control

a. Pengertian Self Control

Menurut *Kamus Psikologi (Chaplin, 2002)*, defenisi control diri atau *self control* adalah kemampuan diri untuk mengarahkan tingkah lakunya sendiri dan kemampuan untuk menekankan atau menghambat.

Goldfrien dan *Merbaum*, mendefenisikan *self control* sebagai suatu kemampuan untuk menyusun atau membimbing , mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif.

Disamping itu *self control* memiliki makna sebagai suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya serta kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi. *Self control* terjadi ketika seseorang mencoba untuk mengubah cara bagaimana seharusnya individu tersebut berfikir, merasa, atau berperilaku.

b. Perkembangan Self Control dalam Diri Individu

Self control berkembang dalam sistem nilai personal yang ada pada diri individu dan perkembangan ini terjadi sejak masih bayi. Perkembangan *self control* dipengaruhi oleh perkembangan kognitif dan proses belajar dasar pada individu tersebut. proses belajar dasar dari diri individu adalah :

1. *Classical Learning (Respondent Conditoning)* Pada *classical learning*, respon (CR) muncul didahului oleh stimulus netral (CR) setelah stimulus dipasangkan dengan *Unconditioned Stimulus (US)*. Sejak baik pada anak-

anak belajar banyak sikap dan tingkah laku melalui *classical learning*, termasuk evaluasi positif dan negatif, rasa takut dan prasangka.

Calhoun dan Acocella menyatakan bahwa *respondent conditioning* berfungsi untuk memperkuat *self control*. Melalui rantai asosiasi, daftar mental kita mengenai sesuatu yang menyenangkan dan tidak menyenangkan. Hal ini memperluas respon emosi yang akan memanipulasi tingkah laku. *Respondent conditioning* akan melatih seseorang untuk menunda pemuasaan.

2. Instrumental Learning (*Operant Conditioning*)

Pada *instrument learning*, konsekuensi dari perbuatan menentukan kemungkinan terjadinya tingkah laku tersebut dimasa yang akan datang. *Calhoun dan Acocella* menyatakan bahwa proses belajar *operant conditioning* memberikan penguatan dan pelemahan pada tingkah laku melalui konsekuensi yang diberikan.

Melalui *operant conditioning* seseorang dapat belajar untuk mengontrol dan mengarahkan tingkah laku untuk mendapatkan konsekuensi yang menyenangkan atau untuk menghindari konsekuensi yang tidak menyenangkan. Disebut sebagai *reinforcer* dan efeknya disebut *reinforcement*.

1) Terdapat dua tipe dari *reinforcer* yaitu :

- a. *Primary Reinforcer*, stimuli yang menyenangkan atau tidak menyenangkan yang diperoleh oleh seseorang tanpa proses belajar dan berwujud langsung, misalnya makan dan minum.
- b. *Conditioned Reinforcer*, stimuli yang memberikan seseorang nilai positif atau negatif melalui asosiasi pada *primary reinforcer* atau melalui *reinforcer* yang telah diperoleh sebelumnya.

2) *Reinforcement* berfungsi untuk menguatkan tingkah laku melalui dua tipe konsekuensi yaitu :

- a. *Positif reinforcement* pemberian stimulus yang menyenangkan.
- b. *Negatif reinforcement* pemindahan stimulus yang tidak menyenangkan.

Selain *reinforcement* yang dapat menguatkan tingkah laku dapat pula *reinforcer* yang melemahkan tingkah laku yaitu :

- a. *Punishment*, pemberian stimulus yang tidak menyenangkan atau hukuman.
- b. *Ekstintion*, memindahkan stimulus yang menguatkan kontrol.

Libert, Paulus, dan Marmour menyatakan bahwa dalam hal ini tiap kali respon muncul dalam rangkaian *reinforcer*. Rangkaian dan perkiraan keberhasilan adalah prosedur yang efektif dari *reinforcement* untuk membentuk tingkah laku yang diinginkan.

Skinner, dalam Calhoun dan Acocella, menyatakan bahwa dalam hidup kita berisi jaringan yang amat luas dari *reward* dan *punishment*, yang memaksakan kita untuk meniadakan, mengendalikan, dan menyalurkan keinginan kita.

3) *Observational Learning (Modelling)* *Observational learning (modelling)* merupakan fungsi dari melihat tingkah laku orang lain. Hal yang memungkinkan individu meniru baik secara langsung maupun tidak langsung.

Observational learning terjadi dalam tiga tahap yaitu : penyikapan, penerimaan, dan perolehan. Maka harus diperhatikan karakteristik dari stimulus, pengamatan dan model *vicarious consequences*, yaitu konsekuensi yang terjadi pada model sebagai hasil dari tindakannya.

Callhoun dan Acocella menyatakan bahwa melalui metode belajar dengan model, seseorang dapat belajar mengontrol diri seperti apa yang diamatinya pada model. Tingkah laku melalui proses modelling dapat terjadi meskipun tanpa pemberian reinforcement langsung. Seperti hanya dengan kekuatan pengaruh sosial keinginan untuk menjadi orang lain, khususnya orang yang terlihat lebih berkekuatan dan menarik, cukup membuat kita meniru apa yang kita lihat. Penelitian laboratorium dengan anak-anak memperlihatkan bahwa modelling sangat efektif dalam pemindahan dua kemampuan sulit untuk membentuk *self control*, yaitu penundaan kepuasan dan membuat *self reward* atas penampilan yang menguatkan.

Menurut *Callhoun dan Acocella* selain dari tiga proses belajar dasar tersebut ada hal yang ingin yang perlu diperhatikan, yaitu :

1) *Avoidance Learning*

Dalam *self control*, seseorang belajar untuk menghindari kepuasan yang bersifat segera untuk mendapat tujuan jangka panjang yang lebih memuaskan antara lain meliputi dua proses yaitu :

- a. Mendapat atau hukuman atau suatu tampilan tingkah laku, maka melalui respondent conditioning, kecemasan dihubungkan dengan keinginan untuk tetap menampilkan tingkah laku.
- b. Berusaha menekankan dorongan tingkah laku berupa untuk menghindari perasaan tidak yang menyertai tingkah laku tersebut. proses ini terjadi melalui operant conditioning.

Avoidance learning memperkenankan individu untuk menghindari situasi yang tidak menyenangkan sebelum situasi itu terjadi.

2) Generalization dan discrimination

Kemampuan untuk menghubungkan antara hal yang satu dengan hal yang lain secara berulang akan membuat suatu generalisasi. Sedangkan diskriminasi merupakan kebalikan dari generalisasi, yaitu proses belajar melalui pengalaman yang berbeda, sehingga dapat membedakan antara satu stimulus dengan stimulus lainnya.

Diskriminasi penting dalam mempelajari *Self Control* karena membuat individu menyalurkan kebutuhan dan keinginan pada jalan keluar yang tepat, sehingga dapat memuaskan diri tanpa terlibat dalam pelanggaran atau tingkah laku yang berbahaya.

c. Hasil dari Perkembangan *Self Control*

Calhoun dan acocella menyatakan pada dasarnya melalui proses belajar seseorang dapat mengetahui bagaimana mengontrol dirinya.

1. *Bodily Control* (Kontrol Tubuh) *Self control* bukan sesuatu yang dibawa sejak lahir, melainkan didapat melalui proses pembelajaran. Ketika seseorang mulai mempelajari pengendalian diri, maka akan diawali dengan mengontrol tubuhnya sendiri, seperti mengontrol gerakan badan, mengontrol koordinasi tangan serta kaki. Kemampuan mengontrol diri pada masa awal kehidupan, membentuk pengalaman awal dari *self control* dan *reward* yang diberikan membentuk motivasi untuk meningkatkan *self control*. Seiring dengan semakin

berkembangnya pertumbuhan manusia, maka akan semakin banyak proses kontrol yang dipelajari.

Berdasarkan uraian diatas *bodily control* (kontrol tubuh) dapat diartikan sebagai kemampuan individu dalam mengendalikan perilaku fisik.

1. *Control over impulsive behavior* (kontrol tingkah laku impulsif)

Tingkah laku impulsif merupakan tingkah laku yang harus segera dilakukan untuk mendapatkan pemenuhan dengan segera. Untuk mengontrol tingkah laku impulsif diperlukan dua kemampuan, diantaranya :

- a. Kemampuan untuk menunggu terlebih dahulu sbelum bertindak.
- b. Kemampuan menganbaikan pemenuhan kebutuhan segera untuk mencapai reward yang lebih besar dimasa yang akan datang.

2. *Reactions to the self* (Raksi pada diri)

Selain reinforment yang dapat mengonrol diri, hal yang lebih penting adalah reaksi diri. Sesorang akan melakukan evaluasi terhadap tampilan tingkah lakunya. *Reaction to the self* (Reaksi pada diri) dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk mengevaluasi atas tampilan tingkah lakunya.

d. Peran *Self Control*

Self Control memiliki peranan penting dalam kehidupan manusia, terdapat dua alasan mengapa *Self Control* penting yaitu :

a. Faktor Sosial

Karena manusia hidup berkelompok dalam suatu masyarakat, maka setiap orang harus dapat mengontrol tingkah laku yang bertentengan dengan norma masyarakat. Setiap manusia mempunyai dorongan-dorongan dalam diri yang

menuntut pemuasaan, misalnya saja dorongan-dorongan seksual dan agresif. Maka manusia tersebut harus dapat mengontrol dorongan yang dimilikinya agar tidak muncul menjadi tampilan tingkah laku yang tidak dapat di terima oleh masyarakat disekililingnya, sehingga tidak mengganggu kenyamanan dan keamanan orang lain.

b. Faktor Personal

Setiap manusia memperoleh pencapaian tujuannya melalui keinginan. Dalam mencapai tujuan tersebut diperlukan *self control*. Seseorang akan membuat standart-standart untuk mencapai tujuan, dan ketika pencapaiannya diperlukan proses belajar mengontrol dorongan untuk memuaskan kebutuhan dengan segera demi tercapainta tujuan jangka pamjang yang di harapkan.

e. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Self Control*

Sebagaimana faktor psikologis lainnya, *self control* dipengaruhi oleh beberapa faktor. Secara garis besar faktor-faktor yang memepengaruhi *self control* ini terdiri dari faktor internal (dari diri individu), dan faktor eksternal (lingkungan individu).

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.

f. Problem dalam *Self Control*

Jika *self control* berkembang dengan baik, kemudian *bodily control*, *impulse control*, dan *self reaction* pada individu telah membawanya secara konsisten tetap bahagia, bebas dari rasa bersalah, dan hidup konstruktif, didukung dengan keinginan diri sendiri dan lingkungan sosialnya. Dalam kehidupan sebenarnya, bagaimanapun, *self control* pada individu tetap saja memiliki kekurangan, tidak semua individu mampu melakukan pengendalian diri secara konsisten.

Kemampuan pengendalian diri kita bervariasi. Ada orang yang sering terlalu banyak minum (hingga mabuk), yang lain terlalu banyak makan, yang lain lagi mudah kehilangan kontrol emosi, cenderung menunda pekerjaan, bermain game terlalu lama dan sebagainya. Bagaimana hal ini dapat terjadi?

Seperti halnya kontrol diri yang kuat, kontrol diri yang lemah juga berkembang melalui proses belajar. Contohnya, seorang remaja yang tetap impulsif, yakni selalu marah bila keinginannya tak terpenuhi, kemungkinan menjadi demikian karena sejak kecil orangtuanya selalu menuruti segala permintaan (berfungsi sebagai ganjaran) setiap kali anaknya itu merengek meminta sesuatu, terlebih-lebih bila anaknya mulai marah. Ketika pola ganjaran semacam ini terjadi berulang-ulang, berarti anak mengalami proses pembelajaran

bahwa permintaannya pasti terpenuhi bila disertai marah. Selanjutnya ia mengembangkan pola perilaku marah setiap kali permintaannya belum terpenuhi.

Seseorang yang memiliki kebiasaan menunda pekerjaan, mungkin menjadi demikian karena sejak kecil terbiasa bekerja dalam tekanan orangtua (berfungsi sebagai hukuman). Dalam situasi demikian ia termotivasi melakukan tugas hanya untuk menghindari hukuman. Akibatnya, dalam situasi tanpa adanya tekanan, ia cenderung bermalas-malasan.

Hal yang sama mungkin terjadi pada pemain *online game*, ketika bermain kemungkinan individu akan memperoleh kesenangan ketika mendapatkan level karakter yang dimainkannya meningkat dan mendapatkan sejumlah poin. Semakin tinggi level karakternya dan semakin banyak poin yang diperolehnya maka akan dianggap sebagai orang yang hebat atau jago (berfungsi sebagai ganjaran). Ketika pola ganjaran semacam ini terjadi berulang-ulang, berarti individu mengalami proses pembelajaran bahwa ia akan sangat dihargai dan dianggap sebagai orang yang hebat ketika ia mendapatkan level karakter yang dimainkannya semakin tinggi dan mendapatkan banyak poin. Selanjutnya ia mengembangkan pola perilaku bermain dan kemungkinan menghabiskan sebagian besar waktunya untuk bermain. Hal inilah yang memungkinkan individu akan menjadi addict karena sebagian besar waktunya dihabiskan untuk bermain *online game*.

B. Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual bisa juga disebut konsep atau pengertian yang merupakan definisi secara singkat dari kelompok atau fakta. Dalam penelitian ini

sebagai kerangka konseptual digeneralisasi adalah bimbingan kelompok dan *self control*.

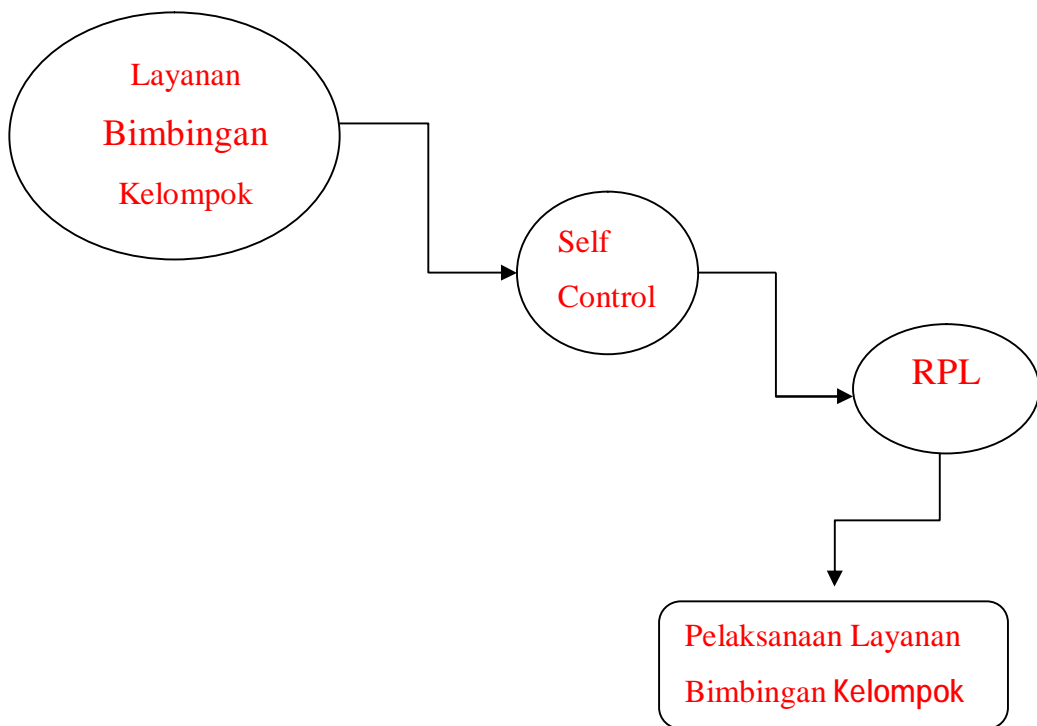
Dari beberapa teori bimbingan kelompok dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah bantuan yang diberikan kepada sekelompok siswa untuk memecahkan masalah yang dihadapinya dengan menggunakan cara angket ataupun cara yang sesuai dengan permasalahan yang dihadapi oleh sekelompok siswa.

Pemahaman berarti maklum, mengerti, memahami sesuatu melalui aktivitas yang di miliki individu dalam usaha menerima, memahami kehidupan ini secara menyeluruh dan pemahaman merupakan wujud dari hasil belajar tentang suatu hal, dan wujud tersebut tampak pada adanya kemampuan memproduksi kembali dalam aktivitas kognisi melalui bahasa atau kata dan kalimat.

Self Control merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya serta kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku. Hal tersebut disesuaikan dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam mengendalikan perilaku, kecenderungan untuk menarik perhatian, keinginan untuk mengubah perilaku. Hal tersebut dilakukan agar sesuai dengan tuntutan orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, menutup perasaannya.

Pemberian konseling dalam *self control* untuk siswa diharapkan mampu membantu proses mengatasi masalah – masalah siswa yang berkaitan dengan self control sehingga dapat membantu berkembang ke arah yang lebih baik dan mencapai tujuan belajar serta mengontrol dirinya ke arah yang lebih bermanfaat.

Gambar 2.1
Kerangka konseptual



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Muhammadiyah 5 l. Pakam jl. Kartini L. Pakam

2. Waktu Penelitian

Adapun waktu yang dipergunakan dalam penyelesaian penelitian ini pada bulan Oktober 2017 sampai bulan Desember 2017 :

Tabel 3.1

Jadwal Waktu Penelitian

| No. | Kegiatan | Bulan/minggu | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--------------------|--------------|---|---|---|----------|---|---|---|----------|---|---|---|---------|---|---|---|----------|---|---|---|-------|---|---|---|
| | | Oktober | | | | November | | | | Desember | | | | Januari | | | | Februari | | | | Maret | | | |
| | | 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 | ACC Judul | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | Penulisan Proposal | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | Bimbingan Proposal | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | ACC Proposal | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | Seminar Proposal | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

B. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek Penelitian

Menurut Moecong (2010:132) Mengatakan Subjek Penelitian Sebagai Informasi yang Artinya orang yang memberikan informasi, pada penelitian yang dimanfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi latar belakang penelitian.

Maka dengan penelitian ini ditentukan subjek penelitian yang dapat mengenali informasi dari mereka, yaitu siswa, wali kelas dan guru bimbingan konseling kelas XI SMA muhammadiyah 5 .

Tabel 3.2

Subjek Penelitian

| No | Kelas | Siswa | | Jumlah Kelas | Jumlah Siswa |
|--------|----------------|-------|-----|--------------|--------------|
| | | LK | PR | | |
| 1 | X A / X B | 18 | 52 | 2 Kelas | 70 |
| 2 | XI IPA/ XI IPS | 22 | 48 | 2 Kelas | 70 |
| 3 | XII IPA | 11 | 20 | 1 Kelas | 31 |
| Jumlah | | 51 | 120 | 5 Kelas | 171 |

2. Objek Penelitian

Objek dalam penelitian kualitatif yang dimaksud adalah siswa yang mengalami *Self Control* yaitu mengambil 8 orang siswa kelas XI SMA Muhammadiyah 5 l. Pakam Tahun Pembelajaran 2017/2018”.

dimana objek di ambil dari 4 kelas XI yang berbeda.

Tabel 3.3

Objek Penelitian

| NO | KELAS | JUMLAH |
|----|-------|--------|
| 1 | XI A | 5 |
| 2 | XI B | 3 |
| 3 | | 8 |

Berdasarkan populasi diatas, maka teknik pengambilan sampel dari penelitian ini menggunakan purposive sample atau sample bertujuan atau sampel yang secara sengaja (*Praswoto, 2011 : 196*)

C. Defenisi Operasional

Menjelaskan variabel-variabel yang sudah didefenisikan, maka diperlukan defenisi operasional dari masing-masing variabel sebagai upaya pemahaman dalam penelitian. Defenisi operasional dari variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

- a. Layanan bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan sekelompok individu dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk

mengembangkan potensi diri yakni bakat, minat, dan kemampuan berkomunikasi serta memperoleh informasi baru dari topik yang dibahas.

- b. *Self Control* merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya serta kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku. Hal tersebut disesuaikan dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam mengendalikan perilaku, kecenderungan untuk menarik perhatian, keinginan untuk mengubah perilaku. Hal tersebut dilakukan agar sesuai dengan tuntutan orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, menutup perasaannya.

D. Pendekatan dan jenis Penelitian

Menurut pendekatan penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif . Menurut Tohirin (2008:93)” penelitian kualitatif ini memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh objek penelitian misal perilaku, persepsi,motivasi,tindakandan lain-lain secara holistik dan dengan cara deskriptif dalam bentuk kata-kata dan bahasa pada suatu konteks khusus yang alamiah.

Menurut Sugiono(2008 :3)” pendekatan kualitatif ini diambil karena dalam penelitian ini berusaha menelaah fenomena sosial dalam suasana yang berlangsung secara alamiah , bukan dalam konseling terkendali atau *laboratories*”

E. Teknik Pengumpulan data

Instrumen penelitian merupakan komponen yang sangat penting dalam menjalankan sebuah penelitian dalam usaha mendapatkan data dan untuk mengukur serta mengumpulkan data empiris sebagai nilai variabel yang diteliti.

Arikunto (2010: 160) mendefinisikan instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaan lebih mudah dan hasil lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah.

1. Observasi

Observasi adalah suatu cara pengumpulan data dengan mengadakan pengamatan langsung terhadap suatu objek dalam suatu periode tertentu dan mengadakan pencatatan secara sistematis tentang hal-hal yang perlu diamati. Observasi atau pengamatan juga merupakan teknik untuk merekam data atau keterangan atau informasi tentang diri seseorang yang dilakukan secara langsung atau tidak kegiatan-kegiatan yang sedang berlangsung sehingga di peroleh data tingkah laku seseorang yang nampak yakin apa yang dikatakan dan apa yang diperbuat.

Menurut Arikunto (2010 : 156) observasi atau pengamatan meliputi “kegiatan pemusatan perhatian terhadap sesuatu objek dengan menggunakan seluruh alat indra” . Jadi mengobservasi dapat dilakukan melalui pengelihatn, penciuman, pendengaran, peraba, dan pengecap. Dalam penelitian ini dilakukam dengan cara melakukan pengamatan”

2. Wawancara

Teknik ini dilakukan untuk memperoleh informasi langsung dari sumbernya, guna untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit/kecil.

Menurut *Sugiyono (2009 : 157)* wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya.

Adapun yang diwawancarai adalah walikelas dan guru BK yang nantinya akan memberikan informasi yang relefan. Yang nantinya akan dijadikan bahan subjek yang membantu peneliti dalam melakukan penelitiannya. Sehingga penelitian kan lebih mudah dalam mendapatkan informasi mengenai penelitiannya tersebut.

Table 3.4

Pedoman Wawancara Wali Kelas XI SMA Muhammadiyah 5

| No | Pedoman Wawancara | Hasil Wawancara |
|----|---|-----------------|
| 1 | Sudah berapa lama ibu menjadi wali kelas XI ? | |
| 2 | Selama ibu Menjadi wali kelas XI bagaimana pendapat ibu mengenai <i>self Control</i> siswa di kelas ini? | |
| 3 | Bagaimana kerjasama ibu dengan guru BK dalam meningkatkan <i>self Control</i> ? | |
| 4 | Bagaimana cara ibu jika guru bk meminta ibu untuk melakukan <i>home visit</i> ? | |
| 5 | Apa saja usaha yang ibu lakukan untuk meningkatkan <i>self Control</i> ? | |
| 6 | Bagaimana pendapat ibu tentang perbedaan tugas guru bk dengan guru bidang <i>study</i> dalam membimbing untuk meningkatkan <i>self Control</i> siswa? | |

| | | |
|---|--|--|
| 7 | Jika guru bk meminta data kepada ibu, data apa yg akan ibu berikan kepada guru bk? | |
|---|--|--|

Table 3.5

Pedoman Wawancara Guru BK

| No | Pedoman Wawancara | Hasil Wawancara |
|----|---|-----------------|
| 1 | Sudah berapa lama ibu bertugas dalam bimbingan dan konseling di sekolah ini ? | |
| 2 | Apa latar belakang pendidikan yang ibu miliki dan berapa jumlah anak asuh bapak disekolah ini ? | |
| 3 | Layanan apa saja yang ibu laksanakan dalam kegiatan bimbingan dan konseling di sekolah ini ? | |
| 4 | Bagaimana pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling yang dilaksanakan di sekolah ini ? | |
| 5 | Masalah apa saja yang sering terjadi pada | |

| | | |
|---|---|--|
| | siswa di sekolah ini ? | |
| 6 | Materi apa yang dibahas dalam melaksanakan layanan bimbingan dan konseling ? | |
| 7 | Bagaimana upaya ibu dalam menghadapi siswa yang memiliki sikap <i>self Control</i> yg belum stabil | |
| 8 | Apa saja kendala Ibu dalam melakukan kegiatan bimbingan sosial disekolah ini ? | |
| 9 | Apakah ibu berkerjasama dengan guru – guru lain dalam memberikan bantuan menyelesaikan masalah <i>self conrol</i> siswa ? | |

3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah kumpulan dari dokumen-dokumen data yang memberikan keterangan atau bukti yang berkaitan dengan proses pengumpulan dan pengelolaan dokumen secara sistematis serta menyebar luaskan kepada pemakai informasi tersebut.

F. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan bagian dalam melakukan penelitian. Dalam penelitian kualitatif, analisis data yang dimulai sejak pertama penelitian datang ke lokasi penelitian, yang dilaksanakan secara intensif sejak awal pengumpulan data lapangan sampai akhir data terkumpul semua. Analisis data, dipakai untuk memberikan arti dari data-data yang telah dikumpulkan. Analisis data merupakan proses mengatur urusan data, mengorganisasikan dalam suatu pola dan ukuran untuk dijadikan suatu kesimpulan. Jadi, analisis berdasarkan pada data yang telah diperoleh dari penelitian yang sifatnya terbuka.

Penelitian data kualitatif yang terkumpul sangat banyak dan dapat terdiri dari jenis data, baik berupa data catatan lapangan dan komentar penelitian. Oleh karena itu, diperlukan adanya pekerjaan analisis data yang meliputi pekerjaan mengatur pengelompokan.

Berdasarkan uraian di atas maka prosedur analisis data yang digunakan dalam hal ini sebagai berikut :

1. Reduksi Data

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya serta membuang yang tidak perlu.

2. Penyajian Data

Data yang disajikan dapat berupa uraian singkat, hubungan antara kategori. Adapun dalam penelitian ini data disajikan bentuk teks deskriptif atau naratif yang berisikan data-data terkait masalah penelitian untuk selanjutnya di analisis demi kepentingan pengambilan kesimpulan.

3. Mengambil Kesimpulan

Kesimpulan kegiatan analisis data kualitatif terletak pada pelukisan atau penuturan tentang apa yang di hasilkan, dapat dimengerti berkenaan dengan suatu masalah yang diteliti. Dari sinilah lahir kesimpulan atau permasalahan yang bobotnya komperhensif dan mendalam (*Deeph*).

Dalam hal ini sangat bergantung pada kemampuan penelitian dalam a) merinci fokus masalah yang benar-benar menjadi pusat perhatian untuk ditelaah secara mendalam, b) melacak, mencatat, mengorganisikan setiap data yang relevan untuk masing-masing fokus masalah yang telah ditelaah, c) menyatakan apa yang dimengerti secara utuh, tentanf suatu masalah yang diteliti.

BAB IV

PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Sekolah

SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam sebagai salah satu sekolah yang mengasuh siswanya bukan hanya dengan kemampuan akademik, namun dengan pengetahuan yang bersifat agama dan ekstrakurikuler yang nantinya diharapkan ditengah – tengah masyarakat.

2. Identitas Sekolah

- | | |
|-----------------------------------|----------------------------------|
| 1. Nama Sekolah | : SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam |
| 2. Tahun Berdiri | : 1982 |
| 3. Nomor Statistik Sekolah (NSS) | : 304070116028 |
| 4. NPSN | :10214129 |
| 5. Nomor Pokok Wajib Pajak (NPWP) | : 31.406.303.3-125.000 |
| 6. Status Sekolah | : Swasta |
| 7. Akreditasi | : B |
| 8. Luas Tanah | : 2.280 M ² |
| 9. Luas Bangunan | : 1.092 M ² |
| 10. Status Tanah dan Bangunan | : Milik Persyarikatan |

I. ALAMAT SEKOLAH

- | | |
|---------------------|----------------------------------|
| 1. Provinsi | : Sumatera Utara |
| 2. Kabupaten / Kota | : Deli Serdang |
| 3. Kecamatan | : Lubuk Pakam |
| 4. Kelurahan | : Lubuk Pakam III |
| 5. Jalan | : RA. Kartini No. 62 Lubuk pakam |
| 6. Kode Pos | : 20516 |
| 7. Telepon / Fax | : (061) 7953723 |
| 8. Website / E-mail | : - |

3. Visi, Misi dan Tujuan

SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam memiliki visi, misi, dan tujuan agar dapat mewujudkan anak didik yang berprestasi dan beriman, SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam mampu meningkatkan pembelajaran yang efektif dan efisien. Berikut akan di jelaskan visi, misi, dan tujuan SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam sebagai berikut :

a. Visi

Menjadi madrasah yang unggul dalam kualitas berdasarkan imtaq, dan nilai – nilai budaya dan karakter bangsa.

b. Misi

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

c. Tujuan

1. Unggul dalam kegiatan keagamaan dan kepedulian sekolah
2. Unggul dalam peroleh UN
3. Unggul dalam persaingan masuk ke jenjang selanjutnya
4. Unggul dalam penerapan ilmu pengetahuan dan teknologi, terutama bidang sains dan matematika
5. Unggul dalam lomba Olahraga, Kesenian, UKS, Paskibra dan Pramuka.
6. Unggul dalam kebersihan.

4. Struktur Organisasi SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam terdapat struktur organisasi. Untuk lebih jelas dapat di lihat dilampiran 9.

5. Keadaan Guru – guru Pegawai SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam Tahun Pembelajaran 2017/2018

a. Keadaan Guru Pegawai

Guru merupakan salah satu unsur pendidikan dalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar disuatu sekolah. Demi terlaksananya proses belajar mengajar yang baik, sebab tugas seorang guru bukan hanya sebatas mengajar. Tetapi seorang guru juga harus bisa mendidik, melatih, dan membimbing siswa kearah yang tujuan yang ditetapkan. Guru melaksanakan tanggung jawab yang sangat berat sejak mulai dari merencanakan, melaksanakan, mengevaluasi kegiatan belajar mengajar di sekolah SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam.

Berikut ini keadan guru pegawai di sekolah tersebut yaitu sebagai berikut :

Tabel 4.1

Data Guru Pegawai Sekolah SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam

| NO | Golongan | Laki-laki | Perempuan | jumlah |
|----|----------|-----------|-----------|--------|
| 1 | IV A | | 1 | 1 |
| 2 | Honor | 6 | 11 | 17 |
| 3 | jumlah | | | 18 |

Jumlah staf pegawai tata usaha terdiri dari 17 orang. 6 laki-laki dan 11 perempuan dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.2

**Data Tenaga Pegawai Tata Usaha
SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam**

| No | Pegawai | Jenis kelamin | | Jabatan |
|----|---------|---------------|----|-----------------|
| | | LK | PR | |
| 1 | 17 | 6 | 11 | Staf Tata Usaha |
| | Jumlah | 17 | | |

b. Keadaan Guru Pembimbing

Berikut ini nama-nama guru pembimbing di sekolah dan pendidikannya sebagai berikut:

Tabel 4.3

Data Guru Pembimbing SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam

| No | Nama guru BK | Golongan | pendidikan | S1 | S2 |
|----|--------------|----------|------------|----|----|
| 1 | Wirzal S.pd | - | S.pd | S1 | |

Melihat latar belakang pendidikan guru bimbingan di sekolah ini maka dapat diketahui guru bimbingan telah menyelesaikan pendidikan sarjana satu (S1) bimbingan dan konseling dan psikologi. Dan latar belakang pendidikan guru

pembimbing disekolah ini sudah sesuai dengan syarat standarisasi menjadi guru bimbingan disekolah. Namun melihat dari jumlah siswa yang ada di sekolah SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam dengan jumlah guru pembimbing maka belum memenuhi standar bahwa setiap guru BK harus memengang 150 siswa sememtarajumlah 171 siswasiswi di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam seharusnya 2 guru bk.

c. Keadaan siswa SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam

Berikut ini jumlah siswa di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam yang di peroleh dari guru pembimbing disekolah yaitu :

Table 4.4

Data Siswa SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam

| No | Kelas | Siswa | | Jumlah Kelas | Jumlah Siswa |
|--------|----------------|-------|-----|--------------|--------------|
| | | LK | PR | | |
| 1 | X A / X B | 18 | 52 | 2 Kelas | 70 |
| 2 | XI IPA/ XI IPS | 22 | 48 | 2 Kelas | 70 |
| 3 | XII IPA | 11 | 20 | 1 Kelas | 31 |
| Jumlah | | 51 | 120 | 5 Kelas | 171 |

Di lihat dari data diatas maka dapat disimpulkan sekolah ini frekuensi perkembangan keberadaan jumlah siswanya dari tahun ketahun mengalami peningkatan artinya pertambahan siswa sejak berdirinya (1982) sampai sekarang terus bertambah. Saat ini diketahui seluruh siswa di sekolah SMA

Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam ada 174 siswa dengan perincian 55 laki-laki dan 119 perempuan.

6. Sarana dan prasarana Sekolah SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam Salah satu faktor yang mendukung keberhasilan sebuah lembaga pendidikan adalah fasilitas sekolah yang memadai. Setiap lembaga pendidikan harus memiliki sarana dan prasarana yang memadai untuk mendukung terselenggarakannya proses pendidikan. Sekolah SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam untuk jenjang pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA), sarana dan prasarana sudah memadai. Sebagai dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4.5

Sarana dan Prasarana Sekolah SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam

| No | Jenis Saran / Prasarana | Jumlah | keterangan |
|----|-------------------------------|--------|------------|
| 1 | Ruang Kepala Sekolah | 1 | Permanen |
| 2 | Ruang Kepala TU | 1 | Permanen |
| 3 | Ruang Guru | 1 | Permanen |
| 4 | Ruang Bendahara Sekolah | 1 | Permanen |
| 5 | Ruang TU | 1 | Permanen |
| 6 | Ruang Kelas | 5 | Permanen |
| 7 | Ruang UKS | 1 | Permanen |
| 8 | Ruang Bimbingan Dan Konseling | 1 | Permanen |
| 9 | Perpustakaan | 1 | Permanen |
| 10 | Masjid | 1 | Permanen |

| | | | |
|----|------------------------|---|----------|
| 11 | Lapangan Upacara | 1 | Permanen |
| 12 | Laboraturium | 1 | Permanen |
| 13 | Kantin | 2 | Permanen |
| 14 | Toilet Guru | 1 | Permanen |
| 15 | Toilet | 2 | Permanen |
| 16 | Kipas Di Tiap Kelas | 5 | Permanen |
| 17 | Meja Piket | 1 | Permanen |
| 18 | Lemari Buku Tiap Kelas | 5 | Permanen |
| 19 | Dvd tiap lokal | 1 | Permanen |
| 20 | Tv Tiap Kelas | 1 | Permanen |
| 21 | Dan Sbagaimya | - | - |

Sumber data : Tata Usaha Sekolah SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan sarana dan prasarana yang dimiliki SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam telah lengkap sesuai dengan kebutuhan belajar mengajar. Keberadaan fasilitas tersebut dapat diharapkan mampu mendukung proses pendidikan yang berlangsung disekolah, sehingga mampu mewujudkan tujuan pendidikan yang berkualitas secara efektif dan efisien.

B. Pembahasan Hasil Deskripsi Data

Berdasarkan jawaban atas pertanyaan-pertanyaan penelitian melalui wawancara terhadap narasumber dan pengamatan langsung di lapangan. Diantara pertanyaan dalam penelitian ini ada 3 hal yaitu : 1. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam. 2. *Self control* siswa yang

tidak baik di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam. 3. Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan *Self Control* siswa di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam.

1. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam

Layanan bimbingan kelompok mengarahkan layanan kepada sekelompok individu. Dengan satu kali kegiatan layanan kelompok memberikan manfaat atau jasa kepada sejumlah orang. Dalam bimbingan kelompok interaksi antar individu anggota kelompok merupakan suatu yang khas, yang tidak mungkin terjadi pada konseling perorangan. Dengan adanya dinamika selama berlangsungnya layanan serta diharapkan tujuan layanan sejajar dengan kebutuhan – kebutuhan individu anggota kelompok agar dapat tercapai secara lebih mantap. Jika layanan ini dilakukan tidak maksimal atau tidak pernah sama sekali akan berdampak buruk bagi siswa-siswa yang mengalami masalah, maupun bagi siswa yang butuh pengaruh atau bimbingan.

Wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 23 Januari 2018 dengan Ibu Hj. Nurhayati Siregar S.Pd selaku kepala sekolah di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam mengenai tentang Tindakan apa yang sudah bapak lakukan untuk mendukung kegiatan program bimbingan dan konseling di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam yaitu dilakukan dengan mengadakan sosialisasi tentang pentingnya terhadap siswa karena murid banyak yang jauh-jauh rumahnya dan maka dari itu guru bk masuk ke lokal atau ke kelas serta guru BK, guru mata pelajaran dan kepala sekolah saling mendukung program BK.

Hal ini didukung dengan observasi yang sudah peneliti lakukan sebelumnya pada tanggal 23 Januari 2018 tentang bimbingan dan konseling dapat diketahui bahwa SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam telah dilaksanakan bimbingan dan konseling sesuai dengan bidang bimbingan dan tugas kepala sekolah dalam bimbingan dan konseling melihat perubahan pada siswa.

Dapat disimpulkan bahwa kepala sekolah sudah melakukan dukungan dalam kegiatan program bimbingan dan konseling yang ada di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam dan kepala sekolah juga ikut dalam melaksanakan pengamatan langsung dalam menunjang kegiatan BK, dan juga saling bekerjasama antara guru bidang studi dan guru bimbingan dan konseling.

Kemudian wawancara dilakukan peneliti tanggal 23 Januari 2018 dengan Ibu kepala selaku kepala sekolah di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam tentang peran guru BK di sekolah dalam memberikan layanannya yaitu selaku kepala sekolah bertanggung jawab dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah dan peran guru BK sangat aktif dalam memberikan layanan karena kan ada pepatah lebih baik mencegah daripada mengobati serta juga mengawas kinerja guru BK melalui prota, prosem, proming, dan kerjasam dengan guru lain.

Hasil wawancara dengan Ibu Kepala selaku kepala sekolah di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam pada tanggal 23 Januari tentang melihat kinerja guru bk disekolah ini : Guru BK ada 1 mereka proaktif kepada siswa mereka juga disiplin dan kinerjanya baik dan bagus serta mereka juga datang lebih awal ke sekolah dan juga kepala sekolah memenuhi sarana dan prasara agar kinerja berjalan lebih baik lagi.

Sedangkan berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan dengan Wirzal S.pd selaku guru Bimbingan dan Konseling di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam Pada tanggal 24 Januari 2017 guru Bk menjelaskan tentang bimbingan kelompok yaitu sebagai berikut : layanan bimbingan kelompok mengarahkan layanan kepada sekelompok individu. Dengan satu kali kegiatan layanan kelompok memberikan manfaat atau jasa kepada sejumlah orang. Dalam bimbingan kelompok interaksi antar individu anggota kelompok merupakan suatu yang khas, yang tidak mungkin terjadi pada konseling perorangan, dengan adanya dinamika kelompok selama berlangsungnya layanan, diharapkan tujuan layanan sejajar dengan kebutuhan-kebutuhan individu anggota kelompok dapat tercapai secara lebih mantap. Jika layanan bimbingan kelompok dilakukan tidak maksimal atau tidak pernah dilakukan sama sekali maka akan berdampak buruk bagi siswa-siswi yang mengalami masalah, maupun bagi siswa yang butuh bimbingan. “ Pelaksanaan bimbingan konseling dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok menurut saya tepat dilakukan untuk memberikan informasi kepada siswa yang secara khusus atau dengan maksud tertentu dan dalam layanan ini lebih efektif dan lebih fokus ketimbang secara klasikal. Layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kinerja sama antar siswa, dapat melatih siswa untuk lebih terbuka, berani mengemukakan pendapatnya di depan individu lain, berani dalam berkomunikasi dan sebagainya.

Dalam layanan bimbingan kelompok, konselor melakukan suatu kegiatan yang dibentuk dalam suatu kelompok berjumlah 8 siswa yang mengalami kesulitan pengendalian diri dalam ucapan dan bertingkah laku. Dikumpulkan

menjadi satu, kemudian konselor memberikan topik dimana disini membahas tentang “*Self Control*” yang dapat melatih cara berfikir siswa dalam bertindak atau berperilaku yang mereka miliki. Menghidupkan suasana keakraban diantara anggota kelompok untuk saling menyayangi antar teman dan akan menghindari hal-hal yang yang mampu menimbulkan sikap negatif dari dalam diri mereka.

Maka peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwasanya pelaksanaan bimbingan dan konseling sudah dilakukan guru bimbingan konseling di sekolah SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam.

2. Self Control siswa di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan dengan guru bimbingan dan konseling Bapak Wirzal S.Pd selaku guru Bimbingan dan Konseling di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam pada tanggal 24 Januari tentang siswa/i yang tidak mampu untuk mengendalikan diri yang mereka miliki seperti mudah emosi, terlambat, berlaku kurang sopan serta yang lainnya. Hal ini terjadi karena pengaruh dari teman, memiliki sikap yang tidak ingin berubah dirinya, tidak bisa mengontrol dirinya seperti : mudah bergaul dan tidak gampang terpancing oleh emosi apabila dilakukan tidak sengaja. Tetapi situasi sebenarnya tidak luput dari peran orang tua dalam mendidik dan membimbing anaknya. Terkadang sebagian orang tua terlalu memanja kan anaknya sehingga setiap yang dilakukan anaknya dianggap benar, dan terlalu mengekang anaknya dalam bergaul dengan temannya.

Hal diatas di dukung dengan hasil observasi yang dilakukan peneliti pada tanggal 22 Januari 2018 tentang *self control* (pengendalian diri) siswa adanya siswa yang terlambat, mudah emosi serta berlaku kurang sopan. Dalam hal ini,

guru bimbingan dan konseling harus peka dan berperan aktif dalam menangani masalah yang susah mengendalikan dirinya yang sering terjadi pada lingkungan sekolah meski kadang terkendala dalam pelaksanaannya.

Maka peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa kurangnya *self control* (pengendalian diri) siswa sehingga siswa tersebut tidak tahu bagaimana cara mereka untuk mengontrol dan mengendalikan diri mereka, mereka tidak tahu cara mengontrol diri mereka sehingga terkadang sikap negatif dapat menjadi permasalahan bagi siswa-siswi tersebut. tetapi guru bimbingan dan konseling berupaya secepatnya dalam mengatasi permasalahan ini, agar siswa dapat mengendalikan diri dengan mengetahui dampak buruk bagi orang yang memiliki *self control* (pengendalian diri) yang tidak baik agar siswa tersebut menjadi lebih baik lagi.

Melalui wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 25 selain di perkuat dengan wawancara yang dilakukan oleh beberapa siswa, nama-nama siswa tersebut diperoleh dari hasil wawancara dengan Bapak Wirzal S.pd selaku guru Bimbingan dan Konseling di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam yang merekomendasikan siswa-siswa yang mengalami *Self Control* (pengendalian diri) ada faktor pemicu seperti : siswa-siswi gampang terpancing amarahnya adalah mereka yang belum dapat mengontrol sikap dan perilaku dengan baik, kurangnya pemahaman tentang *self control* (pengendalian diri) serta kurangnya penanaman dalam diri mereka untuk saling menyayangi dan menghormati sesama makhluk hidup serta ini juga tidak terlepas dari peran orang-orang tua yang telah mendidik anaknya.

Hal ini didukung saat peneliti melakukan observasi pada tanggal 22 Januari 2018 terlihat peran guru lain atau wali kelas datang ke ruangan bimbingan konseling memberikan informasi mengenai siswa yang bermasalah dan kemudian

meminta guru BK untuk memproses atau memberikan layanan bimbingan dan konseling membantu menyelesaikan permasalahan yang terjadi pada siswanya agar mendapat pengarahan sehingga menjadi lebih baik lagi dari sebelumnya.

Dalam hal ini peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwasanya ada beberapa anak – anak di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam mengalami kurangnya *self control* seperti sering terlambat, berlaku kurang sopan dan mudah emosi.

Pada tanggal 23 Januari 2018 guru Bimbingan dan Konseling mengatakan bahwa ada sekitar 8 siswa yang memiliki kurangnya *self control* (pengendalian diri). Siswa yang memiliki kurang *self control* (pengendalian diri) antara lain yaitu : Wawan Setiawan (WS), Harianto Sitepu (HS), susanto (ST), Tari Andani (TA), Diki Tamtama (DT), Sabrina Ansyori (SA), Tria Istiqomah (TR) dan Eko Pambudi (EP), mereka adalah siswa – siswi yang mengalami kurang *self control* (pengendalian diri) terlihat dari tingkah laku dan seringnya masuk keruangan bimbingan dan konseling.

Berdasarkan wawancara dengan WS pada tanggal 25 Januari 2018 menyatakan bahwa tentang permasalahan *self control* (pengendalian diri) disebabkan oleh tidak tau bagaimana cara mngendalikan diri terlebih lagi apabila temannya menyengol dirinya sehingga timbul rasa amarahnya sehingga menimbulkan permasalahan yang besar.

Dari pernyataan diatas dapat peneliti uraikan bahwasanya guru bimbingan dan konseling mengatakan WS mempunyai sifat sensitif disebabkan oleh perasaan untuk mempertahankan dirinya.

Berdasarkan wawancara yang saya lakukan dengan EP pada tanggal 26 Januari 2018 masalah tentang *self control* (pengendalian diri) adalah dirinya tidak mampu keluar dari zona amannya sehingga dirinya tidak takut untuk berbuat kesalahan, seperti : sering terlambat, malas mengerjakan tugas, sehingga memnuat dirinya mendapat teguran dari guru bidang studi dan wali kelas kemudian wali kelas melapor kepada gurubimbingan dan konseling.

Dari pernyataan diatas peneliti dapat menguraikan bahwa setiap siswa yang bermasalah akan dimintai penjelasnya mengenai masalah yang dihadapinya. Hal ini di benarkan oleh pernyataan EP, bahwa dirinya mengalami masalah *self control* (pengendalian diri).

Maka dengan beberapa wawancara yang peneliti lakukan peneliti menemukan ada beberapa siswa yang lemah dalam *self controlnya* (pengendalian diri) yang setipa menitnya ajkan berubah-ubah, tindakan memang kerap mendatang masalah bagi setiap orang yang tidak pandai mengontrolnya tidak peduli itu laki-laki ataupun perempuan.

Oleh sebab itu, disini guru bimbingan dan konseling mengambil langkah untuk segera menangani masalah dalam *self control* (pengendalian diri) siswa, dengan memberikan layanan bimbingan dan konseling berupa layanan bimbingan kelompok. Dimana siswa tersebut dikumpulkan menjadi satu kelompok sehingga mereka dapat mengetahui pemahaman baru tentang *self control*, sikap dan tingkah laku *self control* sehingga terentaskanlah permasalahan yang mereka alami.

3. Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok ini, peneliti melakukan peninjauan terhadap masalah yang ada di sekolah. Hal ini dikarenakan bahwa dalam *self control*, siswa harus dapat meyakinkan dirinya sendiri bahwa setiap individu memiliki segala aspek kelebihan yang dimiliki, tidak hanya berpacu pada kekurangan yang ada di dalam diri. Siswa harus dapat yakin terhadap dirinya sendiri sehingga menjadi kuat dan selalu berfikir positif terhadap segala hal yang selama ini tidak pernah dia lakukan, *self control* sudah ada pada diri individu sekarang tergantung individu bagaimana cara mengontrol diri dan mengarahkan diri kepada hal yang positif bukan yang negatif.

Apabila hal negatif timbul dalam *self control* individu hal ini akan berakibat fatal buat siswa karena dirinya yang tetap tidak mampu mengontrol dirinya, kemungkinan besar yang akan mendapatkan masalah yang tidak ada habisnya. Karena *self control* berkaitan erat dengan sikap dan emosional dalam menghadapi masalah.

Dengan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dan memberikan satu topik permasalahan yang akan dibahas yaitu, mengupas permasalahan sikap secara aktif konselor mendengar, membantu memberikan *feed back* atas masalah yang dihadapi siswa, dan menjelaskan bahwa jika *self control* yang menimbulkan dampak negatif bagi diri dan orang lain, sehingga kita harus bertanggung jawab untuk dapat mengontrol diri yang sifatnya berubah-ubah selain itu menjelaskan akibat dari disiswa yang tidak dapat mengontrol dirinya.

Dalam hal ini peneliti membuat 1 kelompok, siswa secara bersama-sama di beri daftar pertanyaan terbuka, mereka secara sukarela dan bergiliran menjawab

pertayaan yang diberikan. Bimbingan kelompok dilakukan di tempat yang tenang dan dibantu oleh guru BK yang ada disekolah, bimbingan kelompok dilakukan 70 menit dengan aturan yang di buat yaitu pada jam kedua pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dilakukan.

Berdasarkan hasil pemantauan dari peneliti dan guru bimbingan dan konseling maka dianalisis hasil observasi ketentuan yang telah ditetapkan dalam hasil observasi adalah pengamatan langsung mengenai situasi, keterangan atau informasi tentang diri seseorang terhadap kegiatan – kegiatan yang berlangsung. Sehingga diperoleh data tingkahlaku seseorang yang nampak yakni apa yang dikatakan dan apa yang diperbuatnya. Setelah wawancara dan pengamatan langsung di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam peneliti melihat masih ada siswa yang belum mampu mengendalikan *self control*nya. Maka dari itu peneliti mengetahui Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam.

Setelah peneliti mengamati keseluruhan kelas di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam yang memiliki permasalahan dengan *self control* adalah kelas XI A dan XI B maka disini peneliti mengambil secara acak melalui bimbingan dari guru bimbingan dan konseling yaitu XI A dan XI B yang berjumlah 8 siswa.

Melaksanakan layanan bimbingan kelompok kepada siswa yang memiliki masalah bidang pribadi yaitu *self control*. Dimana peneliti melakukan kegiatan pada jam pelajaran yang sudah diberikan guru bimbingan dan konseling yang ada di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam selama 3 bulan lamanya.

Kemudian kegiatan pun berlangsung, peneliti melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok dilakukan, peneliti melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok dilakukan di jam ke dua yang berjumlah 8 orang siswa seluruh anggota melakukan kegiatan layanan bimbingan kelompok dimana kegiatan itu di pimpin oleh saya sendiri sebagai konselor.

Konselor memimpin doa sebagai pembuka dengan mengucapkan salam dan mengucapkan rasa terima kasih kepada anggota kelompok yang telah hadir dalam kegiatan. Konselor mengungkapkan pengertian dari bimbingan kelompok dan juga tujuan bimbingan kelompok dari bimbingan kelompok dalam rangka bimbingan dan konseling, menjelaskan asas-asas, dan cara pelaksanaan dalam bimbingan kelompok yang beranggotakan WS, HS, ST, TA, DT, SA, TR dan EP.

Konselor mengajak anggota kelompok untuk melakukan permainan “ angka” sebagai usaha pengakraban dan penghormatan antar anggota kelompok, agar tidak malu untuk mengungkapkan pendapat juga saran, agar kegiatan berjalan dengan lancar dan sesuai pencapaian yang diberikan.

Kemudian masuk ke tahap peralihan, ditahap ini menjelaskan kegiatan bimbingan kelompok yang akan di tempuh pada tahap berikutnya dengan tema “*self control*” dan menayakan kesiapan anggota untuk menjalankan kegiatan pada tahap selanjutnya, dan membahas suasana yang terjadi dalam satu kelompok.

Kemudian tahap kegiatan, konselor memulai kegiatan isi dengan memberikan gambaran kehidupan sosial antar teman dan lingkungan sekitar yang harmonis. Membedakan mana kehidupan sosial yang menyenangkan dan harmonis dan kehidupan sosial yang tidak harmonis. Masing-masing anggota kelompok diminta

untuk memberikan tanggapan atas gambaran dari materi yang dijelaskan oleh konselor. Dimulai dari faktor penyebab, akibat yang akan timbul dengan memberikan contoh – contoh yang terdapat dilingkungan sekitar.

Berikut adalah pemaparan materi yang di berikan konselor kepada siswa untuk meningkatkan *self control* siswa. Bersosial merupakan suatu tindakan atau perbuatan yang dilakukan seseorang untuk membangun suatu hubungan baik dengan mayarakat sekitar. Ada bayak hal yang dapat dilakukan untuk membangun suatu hubungan yang baik dan dapat di mulai dengan berbagai cara seperti : menghormati orang lain, sabar dalam berteman dengan cara tidak gampang emosi.

1. Pengertian Pengendalian diri atau *Self Control*

Self Control atau pengendalian diri merupakan kemampuan diri dalam mengendalikan perilaku untuk mencapai tujuan tertentu. Seorang individu dengan pengendalian diri yang baik dapat memahami benar konsekuensi akibat tindakan yang akan mereka lakukan.

2. cara-cara pengendalian diri

- Ø Mengendalikan Diri Dengan Menggunakan Prinsip Kemoralan yaitu Seperti menjaga sikap, ucapan, maupun menjaga dari pikiran-pikiran negative terhadap apapun yang dihadapi. Setiap agama pasti mengajarkan kemoralan.
- Ø Dengan Menggunakan Kesadaran yaitu Kita sadar saat suatu bentuk pikiran atau perasaan yang negatif muncul. Pada umumnya orang tidak mampu menangkap pikiran atau perasaan yang muncul.
- Ø Perenungan

Ø Dengan Menggunakan Kesabaran

Ø Menyibukkan Diri Dengan Pikiran Atau Aktivitas Yang Positif

3. Contoh Sikap Dan Perilaku Pengendalian Diri atau *Self Control* :

a. Dalam Lingkungan Sekolah yaitu

Ø Patuh dan taat pada peraturan di sekolah

Ø Menghormati dan menghargai teman, guru, karyawan, dll

Ø Berani mengatakan tidak pada ajakan dan paksaan tawuran pelajar serta perbuatan tercela dan

Ø Hidup penuh kesederhanaan, tidak sombong dan gengsian.

b. Dalam Keluarga

Ø Tidak mengganggu ketentraman anggota keluarga lain.

Ø Hidup sederhana dan tidak suka pamer harta kekayaan serta kelebihanya dan

Ø Patuh dan taat terhadap aturan dan perintah orang tua.

c. Dalam Masyarakat

Ø Mengikuti segala aturan yang berlaku dalam masyarakat

Ø Saling menghormati dan menghargai orang lain dan

Ø Mengutamakan kepentingan bersama daripada kepentingan pribadi.

4. Manfaat yang diperoleh dari keberhasilan dalam mengendalikan diri yaitu :

Ø Dapat mengurangi rasa gelisah, cemas, iri dan tidak puas yang dapat terjadi pada semua tingkatan.

- Ø Akan lebih dapat menimbangkan pencukupan kebutuhan hidup yang sesuai dengan kemampuan diri dan meningkatkan rasa syukur atas nikmat yang di berikan oleh Tuhan kepadanya dan
- Ø Kita jadi mampu untuk meningkatkan kesabaran.

Menurut WS siswa kelas kelas XI B, saya merasa sangat senang membahas materi tentang “*Self Control*” karena dijamin sekarang ini banyak orang yang tidak peduli pada orang-orang yang ada disekitarnya, mereka terlalu sibuk dengan diri masing-masing dengan memperkuat ego masing-masing. Sehingga dengan adanya materi ini akan membuka fikiran saya untuk tidak lebih mmementingkan diri sendiri.

Menurut HS siswa kelas XI A, Saya mengetahui manfaat apabila mampu mengendalikan *self control* dengan baik salah satunya dapat mengurangi rasa gelisah, cemas, iri dan tidak puas yang dapat terjadi pada semua tingkatan. Oleh karena itu saya rasa kita harus lebih bisa berfikir positif agar dapat menghilangkan sikap gelisah, cemas, iri dan lain-lain.

Menurut ST siswa kelas XI A, saya merasa pembahasan kali ini sedang terjadi pada diri saya sendiri, karena saya orang yang tidak mampu mengendalikan diri salah satunya emosi karena pergaulan lingkungan di tempat saya tinggal yang tertutup.

Menurut TR siswa kelas XI A, saya sependapat dengan HS pembahasan ini sangat bermanfaat untuk menambah wawasan saya agar menjadi manusia yang lebih baik lagi dan mampu mengendalikan diri dengan baik.

Menurut DT siswa kelas XI B, saya merasa senang mendapat materi ini karna materi tersebut dapat menjadi acuan saya untuk menjadi lebih baik lagi serta saya tahu bagaimana cara bersikap baik dan benar dan tanpa disadari bahwa perilaku atau sikap yang kita lakukan itu adalah sebagian dari *self control* kita.

C. Keterlibatan Penelitian

Penulis menyadari bahwa hasil penelitian skripsi ini dapat dikatakan belum sempurna, masih terdapat kekurangan dalam melaksanakan dan penganalisisan data hasil penelitian. Keterbatasan yang penulis hadapi disebabkan oleh beberapa faktor antara lain :

1. Keterbatasan yang dimiliki oleh peneliti baik moril maupun materil dari awal proses pembuatan proposal, pelaksanaan penelitian hingga pengolahan data.
2. Peneliti dilakukan Relative singkat, hal ini mengingat keterbatasan waktu dan yang dimiliki oleh peneliti sehingga mungkin terdapat kesalahan dalam menafsirkan data yang didapat dari lapangan penelitian.
3. Selain itu keterbatasan diatas, penulis juga menyadari bahwa kekurangan wawasan penulis dalam membuat daftar pertanyaan wawancara yang baik dan baku ditambah dengan kekurangannya buku pedoman atau referensi tentang teknik daftar pertanyaan wawancara yang baik, merupakan keterbatasan penelitian yang tidak dapat dihidari, oleh karena itu dengan tangan terbuka penulis mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun demi kesempurnaan tulisan-tulisan dimasa yang akan datang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Bimbingan adalah suatu bantuan yg di berikan oleh seseorang yang telah terdidik, kepada orang yang membutuhkan, baik informasi, pengarahan dalam memahami dan menggunakan kesempatan-kesempatan yang luas, baik untuk kepentingan pribadi maupun kepentingan umum.

self control merupakan kemampuan individu untuk menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial.

Berdasarkan hasil analisis data, hasil wawancara yang dilakukan dengan guru bimbingan dan konseling, dan pembahasan yang dikemukakan sebelumnya dapat ditarik kesimpulan bahwa Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan *Self Control* siswa di SMA Muhammadiyah 5 Lubuk Pakam Tahun Pembelajaran 2017/2018 berjalan secara efektif.

B. Saran

Dari hasil penelitian ini, maka saran yang dapat penulis berikan adalah :

1. Guru Bimbingan dan Konseling disarankan agar guru bimbingan dan konseling dapat meningkatkan kreatifitas dan keterampilan yang bervariasi, aktif dalam membantu siswa, dapat memperbaiki sistem pembelajaran, memberikan layanan bimbingan kelompok dan layanan lainnya secara terjadwal untuk kemampuan belajar siswa dan terutama untuk meningkatkan *self control* siswa.

2. Bagi siswa diharapkan siswa harus aktif dalam kemampuan dan keterampilan proses pembelajaran juga meningkatkan self control dirinya, berani dan terampil untuk mengungkapkan pendapat menghindari rasa takut akan salah, dan saling menyanyangi sesama teman serta dapat meningkatkan rasa sosialisasi yang tinggi, agar tercipta siswa yang cerdas dan aktif.
3. Bagi sekolah diharapkan sebagai sarana untuk meningkatkan mutu pendidikan, meningkatkan kerjasama antar guru yang berdampak positif untuk peningkatan profesionalisme guru guna mencapai kualitas pendidikan sekolah serta guna untuk mengurangi perilaku siswa yang sulit untuk mengontrol dirinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Prayitno. 2009. *Layanan Bimbingan dan Konseling*. Padang : UNP
- A, Hallen (2005). *Bimbingan dan Konseling Edisi Revisi*. Jakarta : Quantum Teaching
- Prayitno (2004). *Layanan Konseling, Seri L1-L9*. Padang : Universitas Padang
- Juntika Nurishan Achmad, (2005). *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*. Bandung : Grafika Aditama
- Prayitno. (2005). *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*. Jakarta : Ghalia Indonesia.

Lampiran 1

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Data Pribadi

Nama : Dolli Indra Siregar
Tempat / Tgl Lahir : Tanjung morawa, 26 juni 1994
Jenis Kelamin : Laki-Laki
Agama : Islam
Warga Negara : Indonesia
Alamat : Jl. Sei blumai hilir Gg.damai Tanjung morawa
Alamat : Jl. Sei blumai hilir
Anak Ke : Pertama (Tunggal)

Nama Orang Tua

Ayah : Mukdan Siregar
Ibu : Sarianum Pohan
Alamat : Jl. Sei Blumai Hilir Gg.Damai Tanjung morawa A.

Pendidikan Formal

1. SD SWASTA PEMBAGUNAN BERSUBSIDI TANJUNG MORAWA
2. MADRASAH TSANAWIYAH Hj.DATUK ABDULLAH TANJUNG MORAWA
3. MADRASAH ALIYAH NEGERI TANJUNG MORAWA