



**PENGARUH KONSELING KELOMPOK TERHADAP PENINGKATAN
KONTROL DIRI REMAJA PANTI ASUHAN AISYIYAH PUTRI
BATANGHARI**

SKRIPSI

*Ditulis Sebagai Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana (S1)
Dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling*

OLEH:

MIFTAHUL JANNAH R

NIM 17 30108 035

**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
BATANGHARI**

2022

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Miftahul Jannah R
Nim : 1730108035
Tempat/Tanggal Lahir : Batusangkar, 01 Februari 1997
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Peningkatan Kontrol Diri Remaja Panti Asuhan Aisyiyah Putri Batusangkar” adalah hasil karya saya sendiri bukan plagiat kecuali yang dicantumkan sumbernya.

Apabila kemudian hari terbukti bahwa karya ilmiah ini plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian, pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk digunakan sebagaimana semestinya.

Batusangkar, 18 Februari 2022



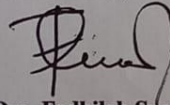
MIFTAHUL JANNAH R
NIM. 1730108035

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Pembimbing SKRIPSI atas nama **MIFTAHUL JANNAH R NIM 17 301 080 35**, dengan Judul: **“PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP PENINGKATAN KONTROL DIRI REMAJA PANTI ASUHAN AISYIYAH PUTRI BATUSANGKAR”** , memandang bahwa SKRIPSI yang bersangkutan telah memenuhi persyaratan ilmiah dan dapat disetujui untuk dilanjutkan ke sidang *munaqasah*.

Demikianlah persetujuan ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana semestinya

Batusangkar, 02 Februari 2022
Pembimbing,






Dra. Fadhilah Syafwar, M.Pd
NIP. 19670810 199303 2 002

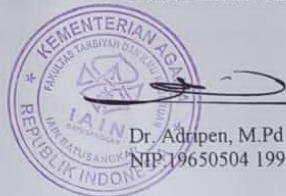
PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi atas nama MIFTAHUL JANNAH R, NIM. 1730108035, dengan judul "PENGARUH KONSELING KELOMPOK TERHADAP PENINGKATAN KONTROL DIRI REMAJA PANTI ASUHAN AISYIYAH PUTRI BATUSANGKAR" telah diuji dalam sidang *Munaqasyah* Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batasangkar pada Hari Kamis, tanggal 10 Februari 2022.

Demikianlah persetujuan ini diberikan untuk dapat dipergunakan seperlunya.

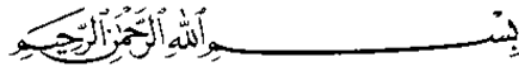
NO	Nama/NIP. Penguji	Jabatan dalam Tim	Tanda Tangan	Tanggal
1	Dra. Hadiarni, M.Pd., Kons/ NIP. 19680319 199603 2 001	Ketua Penguji		18/02-22
2	Dra. Fadhilah Syafwar, M.Pd NIP. 19670810 199303 2 002	Sekretaris Penguji		16-2-2022
3	Dr. Silvianetri, M.Pd., Kons/ NIP. 19711226 200212 2 003	Anggota Penguji		14/2-2022

Batusangkar, Februari 2022
Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan



Dr. Adripen, M.Pd
NIP. 19650504 199303 1 003

KATA PENGANTAR



Tiada kata yang paling indah selain puji dan bersyukur kepada Allah SWT, yang telah menentukan segala sesuatu berada di tangan-Nya, sehingga tidak ada setetas embun pun dan segelintir jiwa manusia yang lepas dari ketentuan dan ketetapan-Nya. Alhamdulillah atas hidayah dan inayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi ini yang berjudul: **“Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Peningkatan Kontrol Diri Remaja Panti Asuhan Aisyiyah Putri Batusangkar”**, yang merupakan syarat dalam rangka menyelesaikan studi untuk meraih gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Batusangkar.

Peneliti menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna, hal itu disadari, karena keterbatasan kemampuan dan pengetahuan yang dimiliki peneliti. Besar harapan peneliti, semoga skripsi ini bermanfaat bagi peneliti khususnya dan bagi pihak lain pada umumnya. Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti banyak mendapat pelajaran, dukungan motivasi, dan bantuan berupa bimbingan yang sangat berharga dari berbagai pihak mulai dari pelaksanaan hingga penyusunan laporan skripsi ini. Pada kesempatan ini, peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada orang-orang yang peneliti hormati dan cintai yang membantu secara langsung maupun tidak langsung selama pembuatan skripsi ini. Terutama kepada keluarga yang tercinta, Ayah, Rusdi dan Ibu, Epi Veriyanti dan abang tersayang Zaitul Ikhwan yang selalu mendo'akan serta memberikan semangat yang luar biasa dan memberikan dukungan moril maupun materil.

Dalam kesempatan baik ini, penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr.Marjoni Immamora, M.Sc., selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri Batusangkar yang telah memberikan sarana dan prasarana sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan (FTIK) IAIN Batusangkar, Dr. Adripen, M.Pd
3. Bapak Dr. Dasril, S.Ag.,M.Pd selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Institut Agama Islam Negeri(IAIN) Batusangkar.
4. Ibuk Dra. Fadhilah Syafwar,M.Pd., selaku pembimbing yang telah bersabar membimbing peneliti serta kepada ibuk Dra. Hadiarni, M.Pd.,Kons. dan Dr. Silvianetri, M.Pd. Kons., selaku penguji.
5. Para dosen serta civitas akademik yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Teman-teman serta rekan-rekan mahasiswa Institut Agama Islam Negeri Batusangkar khususnya mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling angkatan 17 yang sama-sama berjuang dan menuntut ilmu serta pembelajaran lainnya dan selalu membantu jika penulis menghadapi kesulitan dan hambatan

Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini jauh dari sempurna, semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda kepada semua pihak yang turut membantu penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis berharap atas saran dan kritik yang bersifat membangun dari pembaca.

Batusangkar, Februari 2022
Penulis

Miftahul Jannah R
NIM.1730108035

ABSTRAK

Miftahul Jannah R. NIM 17 301 08 035 (2022). Judul skripsi: **“Pengaruh Konseling Kelompok terhadap Peningkatan Kontrol Diri Remaja Panti Asuhan Aisyiyah Putri Batusangkar”**. Jurusan Bimbingan dan Konseling Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar.

Salah satu permasalahan pokok yang terjadi di Panti Asuhan Aisyiyah Putri Batusangkar yaitu secara umum tahap kontrol diri remaja putri masih berada pada tahap sedang. Banyak faktor yang menyebabkan kontrol diri remaja putri masih berada pada tahap sedang, oleh karena itu diperlukan peranan guru BK dalam hal ini pemberian layanan konseling kelompok. Tujuan dilaksanakannya penelitian ini yaitu untuk melihat ada tidaknya pengaruh konseling kelompok terhadap kontrol diri remaja di Panti Asuhan Aisyiyah Putri Batusangkar.

Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian eksperimen semu. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja Panti Asuhan Aisyiyah Putri Batusangkar (sebanyak 19 orang), dengan penarikan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, sehingga diperoleh sampel sebanyak 10 orang. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu pemberian angket/kuesioner yang terlebih dahulu divalidasi oleh pakar.

Hasil penelitian menunjukkan, skor kontrol diri remaja sebelum diberikan konseling kelompok memiliki rata-rata sebesar 97.9. Setelah diberikan layanan konseling kelompok, terjadi peningkatan skor kontrol diri remaja menjadi 104.10 Berdasarkan hasil pengolahan data statistik menggunakan uji-t sampel berpasangan. diperoleh nilai t yaitu -5.167 dengan nilai sig. $0.001 < 0.05$, yang bermakna layanan konseling kelompok memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan kontrol diri remaja. Hasil analisis n-gain diperoleh kesimpulan pengaruh konseling kelompok terhadap kontrol diri remaja Panti Asuhan Aisyiyah Putri Batusangkar hanya sedang (0.609).

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	
PERSETUJUAN PEMBIMBING	
PENGESAHAN TIM PENGUJI	
BIODATA PENULIS	
KATA PERSEMBAHAN	
KATA PENGANTAR	i
ABSTRAK	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah	7
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat dan Luaran Penelitian	7
G. Definisi Operasional	8
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	10
1. Kontrol Diri	10
a. Pengertian kontrol diri	10
b. Manfaat kontrol diri	12
c. Ciri-ciri kontrol diri	13
d. Aspek-aspek dan jenis kontrol diri	14
e. Faktor-faktor mempengaruhi kontrol diri	16
f. Upaya pengembangan kontrol diri	18
2. Konseling Kelompok	19

a.	Pengertian konseling kelompok	19
b.	Tujuan konseling kelompok.....	20
c.	Komponen dalam konseling kelompok.....	21
d.	Asas konseling kelompok	22
e.	Tahapan konseling kelompok	23
B.	Penelitian yang Relevan	24
C.	Kerangka Berfikir.....	25
D.	Hipotesis	25
BAB III. METODE PENELITIAN		
A.	Jenis Penelitian.....	26
B.	Tempat dan Waktu Penelitian	29
C.	Populasi dan Sampel	29
D.	Pengembangan Instrumen	30
E.	Teknik Pengumpulan Data.....	33
F.	Teknik Analisis Data.....	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		
A.	Deskripsi Data.....	39
B.	Pengujian Hipotesis	70
C.	Pembahasan	74
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		
A.	Kesimpulan	78
B.	Saran	79
DAFTAR PUSTAKA		

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Konseling Kelompok	23
Tabel 3.2	Model Desain Pre-Eksperimen	28
Tabel 3.3	Kisi-Kisi Kontrol Diri	31
Tabel 3.4	Reliabilitas instrumen.....	33
Tabel 3.5	Skor Skala Likert dengan Alternatif Jawaban	34
Tabel 3.6	Rentang skor dan Klafikasi Kontrol Diri	36
Tabel 3.7	Klasifikasi dan Kriteria N-gain	38
Tabel 3.8	Rangkuman Skor Total Data Pre-Test Sampel	40
Tabel 3.9	Rangkuman Analisis Statistik Deskriptif Data Pre-Test Sampel.....	40
Tabel 4.0	Rangkuman Kategori Data Pre-Test untuk Indikator 1	41
Tabel 4.1	Rangkuman Kategori Data Pre-Test untuk Indikator 2	43
Tabel 4.2	Rangkuman Kategori Date Pre-Test untuk Indikator 3	45
Tabel 4.3	Kasus Layanan Konseling Kelompok.....	65
Tabel 4.4	Rangkuman Skor Total Data Pre-Test Sampel	66
Tabel 4.5	Rangkuman Hasil Statistik Deskriptif Data Post Test Sampel	67
Tabel 4.6	Rangkuman Kategori Data Post-Test untuk Indikator 1	68
Tabel 4.7	Rangkuman Kategori Data Pre-Test untuk Indikator 2	69
Tabel 4.8	Rangkuman Kategori Data Pre-Test untuk Indikator 3	70
Tabel 4.9	Tes Normalitas Data Pre Test	71
Tabel 4.10	Tes Normalitas Data Post Test.....	72
Tabel 4.11	Tes Homogenitas Data	73
Tabel 4.12	Rangkuman Uji-t Sampel Berpasangan	73
Tabel 4.13	Perbandingan antara Skor Pre-Test dan Post-Test.....	73

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Diagram Klasifikasi Pre-Test Indikator Kontrol Diri Perilaku	43
Gambar 4.2 Diagram Kriteria Data Pre-Test Indikator Mengontrol Perilaku	44
Gambar 4.3 Diagram Kriteria Data Pre-Test Indikator Kontrol Keputusan	67
Gambar 4.4 Diagram Klasifikasi Post-Test Indikator Kontrol Diri Perilaku	68
Gambar 4.5 Diagram Klasifikasi Post-Test Indikator Kontrol Pengetahuan	65
Gambar 4.6 Diagram Klasifikasi Pots-Test Indikator Kontrol Keputusan	65

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan salah satu periode dalam rentangan kehidupan manusia. Pada periode ini individu meninggalkan masa anak-anak dan mulai memasuki masa dewasa. Masa ini sangat labil, sehingga remaja mudah dipengaruhi berbagai faktor, seperti faktor dari dalam diri dan faktor dari luar diri individu. Faktor dari dalam diri individu seperti, gangguan psikologis yang meliputi perasaan tidak puas karena potensi fisik dan psikis tidak tersalurkan, nilai-nilai hidup yang dijunjung tinggi yang salah, dan mengalami gangguan emosi.

Remaja merupakan pribadi yang sedang berkembang menuju kematangan diri dan kedewasaan. Untuk itu remaja perlu membekali diri agar mampu mengontrol dirinya. Remaja perlu menjaga diri secara efektif agar memiliki kontrol diri yang positif. Remaja perlu menjadi diri yang mampu menciptakan interaksi sosial yang saling terbuka, saling memperhatikan kebutuhan teman dan saling mendukung. Individu remaja sering menilai diri sendiri seperti, siapa diri saya, dan bagaimana diri saya ini sering terbesit di dalam hati pertanyaan seperti itu merupakan suatu bentuk kontrol diri.

Kontrol diri merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama menjalani proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat dalam lingkungan sekitarnya. Sesuai dengan pendapat Calhaun dan Acocella dalam Nur Guhfron (2010:22)” kontrol diri sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri”.

Menurut Thomas F. Denson (2012)” kontrol diri dapat membantu individu dalam menurunkan agresi atau penyimpangan dengan mengembangkan aspek aturan atau norma yang berlaku”.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa kontrol diri merupakan salah satu kemampuan yang dimiliki individu dalam mempengaruhi dan mengatur proses fisik, psikologis, maupun tingkah lakunya. Jika individu mampu untuk mempengaruhi dan mengatur apa-apa yang ada dalam dirinya, maka individu tersebut sudah mampu untuk mengontrol dirinya contohnya, dalam mengatur proses fisik individu seperti dalam mengambil keputusan untuk memutuskan mengkonsumsi berbagai jenis makanan yang akan dimakan dengan mempertimbangkan kondisi kesehatannya.

Seseorang yang memiliki kontrol diri yang baik, mampu menyesuaikan dengan kondisi fisiknya, dan mengatur proses psikologis, yaitu ketika mengeluarkan pendapat ada individu mengontrol ucapannya sehingga tidak menyinggung perasaan orang lain, karena mereka yang sulit atau tidak mampu mengontrol dirinya serta tidak bisa mengendalikan emosinya.

Lazarus dalam Samsul Bahri Thalib (2010:107) berpendapat bahwa” kontrol diri menggambarkan keputusan individu melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun guna meningkatkan hasil dan tujuan tertentu sebagai mana yang diinginkan”. Menurut Goldfried dan Merbaum dalam M. Nur Ghufron (2010:22) bahwa “kontrol diri dapat diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi yang positif”.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa kontrol diri merupakan suatu kemampuan yang dimiliki individu untuk membimbing dan membentuk serta mengatur perilaku yang berasal dari dalam diri yang membawa individu ke arah yang lebih baik dan bermanfaat bagi diri sendiri dan lingkungannya. Dengan adanya kontrol diri yang baik maka mereka

akan mampu mengatasi kelemahan-kelemahan yang ada pada dirinya seoptimal mungkin, sehingga mereka dapat dikatakan sebagai manusia yang ideal. Manusia ideal yang mampu mengontrol diri menurut Sappington dalam Prayitno dan Erman Amti (1999:23) dicirikan sebagai berikut:

1. Secara sadar mampu mengontrol hidupnya sendiri
2. Melihat dan memahami diri sendiri dan dunia luarnya secara tepat
3. Menerima diri sendiri dengan segenap kekuatan dan kelemahannya
4. Penuh tenggang rasa terhadap orang lain
5. Mampu membangun hubungan yang akrab dan mendalam dengan sejumlah orang
6. Bertindak dengan motivasi untuk mencapai tujuan dan tidak sekedar untuk terhindar dari tekanan tertentu
7. Mampu untuk berubah, khususnya untuk hal-hal yang penting

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami bahwa individu harus mampu mengontrol dirinya secara sadar, sehingga dengan adanya kontrol diri yang baik maka individu tersebut mampu memahami dirinya dan lingkungan diluar dirinya. Jadi, individu tersebut bertindak dan berperilaku dengan motivasi untuk mencapai tujuan dan tidak sekedar untuk terhindar dari tekanan tertentu.

Menurut Ekasari dan Yuliyani (2012:03) bahwa “setiap remaja sangat memerlukan kontrol diri yang baik, dan kontrol diri memiliki peran yang cukup penting dalam pengendalian diri pada remaja dan bagaimana cara untuk mengatasi permasalahan yang dialami remaja”

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa kontrol diri sangat penting setiap remaja baik dalam mengendalikan dirinya dalam berbagai tindakan yang akan dilakukan oleh remaja dalam menjalankan tugas maupun kehidupan sehari-harinya.

Menurut Logue, A.W. dalam Achmad Juntika Nurihsan (2009:69) “pengendalian diri (*self control*) lebih menekankan pada pilihan tindakan yang akan memberikan manfaat dan keuntungan yang lebih luas dengan cara menunda kepuasan sesaat” Dari pendapat Logue dapat dipahami bahwa pengendalian diri sama dengan kontrol diri. Pengendalian diri atau

kontrol diri menyangkut cara individu dalam memilih tindakan yang tepat dengan mengenyampingkan kepuasan sesaat.

Nurihsan (2005) menambahkan,

Strategi pengendalian diri atau kontrol diri akan membekali siswa dalam menghadapi berbagai godaan yang akan menghambat dirinya berkembang dalam masyarakat. Para pelajar dan mahasiswa yang mampu mengendalikan diri akan mampu mengatasi kelemahan-kelemahan yang ada pada dirinya dan mampu mengembangkan potensi-potensi yang ada pada dirinya seoptimal mungkin.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa dengan adanya kontrol diri yang baik maka remaja akan mampu mengatasi kelemahan-kelemahan yang ada pada diri remaja serta mampu mengembangkan potensi-potensi yang ada pada dirinya seoptimal mungkin, sehingga remaja dapat dikatakan sebagai manusia yang ideal. Dan semakin bertambahnya umur remaja maka semakin susah pula remaja untuk mengontrol emosi, dan tindakan pada diri remaja tersebut. Maka melalui layanan konseling kelompok diharapkan para remaja dipanti asuhan aisyiyah mampu mengarahkan dan mampu mengontrol emosi dan diri remaja dipanti. Tujuan yang ingin dicapai dalam konseling kelompok yaitu pengembangan pribadi, pembahasan dan pemecahan masalah terselesaikan dengan cepat melalui bantuan anggota. Khususnya untuk mengarahkan remaja panti agar memiliki kontrol diri yang baik.

Jika merujuk pada Prayitno dalam Tohirin (2007: 181), tujuan konseling kelompok dapat dikelompokkan menjadi 2, yaitu tujuan umum dan tujuan khusus. Meskipun demikian, Prayitno, dkk (2017) menyatakan bahwa konseling kelompok merupakan salah satu bentuk bantuan yang diberikan guru BK kepada peserta didik dalam dinamika kelompok untuk pembahasan serta pengentasan masalah yang dialaminya dalam nuansa dinamika kelompok .

Layanan konseling kelompok merupakan upaya bantuan untuk dapat memecahkan masalah siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Layanan konseling kelompok memungkinkan siswa secara bersama-sama

memperoleh kesempatan bagi pembahasan dan pengentasan masalah melalui dinamika kelompok dalam konseling kelompok.

Kegiatan konseling kelompok ini sangat dibutuhkan, untuk mengentaskan masalah remaja panti, baik yang berkaitan dengan masalah dengan diri sendiri maupun kondisi sosial. Bertambahnya usia merupakan faktor yang mempengaruhi individu dalam mengentaskan masalah. Oleh karena itu, dengan mempelajari dan memahami dinamika kelompok yang ada, maka sangat berperan penting untuk meningkatkan kontrol diri.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hardi, Ermayulis dan Masril (2019) ditemukan bahwa “terdapat perbedaan signifikan antara peningkatan kontrol diri remaja sebelum dan sesudah pelaksanaan layanan konseling kelompok. Berdasarkan penelitian tersebut dapat dipahami bahwasanya permasalahan remaja dapat ditangani dengan melakukan konseling kelompok.

Lestari dan Nursalim (2019) menyatakan bahwa layanan konseling kelompok dianggap dapat menangani kasus degradasi kontrol diri yang menyimpang pada remaja karena di dalam konseling kelompok terdapat dinamika kelompok. Dengan dinamika kelompok akan meningkatkan komunikasi dengan orang lain atau komunikasi interpersonal. Dengan konseling kelompok, diharapkan remaja mampu mengasah kematangan kognitifnya sehingga remaja mampu membedakan antara yang salah atau yang benar, memposisikan pada posisi orang lain serta terlibat dalam kesanggupan macam-macam peraturan.

Hal tersebut nantinya akan membantu individu dalam bertingkah laku agar dapat sejalan dengan lingkungannya. Apalagi bagi mereka yang baru tinggal di panti asuhan tersebut sulit menyesuaikan diri dengan teman sebaya maupun dengan lingkungan sekitarnya. Mereka dituntut untuk belajar mandiri tidak bergantung pada orang tua. Kondisi yang seperti ini dapat mengganggu kejiwaan pada remaja, dan sangat memungkinkan untuk melakukan hal-hal yang tidak baik seperti, malas mengikuti kegiatan, menangis, berkelahi, dan mengambil hak orang lain. Dan disini kita bisa

melihat ciri-ciri orang atau individu yang belum bisa mengontrol dirinya seperti, tidak bisa menahan emosi, cenderung bersifat egois, dan mudah marah.

Sebelum peneliti melakukan penelitian di panti, peneliti melakukan wawancara pada hari jumat tanggal 26 maret 2021 dengan salah satu orang anak panti dan permasalahan yang sering terjadi di panti asuhan Aisyiyah antara lain, tiba-tiba remaja sedih karena ada masalah dengan teman satu kamarnya dan meluapkan kesalahan dengan orang lain. Remaja keluar panti tanpa meminta izin dari pengasuh panti asuhan, terlalu cepat mengambil keputusan tanpa mempertimbangkan secara matang, belum bisa menggunakan waktu luangnya dengan baik. Masalah ini terjadi karena remaja belum bisa mengontrol dirinya sendiri, sehingga dapat merugikan diri sendiri dan orang lain. Untuk mengentaskan kasus yang muncul pada remaja maka konseling kelompok dapat digunakan sebagai alternatif di Panti Asuhan Aisyiyah agar remaja panti dapat mengembangkan kontrol dirinya dengan baik.

Dilihat dari permasalahan yang dialami oleh remaja panti asuhan tersebut bahwa sangat dibutuhkannya rasa kontrol diri yang sangat tinggi untuk menunjang kehidupan dan keadaan dirinya di panti asuhan tersebut. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan konseling kelompok. Untuk itu, peneliti tertarik melihat seberapa besar pengaruh layanan konseling kelompok terhadap kontrol diri remaja di panti asuhan tersebut melalui skripsi dengan judul” **Pengaruh Konseling Kelompok terhadap Peningkatan Kontrol Diri Remaja Panti Asuhan Aisyiyah Putri Batusangkar**”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas dapat diidentifikasi masalahnya yaitu:

1. Pembinaan remaja di Panti Asuhan Aisyiyah Putri Batusangkar

2. Kondisi sosial psikologis remaja diPanti Asuhan Aisyiyah Putri Batusangkar
3. Kontrol diri remaja diPanti Asuhan Aisyiyah Putri Batusangkar
4. Pengaruh Konseling Kelompok terhadap kontrol diri remaja di Panti Asuhan Aisyiyah Putri Batusangkar

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka batasan masalah yang akan diungkap dalam penelitian ini ialah Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Peningkatan Kontrol diri Remaja Panti Asuhan Aisyiyah Putri Batusangkar.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah ”Apakah Konseling Kelompok berpengaruh secara signifikan terhadap Kontrol Diri Remaja di Panti Asuhan Aisyiyah Putri Batusangkar?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukannya penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok terhadap kontrol diri remaja Panti Asuhan Aisyiyah Putri Batusangkar.

F. Manfaat dan Luaran Penelitian

Adapun hasil penelitian ini, diharapkan dapat memberikan manfaat antara lain:

1. Sebagai tambahan referensi di perpustakaan IAIN Batusangkar
2. Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana strata satu (S1), pada Jurusan Bimbingan dan Konseling pada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar

3. Sebagai sumbang pemikiran dapat dijadikan sebagai masukan untuk mengatasi masalah remaja
4. Sebagai referensi peneliti dalam memahami perkembangan remaja pada panti asuhan

Adapun luaran penelitian yang diharapkan dalam penelitian ini antara lain, yaitu:

1. Laporan hasil penelitian yang dibuat dalam bentuk skripsi
2. Artikel penelitian yang bisa dipublikasikan pada jurnal ilmiah

G. Defini Operasional

Dalam menjalankan penelitian ini, peneliti mendefinisikan istilah yang akan digunakan agar lebih operasional. Selain itu, juga untuk menghindari kerancuan dan ambiguitas dalam memahami istilah yang digunakan.

1. Kontrol Diri

Goldfried dan Merbaum dalam Nur Ghufro dan Rini Risnawita S (2010:22) adalah “suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif”. Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa kontrol diri merupakan kemampuan seseorang dalam menyusun, mengatur, serta mengarahkan bentuk-bentuk perilaku, sehingga dapat membawa seseorang tersebut ke arah yang lebih baik dan positif, serta bermanfaat bagi diri sendiri juga orang lain. Aspek kontrol ini memiliki 3 indikator seperti kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol keputusan

2. Konseling Kelompok

Prayitno (2013:307) menjelaskan bahwa konseling kelompok adalah usaha pemberian bantuan yang diberikan oleh seorang konselor kepada orang-orang yang membutuhkan untuk mengentaskan masalah yang sedang dihadapinya dalam suasana kelompok. Artinya semua orang atau anggota kelompok saling berinteraksi, bebas mengeluarkan

pendapat pendapat, menanggapi, memberikan saran yang bermanfaat untuk diri peserta yang bersangkutan maupun untuk peserta lainnya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Kontrol Diri

a. Pengertian Kontrol Diri (*Self Control*)

Kontrol diri merupakan salah satu kemampuan seseorang dalam menjalani kehidupannya. Setiap individu yang memiliki kontrol diri akan mampu mengarahkan, membimbing serta bisa mengatur tingkah laku ke arah yang lebih baik dan positif. “Kontrol diri juga merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri serta lingkungannya. Menurut Calhoun dan Acocella dalam Nur Ghufron dan Rini Risnawita S (2010:21) adalah “ sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain membentuk perilakunya sendiri”.

Dari pendapat di atas dapat dijelaskan bahwa kontrol diri merupakan salah satu kemampuan yang dimiliki individu dalam mengatur proses fisik, psikologis, dan dapat membentuk perilaku seseorang. Jika individu tersebut mampu untuk mengatur dan membentuk apa yang ada dalam dirinya, maka individu tersebut telah mampu untuk mengontrol dirinya. Contohnya individu tidak mampu dalam mengontrol emosi dalam mengeluarkan pendapat, sehingga dapat menyebabkan orang lain tersinggung.

Goldfried dan Merbaum dalam Nur Ghufron dan Rini Risnawita S (2010:22) mengatakan bahwa kontrol diri adalah “suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif”. Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa kontrol diri merupakan kemampuan seseorang dalam menyusun, mengatur, serta mengarahkan bentuk-bentuk perilaku,

sehingga dapat membawa seseorang tersebut ke arah yang lebih baik dan positif, serta bermanfaat bagi diri sendiri juga orang lain.

Logue (1995:70) mengatakan bahwa kontrol diri (*self control*) adalah” tindakan menahan diri untuk tidak melakukan perbuatan-perbuatan yang akan merugikan dirinya di masa kini maupun dimasa yang akan datang. Berdasarkan penjelasan di atas dapat di pahami bahwa kontrol diri merupakan tindakan untuk tidak melakukan perbuatan yang akan merugikan diri individu baik dimasa sekarang maupun dimasa sekarang maupun di masa yang akan datang.

Menurut Nur Ghufron dan Rini Risnawita S (2010:22) bahwa, Kontrol diri merupakan sebuah kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecendrungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, dan menutup perasaannya.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri sebagai kemampuan individu dalam mengontrol dan mengelola perilaku, sehingga dapat menampilkan diri sebagai orang yang mampu berhubungan dan berinteraksi baik dengan orang lain. Kontrol diri sangat diperlukan dalam berhubungan dengan orang lain, menyenangkan bagi orang lain, menarik perhatian orang lain, mengubah perilaku, dan dapat diterima di lingkungannya dimana dia berada.

Djali (2008:30) berpendapat bahwa “kontrol diri berarti kemampuan untuk mengontrol impuls mereka, dan perasaan remaja bahwa mereka dapat mengendalikan kejadian atau peristiwa di sekeliling mereka.” Menurut pendapat di atas kontrol diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengendalikan dorongan-dorongan yang ada dalam diri, sehingga dapat mengendalikan kejadian-kejadian atau peristiwa yang ada di sekitar mereka.

Jadi dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri adalah suatu potensi yang ada dalam diri seseorang individu yang memiliki kontrol diri akan mampu mengontrol dorongan-dorongan yang muncul dalam dirinya. Tindakan menahan diri untuk tidak melakukan perbuatan-perbuatan yang merugikan diri sendiri yang tidak bermanfaat dan berguna untuk masa kini dan masa yang akan datang.

b. Manfaat kontrol diri

Individu yang dapat mengendalikan diri atau kontrol diri dengan baik, maka ia akan memperoleh keuntungan yang positif, menurut Calhoun dan Acocella (1990) kontrol diri diperlukan karena dua alasan yaitu:

1. Alasan sosial, yaitu individu tidak hidup sendiri akan tetapi dalam kelompok masyarakat, maka individu harus mampu mengontrol perilakunya agar tidak mengganggu ketentraman sosial atau mengganggu kenyamanan dan keamanan orang lain.
2. Alasan personal, yaitu bahwa kontrol diri dibutuhkan individu untuk mengenal kemampuan, kebaikan dan hal-hal lain diinginkan dari kebudayaannya, sehingga individu harus terus-menerus belajar mengontrol dorongan-dorongan dalam dirinya.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa ada dua alasan kenapa kontrol diri dibutuhkan yaitu alasan sosial dan alasan personal. Alasan sosial dikarenakan individu tidak bisa hidup sendiri sehingga dalam kelompok masyarakat, individu tersebut harus mampu bisa mengontrol dirinya dari pengaruh stimulus atau rangsangan dari luar. Alasan personal bermakna individu tersebut harus mampu mengontrol diri dari rangsangan dari dalam dirinya sendiri.

Individu yang mampu mengontrol diri dengan baik, akan memperoleh keuntungan yang banyak dalam menjalani kehidupannya. Keuntungan atau manfaat yang diperoleh seperti,

mampu menyelesaikan persoalan, bertanggung jawab dan sebagainya. Hal ini sesuai dengan apa yang di ungkapkan oleh Ahmad Juntika Nuhrihsan (2005:72-73) bahwa orang yang dapat mengendalikan diri memiliki beberapa manfaat, yaitu sebagai berikut:

- a. Mampu menghadapi tantangan, godaan dan rintangan
- b. Mampu berkonsentrasi dalam bekerja
- c. Mampu mengembangkan hubungan yang tulus dan akrab dengan orang lain.
- d. Lebih bertanggung jawab
- e. Dan lebih bisa mengendalikan diri pada saat banyak masalah (frustasi)

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki kontrol diri yang baik akan memperoleh manfaat seperti mampu untuk menghadapi tantangan dan persoalan baik itu yang berasal dari dalam diri maupun luar diri individu. Selain itu individu juga akan mudah untuk berinteraksi dan bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Hal yang lebih penting adalah individu mampu untuk mengatasi masalah-masalah yang dihadapi.

c. Ciri-ciri kontrol diri yang baik

Individu yang memiliki kontrol diri tinggi akan mampu mengendalikan diri dalam berperilaku, emosi, maupun dalam mengambil keputusan, sehingga masing-masing individu memiliki kemampuan mengontrol diri pada tiap-tiap individu atau remaja dapat kita lihat dari ciri-cinya, menurut Logue (1995:7) orang yang mampu memiliki kontrol diri adalah sebagai berikut:

1. Memegang teguh atau tetap bertahan dengan tugas yang seharusnya ia kerjakan, walaupun banyak gangguan
2. Mengubah perilaku sendiri melalui perubahan dari beberapa pengaruh aturan norma yang ada
3. Tidak menunjukkan atau melibatkan perilaku yang mempengaruhi oleh emosional

4. Bersifat toleran terhadap sesama individu

Menurut pendapat di atas orang yang memiliki kontrol diri yang baik adalah pertama, orang yang mampu memegang teguh atau tetap bertahan dengan tugas yang seharusnya ia kerjakan, walaupun dalam mengerjakan tugas banyak rintangan dan gangguannya. Kedua, individu yang mampu mengubah perilaku sendiri melalui perubahan-perubahan dari beberapa pengaruh aturan norma-norma yang harus di taati. Ketiga, individu tidak menunjukkan atau terjerumus dalam perilaku-perilaku yang dipengaruhi oleh emosional, sehingga dapat melakukan perilaku menyimpang. Keempat, individu mampu bersifat toleran terhadap sesama supaya bisa saling menghargai satu sama lain. Dan apabila individu yang telah mampu menerapkan ciri-ciri kontrol diri di atas, maka individu tersebut mampu untuk memiliki kontrol diri yang baik.

Dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki kontrol diri yang baik adalah individu yang mampu menghadapi rintangan dan masalah dalam kehidupannya. Individu yang mampu mengontrol diri akan mempunyai kemampuan dalam memegang teguh atau bertahan dengan rintangan-rintangan dan masalah kehidupannya.

d. Aspek-aspek dan jenis kontrol diri.

Kontrol diri dikenal juga dengan *control personal*. Menurut Averil dalam M. Nur Ghufon dan Rini Risnawita S (2010:29), *control personal* terdiri dari tiga aspek yaitu “kontrol perilaku (*behavioral control*), kontrol kognisi (*cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*decission control*).

a. Kontrol perilaku

Mengontrol perilaku adalah kemampuan untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan.

Menurut pendapat M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita Suminta (2010:30) yang mengungkapkan bahwa kontrol perilaku merupakan “kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan”. Kemampuan mengontrol perilaku dibedakan atas dua yaitu “kemampuan mengatur pelaksanaan dan kemampuan mengatur stimulus”.

Berdasarkan pendapat diatas dapat di pahami bahwa kemampuan mengontrol perilaku ada dua yaitu pertama, mengatur pelaksanaan yaitu menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan, dirinya sendiri atau orang lain maupun sesuatu diluar dirinya. Kedua, kemampuan mengatur stimulus merupakan suatu kemampuan yang digunakan dalam rangka memfilter stimulus-stimulus yang ada. Apabila stimulus yang diterima bersifat positif maka stimulus tersebut boleh untuk diterima, sebaliknya apabila stimulus yang diterima negatif maka hal yang dilakukan adalah dengan cara mencegah dan mnghindari.

b. Kontrol kognitif (*cognitive control*)

Mengontrol kognitif merupakan salah satu aspek kontrol diri yang perlu dikembangkan oleh individu dalam menafsirkan dan menilai peristiwa. Menurut M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita Suminta (2010:30) bahwa “kontrol kognitif merupakan kemampuan individu untuk mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menilai, menafsirkan, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan”.

Berdasarkan pendapat diatas dapat dipahami bahwa kontrol kognitif dengan kemampuan individu dalam mengelola informasi.. Beranjak dari pendapat diatas dapat dipahami bahwa kemampuan memperoleh informasi merupakan suatu

upaya yang dilakukan oleh individu untuk mendapatkan informasi sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan.

c. Mengontrol keputusan (*decision control*)

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada suatu yang diyakinkan atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan atau tindakan. Maka untuk mengukur kontrol diri, digunakan aspek-aspek Averill dalam M.Nur Ghufro dan Rini Risnawita Suminta (2010:111) yaitu: “ a) kemampuan mengontrol perilaku. b) kemampuan mengontrol stimulus. c) kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian. d) kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian. e) kemampuan mengambil keputusan”.

Alasan penggunaan aspek-aspek di atas, untuk mengukur tingkat kontrol diri yang dimiliki oleh individu yaitu dapat mengidentifikasi jenis kontrol diri yang digunakan oleh individu lebih jelas dan lebih rinci. Hal ini disebabkan pada konsep ini dapat diketahui aspek-aspek yang digunakan oleh individu dalam melakukan proses pengontrolan diri.

e. **Faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri**

Kontrol diri seseorang pada dasarnya ada yang mempengaruhinya yaitu faktor dari luar diri dan faktor yang berasal dari dalam diri individu. Menurut M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita S (2010:32) “kontrol diri dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal”.

1. Faktor internal

Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri sendiri tanpa ada pengaruh dari luar. Menurut M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita S (2010:32) “faktor internal adalah faktor-faktor yang berasal dari diri individu yang

dapat mempengaruhi kontrol diri seseorang”. Berdasarkan pendapat tersebut faktor internal yang mempengaruhi kontrol diri ini adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan kontrol diri individu tersebut.

Individu yang sudah beranjak kepada dewasa awal akan mampu mempertimbangkan kemungkinan untuk menyelesaikan masalah dan mempertanggung jawabkannya. Individu tersebut akan memiliki kemampuan kemampuan berpikir yang matang dari pada kemampuan berfikir ketika remaja, begitu juga dengan kemampuan kontrol diri yang dimilikinya baik dalam mengontrol perilaku, mengontrol kognitif, dan mengontrol keputusannya.

2. Faktor eksternal

Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar diri individu. Menurut M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S (2010:32) “ lingkungan keluarga terutama orang tua sangat menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang”. Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa dalam lingkungan keluarga, terutama orang tua, salah satu yang mempengaruhi adalah pola asuh orang tua akan menentukan kemampuan mengontrol diri remaja.

Pola asuh orang tua dari kecil sangat menentukan kemampuan kontrol diri remaja, Hermanto menjelaskan bahwa: Pola asuh orang tua dalam mendidik remaja dengan menerapkan sikap disiplin kepada anak sejak kecil dan orang tua bersikap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan remaja, bila ia menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka sikap konsistensi ini akan di internalisasi oleh remaja dan kemudian akan menjadi kontrol diri bagi remaja.

Berdasarkan pendapat di atas bahwa orang tua adalah posisi penting dan menentukan pembentukan, kepribadian

remaja. Pola asuh orang tua sejak kecil menentukan kontrol diri seorang remaja. Apabila remaja dididik disiplin dengan baik maka itu akan menjadi remaja pribadi yang matang secara psikologis.

Remaja yang dididik dengan disiplin oleh orang tuanya ia akan mampu mengendalikan segala dorongan yang ada dalam dirinya dengan pertimbangan yang matang yaitu dengan memperhatikan keuntungan dan kerugian dari tindakan yang akan dilakukannya. Dengan kata lain, baik buruknya remaja ditentukan oleh cara didikan orang tua terhadap remaja semenjak kecil.

f. Upaya mengembangkan kontrol diri.

Kontrol diri dapat ditingkatkan dengan pemahaman agama yang kuat. Orang yang memiliki nilai-nilai agama yang kuat akan mampu untuk mengontrol sikap dan perilakunya. Karena agama mempunyai peranan penting dalam mengendalikan diri seseorang. Wandersman dalam Syamsul Bahri Thalib (2010:112) menyatakan bahwa ada tiga strategi yang digunakan untuk mengembangkan kontrol diri di antaranya:

1. Membuat atau memodifikasi lingkungan menjadi responsif atau menunjang tujuan-tujuan yang ingin dicapai oleh individu. Pada prinsipnya arah ini menempatkan objek (lingkungan) sebagai pusat/sentral pengembangan
2. Memperbanyak informasi dan kemampuan untuk menghadapi atau menyesuaikan diri dengan lingkungan
3. Menggunakan secara lebih efektif kebebasan memilih dalam pengaturan lingkungan

Berdasarkan pendapat di atas dapat dijelaskan bahwa untuk mengembangkan atau meningkatkan kontrol diri yaitu, pertama dengan memodifikasikan lingkungan agar menjadi responsif dan dapat menunjang tujuan yang ingin dicapai. Kedua, memperbanyak informasi dan kemampuan untuk penyesuaian diri dengan

lingkungan. Ketiga, menggunakan lebih efektif kebebasan memilih pengaturan lingkungan.

Individu yang memikirkan kesenangan sesaat merupakan individu yang tidak memiliki kontrol diri. Kontrol diri dalam islam sangat dianjurkan bagi setiap muslim supaya dapat merealisasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Setiap individu harus diwajibkan untuk selalu berintrospeksi dari apa yang telah dilakukan terutama masalah.

2. Konseling Kelompok

a. Pengertian Konseling Kelompok

Division of Counseling Psychology (2012) menyebutkan bahwa konseling merupakan proses membantu individu (konseli) oleh ahli (konselor) guna mengatasi hambatan-hambatan yang terjadi sehingga konseli dapat mencapai perkembangan yang optimal. Dalam prosesnya, konseli menceritakan apa yang menjadi permasalahan, kemudian proses konseling ini akan bermuara pada terpecahkannya masalah konseli. Bimbingan dan konseling dilakukan konselor sebagai bentuk pelayanan dalam mengupayakan pendidikan dan perkembangan peserta didik agar berjalan sesuai yang diharapkan.

Pelayanan bimbingan dan konseling ini juga dapat diberikan oleh konselor kepada individu (konseli) selain peserta didik yang memiliki permasalahan dan membutuhkan bantuan, dalam hal ini yaitu masyarakat umum dari berbagai kalangan mulai dari anak-anak, remaja hingga lanjut usia.

Menurut Tohirin (2007:181), konseling kelompok merupakan proses pemberian bantuan kepada individu yang mengalami masalah pribadi dengan kegiatan kelompok agar perkembangan yang optimal dapat dicapai individu tersebut. Adapun menurut Dewa Ketut Sukardi (2008:220), konseling kelompok merupakan

layanan yang menggunakan dinamika kelompok dengan membahas masalah-masalah perorangan yang muncul dalam kelompok tersebut dan terdiri dari berbagai bidang bimbingan yaitu bidang pribadi, sosial, karir, dan belajar.

Pada dasarnya, konseling kelompok itu sendiri merupakan proses pemberian bantuan kepada konseli dengan suasana kelompok. Sama halnya dengan konseling individu, pada konseling kelompok juga terdapat hubungan yang baik antara konselor dan beberapa konseli yang tergabung di dalamnya, terbuka, hangat, dan penuh keakraban. Pada konseling kelompok juga proses konseling mencari sebab-sebab terjadinya masalah serta bermuara pada penyelesaian masalah.

b. Tujuan Konseling Kelompok

Menurut Prayitno,dkk (2017:181), tujuan umum konseling yaitu mengembangkan kemampuan sosial, komunikasi, kepercayaan diri, kepribadian, dan mampu memecahkan masalah yang berlandaskan ilmu dan agama. Tujuan layanan konseling kelompok secara khusus diantaranya :

1. Membahas kasus yang dialami serta perlu dituntaskan konseli
2. Berkembangnya sikap, pikiran dan perasaan serta perilaku saat berkomunikasi
3. Individu dapat mengatasi permasalahannya dengan cepat
4. Terpecahkannya masalah individu dan mencari masukan yang baik untuk anggota konseling kelompok yang lainnya.

Menurut Winkel dalam Hastuti (2005) dijelaskan bahwa tujuan konseling kelompok adalah sebagai berikut :

- a. Masing-masing konseli memahami dirinya dengan lebih baik lagi.
- b. Konseli mampu mengembangkan komunikasi satu sama lain, sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan.
- c. Konseli memperoleh kemampuan untuk mengatur dirinya sendiri.
- d. Konseli menjadi lebih empati terhadap orang lain.

- e. Konseli mampu menetapkan apa yang ingin mereka capai yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku konstruktif.
- f. Konseli lebih menyadari dan menghayati makna dari kehidupan manusia sebagai kehidupan bersama, yang mengandung tuntutan untuk menerima orang lain dan harapan yang akan diterima orang lain.
- g. Konseli belajar berinteraksi dengan anggota kelompok secara terbuka dengan saling menghargai dan saling menaruh perhatian.

Dari uraian di atas maka tujuan konseling kelompok adalah untuk mengembangkan perasaan, empati, kemampuan interaksi dan komunikasi, saling menghargai, persepsi, wawasan, sikap, dan kemampuan sosial sehingga masalah-masalah yang dihadapi konseli dapat terpecahkan.

c. Komponen dalam Konseling kelompok

Didalam konseling kelompok, terdapat 3 komponen (Prayitno, dkk, 2017: 137) yaitu:

- a. Pemimpin konseling kelompok, pemimpin kelompok merupakan komponen yang penting dalam kegiatan konseling kelompok. Dalam hal ini pemimpin bukan saja mengarahkan perilaku anggota sesuai dengan kebutuhan melainkan juga harus tanggap terhadap segala perubahan yang berkembang dalam kelompok tersebut. Dalam hal ini menyangkut adanya peranan pemimpin konseling kelompok, serta fungsi pemimpin kelompok.
- b. Anggota konseling kelompok, keanggotaan merupakan unsur pokok dalam proses kehidupan konseling kelompok, dapat dikatakan bahwa tidak ada anggota yang tidak mungkin ada sebuah kelompok. Untuk keanggotaan konseling kelompok yang ideal adalah 6 orang meskipun pada umumnya anggota berjumlah 4-10 orang. Kegiatan atau kehidupan konseling kelompok itu sebagian besar dirasakan atas peranan anggotanya.
- c. Dinamika Konseling Kelompok, dinamika konseling kelompok adalah suasana konseling kelompok yang hidup, ditandai oleh semangat bekerja sama antar anggota konseling kelompok untuk mencapai tujuan konseling kelompok. Dinamika ini sangat penting karena selain melatih kemampuan interaksi dan juga komunikasi anggota, juga melatih kepekaan sosial, empati serta solidaritas antar sesama anggota.

d. Asas Konseling Kelompok

Pelaksanaan konseling kelompok terdapat asas-asas yang perlu digunakan untuk mempermudah dan memperlancar pelaksanaan layanan konseling kelompok. Apabila asas-asas itu diikuti dan terselenggara dengan baik sangat dapat diharapkan proses pelayanan mengarah pada pencapaian tujuan yang di harapkan. Menurut Prayitno (2004:43), terdapat beberapa asas konseling kelompok seperti:

- a. Asas kerahasiaan, yaitu segala sesuatu yang dibicarakan klien kepada konselor tidak boleh di sampaikan kepada orang lain lebih-lebih hal yang tidak layak diketahui oleh orang lain.
- b. Asas kesukarelaan, yaitu proses bimbingan dan konseling harus berlangsung atas dasar kesukarelaan, baik dari pihaksi terbimbing atau klien, maupun dari pihak konselor. klien diharapkan secara suka rela tanpa ragu-ragu ataupun merasa terpaksa dalam menyampaikan masalah yang di hadapinya.
- c. Asas keterbukaan individu yang membutuhkan bimbingan diharapkan dapat berbicara sejujur mungkin dan berterus terang tentang dirinya sendiri sehingga dengan keterbukaan ini penelaahan serta pengkajian sebagai kekuatan dan kelemahan dapat dilaksanakan.
- d. Asas kekinian masalah yang dialami individu ialah masalah yang sedang dirasakan bukan masalah yang terjadi di masa lampau. apabila berkaitan dengan masa lalu, ma itu akan menjadi latar belakang dalam kegiatan konseling. Asas ini juga berarti bahwa konselor tidak boleh menunda-nunda dalam memberikan bantuan kepada konseli.
- e. Asas kemandirian, asas kemandirian dimaksudkan karena pelayanan bimbingan dan konseling bertujuan untuk menjadikan konseli mandiri dan dapat berdiri sendiri, tidak ketergantungan dengan orang lain dan dengan konselor.
- f. Asas kegiatan, asas ini merujuk pada konnseling “multi dimensional” yang tidak hanya mengandalkan transaksi verbal antara konseli dan konselor, namun juga mengakomodir dinamika kelompok antar anggota, sehingga suasana yang terbentuk cukup dinamis.

Berdasarkan asas-asas diatas bahwa dari enam asas tersebut yang digunakan dalam layanan konseling kelompok di Panti Asuhan Aisyiyah Batusangkar yaitu Kerahasiaan, Kesukarelaan, Ketebukaan, Kekinian, Kemandirian, Kegiatan.

e. Tahapan Konseling Kelompok

Tahapan dalam konseling kelompok serta tugas pemimpin kelompok dan anggota kelompok dijelaskan pada tabel dibawah ini.

Tabel 3.1 Konseling Kelompok

NO	Tahap Konseling Kelompok	Tugas Pemimpin Kelompok	Tugas Anggota Kelompok
1	Pembentukan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengajak anggota kelompok untuk berdoa 2. Memperkenalkan KKP 3. Berkenalan diri 4. Memberitahu aas-asas KKP 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anggota kelompok berdoa 2. Mendengarkan penjelasan tentang KKP 3. Anggota kelompok saling berkenalan
2	Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjelaskan tujuan kegiatan 2. Menanyakan kesiapan 3. Memulai masuk ketahap kegiatan 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anggota kelompok menyiapkan diri untuk masuk ketahap selanjutnya
3	Kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membahas kasus 2. Mengajak anggota kelompok untuk aktif dalam diskusi terhadap kasus yang dibahas 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anggota kelompok membahas kasus hingga selesai 2. Anggota kelompok mencari pemecahan masalah terhadap kasus yang dibahas
4	Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memberi penguatan terhadap materi yang di bahas 2. Menutup rangkaian pelaksanaan KKP 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengungkapkan pandangan anggota kelompok terhadap kasus 2. Diskusi tindak lanjut kegiatan 3. Mengakhiri kegiatan

Sumber: Prayitno (2004:18).

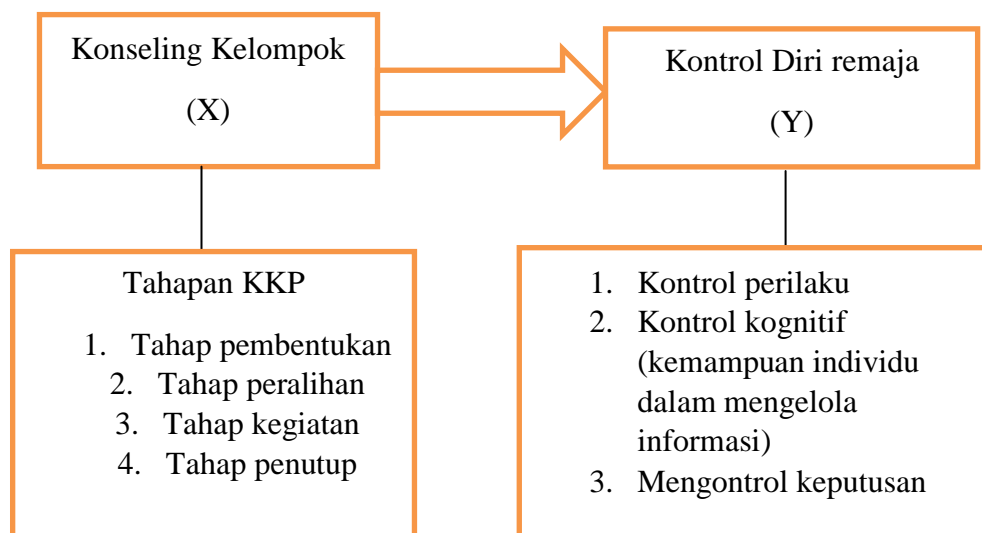
B. Kajian Penelitian yang Relevan.

Adapun penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah:

- a. Hasil penelitian Emeliya Hardi, Desi Ermayulis dan Masril (2019) yang berjudul “Pengaruh Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa”. Hasil penelitian menunjukkan, konseling kelompok dengan pendekatan CBT memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan kontrol diri siswa di SMAN 1 Batipuh. Perbedaan antara kajian ini dengan kajian peneliti yaitu pada tiga aspek, yaitu subjek penelitian dan lokasi penelitian. Subjek yang peneliti kaji yaitu remaja, bukan siswa sekolah menengah serta lokasi penelitian di panti asuhan, bukan di sekolah. Selain itu, peneliti hanya menggunakan konseling kelompok saja tanpa menggunakan pendekatan CBT.
- b. Hasil penelitian Fahmia Ayu Lestari dan Mochamad Nursalim (2019) yang berjudul “Layanan Konseling Kelompok Strategi *Self-Management* untuk Meningkatkan Kontrol Diri Terhadap Kedisiplinan Siswa Kelas XI SMA Negeri 11 Surabaya”. Hasil penelitian menunjukkan, layanan konseling kelompok strategi *self-management* dapat meningkatkan kontrol diri terhadap kedisiplinan siswa. Perbedaan antara kajian ini dengan kajian peneliti yaitu pada tiga aspek, yaitu subjek penelitian dan lokasi penelitian. Subjek yang peneliti kaji yaitu remaja, bukan siswa sekolah menengah serta lokasi penelitian di panti asuhan, bukan di sekolah. Selain itu, peneliti hanya menggunakan konseling kelompok saja tanpa menggunakan strategi *self-management*
- c. Hasil penelitian Monica Priskila, Erfan Ramadhani serta Endang Surtiyono (2021) yang berjudul “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas XI SMK Muhammadiyah 2 Palembang”. Hasil penelitian menunjukkan, layanan konseling kelompok menggunakan teknik modeling berpengaruh terhadap peningkatan *self-control* siswa.

Perbedaan antara kajian ini dengan kajian peneliti yaitu pada tiga aspek, yaitu subjek penelitian dan lokasi penelitian. Subjek yang peneliti kaji yaitu remaja, bukan siswa sekolah menengah serta lokasi penelitian di panti asuhan, bukan di sekolah. Selain itu, peneliti hanya menggunakan konseling kelompok saja tanpa menggunakan teknik *modeling*.

C. Kerangka Berfikir



Berdasarkan kerangka berfikir di atas dapat dipahami bahwa layanan konseling kelompok dengan *treatment* yang akan penulis berikan, maka diharapkan agar terciptanya aspek-aspek kontrol diri dalam diri remaja, sehingga adanya peningkatan kontrol diri pada diri remaja.

D. Hipotesis

Hipotesis yang peneliti ajukan dalam penelitian ini, yaitu:

1. H_0 : tidak terdapat pengaruh konseling kelompok terhadap kontrol diri remaja panti asuhan Aiyiyah Putri Lima Kaum Batusangkar
2. H_a : terdapat pengaruh konseling kelompok terhadap kontrol diri remaja panti asuhan Aiyiyah Putri Lima Kaum Batusangkar

Jika disajikan dalam bentuk hipotesis statistik, maka dapat dituliskan sebagai berikut:

$$H_0 : \mu_1 = \mu_2$$

$$H_a : \mu_1 > \mu_2$$

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

1. Penelitian Eksperimen

Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen, dengan pendekatan penelitian kuantitatif. Tujuan penelitian ini untuk memprediksi, mengontrol, mengkonfirmasi dan menguji hipotesis penelitian eksperimen menggunakan statistik dalam mengolah data, menganalisis data. Soekarno dalam Abdul Halim Hanafi (2011:166) mengemukakan pengertian penelitian eksperimen yaitu:

Suatu bentuk penelitian yang dilakukan melalui percobaan, dimana dimana peneliti bisa mengubah atau memanipulasi variabel bebas untuk mengetahui dampak dari variabel tersebut, percobaan yang dilakukan antara kelompok yang diberi perlakuan (*treatment*) dengan kelompok lain sebagai kelompok pengontrol, maka hasilnya pun diharapkan merupakan akibat dari percobaan tersebut.

Moh Kasiram (2010:211) mengatakan, penelitian eksperimen adalah “model penelitian dimana penelitian memanipulasi suatu stimuli dan kondisi, kemudian mengobservasi pengaruh atau akibat dari perubahan stimuli atau kondisi tersebut pada objek yang dikenai stimuli atau kondisi tersebut”. Berdasarkan pendapat tersebut peneliti melakukan eksperimen dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh X (Konseling kelompok) terhadap Y (kontrol diri remaja).

2. Desain Penelitian

Menurut Abdul Halim Hanafi (2011:173) Desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Pre-Exsperimental design* dengan tipe *one group pre-test and post-test design*. Dalam arti hanya kelompok eksperimen saja yang akan diukur berdasarkan dari *treatment* yang diberikan, pelaksanaannya dengan cara memberikan pretest terlebih dahulu sebelum diberi tindakan, sehingga dapat melihat pengaruh tindakan (*treatment*)

yang diberikan terhadap remaja setelah itu baru diberikan post-test untuk mengukur seberapa besar pengaruh yang muncul setelah diberikan *treatment*. Untuk lebih jelas dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.2
Model Desain Pre-Eksperimen

Group (kelompok)	Pretest	Treatment	Posttest
Eksperiment	O1	X	O2

Pada penelitian ini peneliti melakukan penelitian kepada sekelompok sampel dimana sampel tersebut hanya satu kelompok tanpa ada kelompok pembanding (kelompok kontrol) sebelum kelompok eksperimen diberi *treatment* (X), maka terlebih dahulu diberi tes (O1), untuk melihat kondisi kelompok, setelah itu baru diberikan *treatment* (X) kepada kelompok eksperimen dan kemudian diberi tes kembali (O2) dan hasilnya dibandingkan dengan hasil tes.

Penelitian eksperimen ini akan dapat dilihat dengan cara seberapa besar variabel bebas memberikan pengaruh terhadap variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah konseling kelompok sedangkan variabel terikatnya adalah kontrol diri remaja setelah diberikan layanan atau *treatment*.

Berdasarkan pemaparan di atas, jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode *Pre-Eksperimental design* dengan tipe *one group pretest-posttest design*, dalam arti hanya kelompok eksperimen yang akan diukur berdasarkan dari *treatment* yang diberikan, pelaksanaannya dengan cara memberikan *pre-test* terlebih dahulu sebelum diberi tindakan, sehingga dapat melihat pengaruh tindakan yang diberikan terhadap remaja setelah itu baru diberikan *post-test* untuk mengukur seberapa besar pengaruh yang muncul setelah diberikan *treatment*.

B. Tempat dan Waktu penelitian.

Latar penelitian ini adalah Panti Asuhan Aisyiyah Putri Batusangkar. Pelaksanaan penelitian ini pada bulan Desember 2021 hingga bulan Januari 2022.

C. Populasi dan sampel

1. Populasi

Menurut Ridwan (2010:211) “Populasi adalah keseluruhan dari karakteristik atau unit hasil pengukuran yang menjadi subjek penelitian”. Menurut Sugiyono (2007:80) populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri objek subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditari kesimpulannya.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami, bahwa populasi merupakan keseluruhan subjek objek yang dapat diteliti tanpa ada pemilihan-pemilihan sebelumnya. Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan dari remaja. Jumlah keseluruhan remaja putri Panti Asuhan Aisyiyah Putri yaitu sebanyak 19 orang.

2. Sampel

Menurut Sutrisno Hadi dalam Cholid dan Abu Ahmad (2004:107) sampel adalah sebagian individu penelitian yang akan diteliti. Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* atau teknik sampling bertujuan. Menurut Sugiyono (2007:85), teknik sampling bertujuan merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.

Sampel diambil berdasarkan hasil pre-test dengan nilai skor terendah dari 19 orang tersebut. Merujuk pada data awal, maka ditetapkan sampel sebanyak 10 orang dengan tahap kontrol diri sedang.

D. Pengembangan instrumen

1. Tahap-tahap pengembangan instrumen

Pengembangan instrumen merupakan hal yang penting dalam melakukan sebuah penelitian. sebelum menyusun sebuah instrumen ada beberapa hal yang perlu diperhatikan, seperti yang dijelaskan oleh Nurkance (1993:219) yaitu:

a. Menetapkan jenis/pola instrumen

Terlebih dahulu menetapkan pola instrumen yang akan dilakukan dalam hal ini peneliti menggunakan angket yang memuat skala Likert

b. Menetapkan isi instrumen

Harus relevan dengan data yang hendak dikumpulkan dan untuk mendapatkan isi instrumen yang relevan, dapat didasarkan atas suatu teori yang digunakan atau mengkombinasikan teori-teori yang telah dipelajari. jadi dalam menetapkan isi instrumen untuk mengumpulkan data tentang resiliensi dapat berpedoman kepada salah satu teori tersebut. Atau dapat pula mengkombinasikan teori-teori tersebut, sehingga bisa menghasilkan suatu klasifikasi baru yang dapat dipertanggung jawabkan, seperti yang telah dicantumkan dalam defenisi operasional.

c. Menyusun Kisi-kisi

Berdasarkan pola di atas, pola instrumen yang akan digunakan serta isi instrumen yang akan digunakan, maka dibuat suatu rancangan instrument yang disebut kisi-kisi instrumen. Berikut kisi-kisi instrumen kontrol diri remaja Panti Asuhan 'Aisyiyah Putri Batusangkar.

Tabel 3.3
Kisi-kisi kontrol Diri

Variabel	Aspek	Indikator	Nomor item		Jumlah
			+	-	
Kontrol Diri	Mengontrol perilaku	Kesiapan dalam mengendalikan situasi	1,3,	2,4,	8
			6,7	5,8	
	Mengontrol pengetahuan	Mampu memperoleh informasi dengan baik	9,11,	10,12,	8
			13,15	14,16	
	Mengontrol keputusan	Dapat memilih hasil sebuah tindakan	17,19,	18, 20,	8
			21, 23	22, 24	
Jumlah					24

2. Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana akurasi suatu tes atau skala dalam menjalankan fungsi pengukuran. Menurut Syaifudin Azwar (2012:8) Pengukuran dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila menghasilkan data yang secara akurat memberikan gambaran mengenai variabel yang diukur seperti dikehendaki oleh tujuan pengukuran tersebut.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa validitas yaitu sejauh mana akurasi suatu skala dalam menjalankan fungsi pengukurannya dan instrumen yang dikatakan valid apabila dapat digunakan untuk mengukur apa yang hendak diukur. Dalam penelitian ini, validitas yang digunakan yaitu validitas konstruk.

Menurut Muliansyah Noor (2011:133) validitas konstruk merupakan "analisis butir kuesioner untuk membuktikan seberapa bagus hasil yang diperoleh dari penggunaan ukuran sesuai dengan teori yang hendak diukur". Untuk menguji validitas konstruk dapat digunakan pendapat para ahli, Menurut Sugiono (2007:125) "mengenai instrumen yang telah disusun itu. Mungkin para ahli

memberikan keputusan, instrumen dapat digunakan tanpa perbaikan mungkin akan dirombak total “.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat di pahami bahwa adanya keterkaitan butir instrumen dengan indikator, defenisi operasional dan konsep teori yang berkaitan dengan variabel yang diukur, maka data tersebut valid secara konstruk dan dapat digunakan untuk mengukur variabel yang akan diteliti.

Pada penelitian ini, instrument telah divalidasi oleh penguji yaitu Dra. Hadiarni, M.Pd.Kons. Hasil validasi menunjukkan, instrument layak digunakan dengan beberapa saran dan perbaikan seperti redaksi bahasa serta perbaikan pada beberapa item. Setelah dilakukan perbaikan, maka instrumen dinyatakan layak untuk digunakan.

3. Reliabilitas

Reliabilitas data merupakan kepercayaan suatu data. Reliabilitas menggambarkan adanya konsistensi data penelitian. Menurut Noor (2011:131) bahwa pengertian reliabilitas adalah “indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan”. Diketahui bahwa suatu instrumen yang reliabilitas adalah instrumen yang dapat memberikan data yang tetap tentang suatu variabel yang diukur meskipun instrumen tersebut digunakan berulang kali.

Sedangkan menurut Sudaryono (2013: 120) bahwa reliabilitas adalah “ hasil ukur berkaitan erat dengan eror dalam pengambilan sampel yang mengacu pada inkonsistensi hasil ukur apabila pengukuran dilakukan ulang pada kelompok yang berbeda”. Sejalan dengan pendapat Arifin (2011: 248) bahwa “reliabilitas adalah derajat konsistensi instrumen yang bersangkutan”. Reliabilitas berkaitan dengan pertanyaan, apakah suatu instrumen dapat dipercaya sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan. Artinya, suatu instrument

dapat dikatakan reliabel jika selalu memberikan hasil yang sama pada waktu atau kesempatan yang berbeda.

Berdasarkan beberapa kutipan di atas maka dapat disimpulkan bahwa sebuah instrumen bisa dikatakan reliabel, jika instrumen digunakan kembali pada kelompok yang berbeda dengan karakteristik yang sama atau hampir sama maka hasilnya akan tetap sama atau relatif sama. Setelah dilakukan uji reabilitas instrumen diperoleh hasil nilai Cronbach's Alpha sebesar 0.632 dengan kriteria sedang.

Tabel 3.4 Reliabilitas Instrumen

Cronbach's Alpha	N of Items
.632	24

E. Teknik pengumpulan data.

Teknik pengumpulan data pada penelitian terdapat beberapa cara yang bisa digunakan untuk mengumpulkan data. Sugiono (2007:137) menyatakan bahwa “ teknik pengumpulan data dapat dilakukan dengan interview (wawancara), kuesoner (angket), observasi (pengamatan), dan gabungan ketiganya. Pada penelitian ini, instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah instrumen non tes, yaitu pernyataan dalam bentuk skala. Pernyataan instrumen tersebut disusun berdasarkan beberapa indikasi yang secara teoritis dan empiris berhubungan dengan kontrol diri peserta didik. Penilaian skor untuk kontrol diri peserta didik diukur dengan menggunakan skala berbentuk *Likert*. Eko Putro Widoyoko (2014:104) menyatakan bahwa “jawaban pada setiap item instrument yang menggunakan skala *Likert*, mempunyai gradasi yaitu bentuk positif dan bentuk negatif”.

Peneliti menggunakan skala kontrol diri ini untuk mengukur keadaan kontrol diri peserta didik. Jawaban dari skala *Likert* ini memiliki alternatif jawaban berupa Selalu (SL), Sering (SR), Kadang-Kadang (KD), dan tidak pernah (TP). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 3.5
Skor Skala Likert dengan Alternatif Jawaban

Alternatif Jawaban	Item Positif	Item Negatif
Selalu (SL)	5	1
Sering (SR)	4	2
Kadang-kadang (KD)	3	3
Jarang (JR)	2	4
Tidak Pernah (TP)	1	5

Pengumpulan data dilakukan sebanyak 2 kali yaitu data *pre-test* (sebelum dilakukan layanan) dan *post-test* (setelah dilakukan layanan). Data yang telah diolah kemudian dilanjutkan dengan interpretasi data atau proses menafsirkan data.

F. Teknik analisis data

Bentuk pengolahan data yang dipakai pada penelitian ini dengan menggunakan metode statistik. Analisis data dalam penelitian eksperimen pada umumnya memakai metode statistik, hanya saja penggunaan statistik tergantung kepada jenis penelitian yang dipakai. Pada penelitian ini peneliti memakai model *Pre-Exsperimental*, dimana peneliti melakukan pengukuran sebanyak dua kali yakni sebelum dan sesudah perlakuan. Data yang terkumpul berupa skor kontrol diri nantinya akan disajikan dalam bentuk statistik deskriptif dan setelah itu baru dilakukan uji, apakah terdapat perbedaan kedua nilai tersebut secara signifikan. Pengujian perbedaan dilakukan terhadap rata-rata kedua nilai.

Untuk melakukan uji ini, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat untuk menentukan apakah data memenuhi syarat parametri atau tidak. Jika memenuhi syarat uji parametrik, maka uji hipotesis yang digunakan yaitu uji-t jenis *pair-matched sample t-test* atau uji-t sampel berpasangan.

Namun jika tidak memenuhi syarat uji parametrik, maka uji hipotesis yang digunakan yaitu uji Wilcoxon.

1. Deskripsi Data secara Deskriptif

Menurut Sugiono (2012:207) bahwa statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskriptifkan atau menggambarkan data yang telah dikumpulkan sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum dan generalisasi baik berupa tabel, grafik, diagram, mean, median modus dan lainnya.

Berdasarkan pendapat diatas dapat di pahami bahwa statistik deskriptif adalah teknik analisis data dengan cara menggambarkan atau mendeskripsikan data yang telah terkumpul baik dalam bentuk tabel grafik dan analisis statistik deskriptif seperti rata-rata, median, modus, standar deviasi, dll, baik data pre-test maupun post-test. Selain itu juga dilakukan pengklasifikasian jawaban berdasarkan kategori kontrol diri remaja.

Menurut Anas Sudijono (2005:144) mencari rentang interval skor melibatkan jarak penyebaran antara skor terendah sampai yang tertinggi". Tahapannya yaitu sebagai berikut:

- i. Skor maksimum $24 \times 5 = 120$
Keterangan : skor maksimum nilainya adalah 5, jadi 5 dikalikan dengan jumlah item keseluruhan yaitu 24 item dan hasilnya 120
- ii. Skor minimum $24 \times 1 = 24$
Keterangan : skor minimum nilainya adalah 1, jadi 1 dikalikan dengan jumlah item keseluruhan yaitu 1 item dan hasilnya 8.
- iii. Rentang $120 - 24 = 96$
Keterangan : rentang diperoleh dari jumlah skor maksimum 120 dikurangi dengan jumlah skor terendah 24 dan hasilnya 96.
- iv. Banyak kriteria adalah 5 tingkatan yaitu (sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah).

Dalam hal ini, aturan *Sturges* untuk penentuan banyak kelas tidak digunakan karena banyak kriteria dalam penelitian ini telah ditetapkan dari awal.

- v. Dari banyak kriteria dan rentang, didapatkan panjang kelas interval $96 : 5 = 19,2$. Panjang kelas ini dijadikan acuan untuk membuat rentang interval dengan melakukan penyesuaian.

Tabel 3.6: Rentang skor dan klasifikasi kontrol diri

NO	Rentang Skor	Klasifikasi
1	100,9 - 120	Sangat Tinggi
2	81,7 – 100,8	Tinggi
3	62,5 – 81,6	Sedang
4	43,3 – 62,4	Rendah
5	24 – 43,2	Sangat Rendah

2. Uji Prasyarat Parametrik

Data yang telah dikumpul, digunakan untuk menguji hipotesis. Sebelumnya, uji prasyarat dilakukan untuk melihat apakah data memenuhi syarat untuk dianalisis dan digunakan secara parametrik menggunakan Uji-t. Kedua uji prasyarat tersebut adalah sebagai berikut:

- a) Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji melalui bantuan SPSS. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui data yang diperoleh apakah berdistribusi normal atau tidak. Disebabkan jumlah sampel (n) yaitu $10 < 50$, maka uji yang digunakan yaitu uji *Saphiro-Wilk*. Jika nilai p -value dari hasil uji tersebut besar dari 0.05 ($Lo > 0.05$), maka data sampel berdistribusi normal. Sebaliknya jika hasil uji tersebut kecil dari 0.05 ($Lo < 0.05$), maka data sampel tidak berdistribusi normal.
- b) Uji Homogenitas dilakukan dengan menggunakan uji *Levene*, juga dengan menggunakan bantuan SPSS. Uji homogenitas bertujuan untuk

mengetahui data yang diperoleh apakah menyebar secara homogen atau tidak. Jika nilai p-value dari hasil uji *Levene* tersebut besar dari 0.05 ($Lo > 0.05$), maka data sampel menyebar secara homogen. Sebaliknya jika hasil uji *Levene* tersebut kecil dari 0.05 ($Lo < 0.05$), maka data sampel tidak menyebar secara normal.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis digunakan untuk melihat apakah hipotesis awal di tolak atau sebaliknya. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji-*t* sampel berpasangan. Terdapat 2 kelompok data yang akan dianalisa, yaitu data awal (*pre-test*) dan data akhir (*post-test*) yang saling berkaitan/berpasangan karena berasal dari subjek penelitian yang sama.

Dalam uji hipotesis ini, peneliti menggunakan bantuan SPSS untuk menganalisa kedua kelompok data tersebut. Jika nilai p-value atau sig. kecil dari 0.05, ($p < 0.05$), maka hipotesis nol di tolak dan hipotesis alternatif diterima. Hal itu bermakna, layanan konseling kelompok memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan kontrol diri remaja. Sebaliknya, jika nilai sig. atau p-value besar dari 0.05, ($p > 0.05$), maka hipotesis nol di terima dan hipotesis alternatif ditolak. Hal itu bermakna, layanan konseling kelompok tidak memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan kontrol diri remaja Panti Asuhan Aisyiyah Putri Batusangkar.

4. Menghitung Kriteria Efektifitas Konseling Kelompok

Normallized gain atau *n-gain score* bertujuan untuk mengetahui efektifitas penggunaan suatu metode atau perlakuan tertentu dalam penelitian. Uji *n-Gain score* dilakukan dengan cara menghitung selisih antara nilai pretest dan nilai post test atau gain score tersebut, dibagi dengan selisih skor maksimal dan nilai pre-test. Dengan perhitungan tersebut, maka akan terlihat kriteria dan keefektifitasan penggunaan layanan konseling kelompok dalam meningkatkan kontrol diri remaja.

Peningkatan kontrol diri dapat dihitung dengan rumus n-Gain berikut:

$$g = \frac{\text{Skor Posttest} - \text{Skor Pretest}}{\text{Skor Ideal} - \text{Skor Pretest}}$$

Setelah dilakukan penghitungan nilai *n-Gain score*, tahap selanjutnya yaitu penentuan kriteria keefektifan. Kriteria ditentukan berdasarkan pada klasifikasi pada tabel di bawah ini.

Tabel 3.7
Klasifikasi dan kriteria N-gain

Klasifikasi	Kriteria
$g \geq 0,70$	Tinggi
$0,30 \leq g < 0,70$	Sedang
$g < 0,30$	Rendah

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data Hasil Penelitian

1. Deskripsi Data *Pre-Test*

Merujuk pada metodologi penelitian pada bab sebelumnya, penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen dilakukan untuk melihat apakah konseling kelompok (X) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kontrol diri remaja (Y).

Sebelum dilaksanakan pemberian layanan, peneliti terlebih dahulu melakukan pengambilan data awal (*pre-test*) sampel, yaitu remaja di Panti Asuhan Aisyiyah Batusangkar. Hal ini dikarenakan, metode eksperimen yang peneliti gunakan yaitu *Pre-Experiment Designs* dengan tipe *one group pre-test post-test*. Setelah dilakukan pengambilan sampel awal, dilakukan pemilihan sampel berdasarkan skor data awal. Setelah itu, barulah dilanjutkan dengan pemberian layanan konseling kelompok dan terakhir dilakukan pengumpulan data akhir (*post-test*).

Pengumpulan data *pre-test* tidak jauh beda dengan data *post-test*, karena menggunakan angket yang berisi skala dalam bentuk skala Likert. Skala ini nantinya merupakan acuan peneliti dalam menggambarkan tingkat kontrol diri remaja. Khusus untuk data *pre-test*, skala menggambarkan tingkatan kontrol diri remaja sebelum dilakukan layanan konseling kelompok. Hal itu dapat dilihat pada tabel 4.1 di bawah ini.

Tabel 3.8 Rangkuman Skor Total Data Pre-Test Sampel

No	Nama	Pre-Test	
		Skor	Kategori
1	F A	59	Sedang
2	N S	62	Sedang
3	I Y	65	Sedang
4	U U	66	Sedang
5	K P	65	Sedang
6	N	64	Sedang
7	A M	66	Sedang
8	W M	65	Sedang
9	R N	66	Sedang
10	E M S P	66	Sedang

Jika dilakukan klasifikasi, dapat dilihat pada ringkasan tabel di bawah ini.

Tabel 3.9 Tabel Klasifikasi Data Pre-Test Kontrol Diri Remaja

No	Rentang Skor	Klasifikasi	F	Persentase
1	100,9 - 120	Sangat Tinggi	0	0
2	81,7 – 100,8	Tinggi	0	0
3	62,5 – 81,6	Sedang	10	100
4	43,3 – 62,4	Rendah	0	0
5	24 – 43,2	Sangat Rendah	0	0
Jumlah			10	100

Berdasarkan data di atas, terlihat bahwasanya semua remaja (100%) memiliki kontrol diri dengan kriteria sedang. Hal tersebut diperkuat dengan analisis statistik deskriptif data *pre-test* tabel 3.9 di atas. Pada tabel di atas, terlihat rata-rata skor kontrol diri data *pre-test* remaja yaitu 64.4, yang lebih rendah jika dibandingkan dengan nilai median dan nilai modus yaitu 65.0 dan 66.0. Jika merujuk pada nilai standar deviasi yaitu 2.27 terdapat indikasi data cenderung homogen dengan sifat data cenderung terpusat di sekitar rata-rata. Hal tersebut juga terlihat dari nilai jangkauan yang tidak terlalu besar yaitu 15.

Berikut penjabaran data untuk masing-masing indikator.

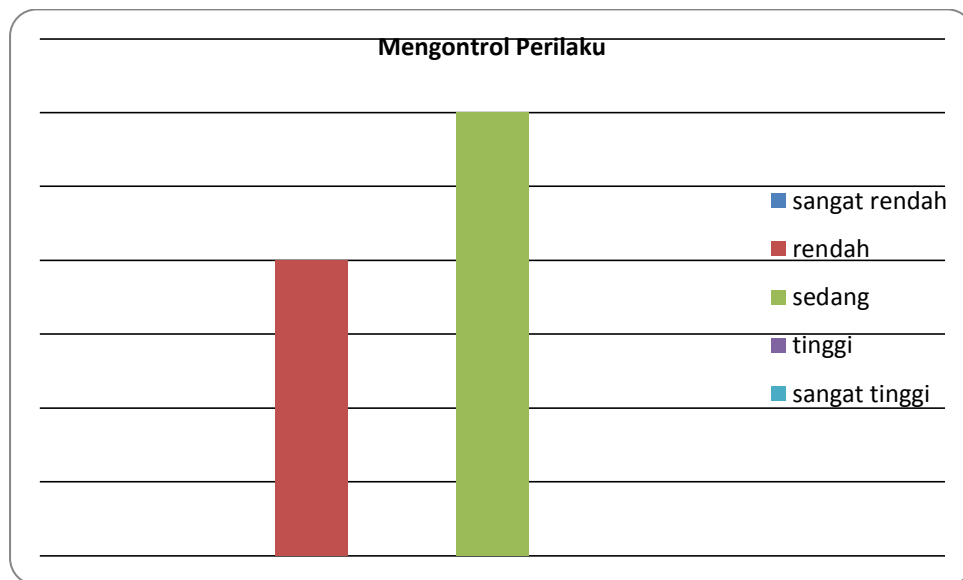
a. Mengontrol Perilaku

Indikator mengontrol perilaku secara umum mengukur mengenai bagaimana remaja dalam mengontrol perilakunya. Indikator ini memuat 8 item pertanyaan yang terdiri dari 4 item positif dan 4 item negatif. Kedelapan item pertanyaan tersebut dirangkum ke dalam tabel dan dilakukan klasifikasi seperti pada tabel 4.4 di bawah ini.

Tabel 4.0 Tabel Klasifikasi Data Pre-Test kontrol Prilaku

No	Rentang Skor	Klasifikasi	F	Persentase
1	33,7 – 40	Sangat Tinggi	0	0
2	27,3 – 33,6	Tinggi	0	0
3	20,9 – 27,2	Sedang	6	60
4	14,5 – 20,8	Rendah	4	40
5	8 – 14,4	Sangat Rendah	0	0
Jumlah			10	100

Berdasarkan tabel 4.0 di atas, hasil *Pre-Test* untuk indikator kontrol perilaku menunjukkan, terdapat 4 orang remaja (40 %) berada pada kategori rendah, 6 orang remaja (60%) pada kategori sedang. Tidak ada pada kategori sangat rendah, tinggi dan sangat tinggi. Hal itu juga dapat dilihat pada diagram di bawah ini.



Gambar 4.1 Kriteria Data Pre-Test Indikator Mengontrol Perilaku

b. Mengontrol Pengetahuan

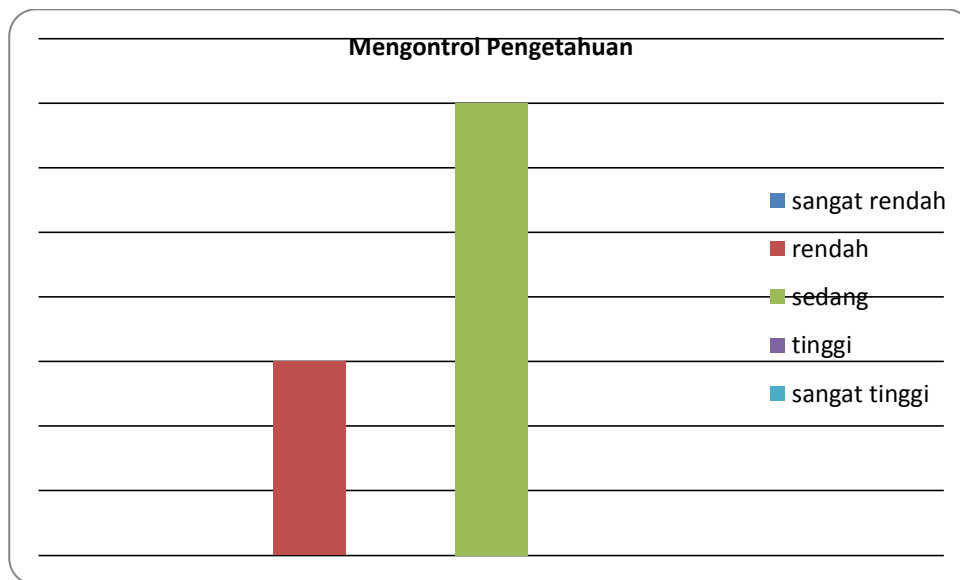
Indikator mengontrol pengetahuan secara umum mengukur mengenai bagaimana remaja dalam mengontrol pengetahuan. Indikator ini memuat 8 item pertanyaan yang terdiri dari 4 item positif dan 4 item negatif. Kedelapan item pertanyaan tersebut dirangkum ke dalam tabel dan dilakukan pengkategorian seperti pada tabel 4.5 di bawah ini.

Tabel 4.5 Tabel Klasifikasi Data Pre-Test Kontrol Pengetahuan

No	Rentang Skor	Klasifikasi	f	Persentase
1	33,7 – 40	Sangat Tinggi	0	0
2	27,3 – 33,6	Tinggi	0	0
3	20,9 – 27,2	Sedang	7	70
4	14,5 – 20,8	Rendah	3	30
5	8 – 14,4	Sangat Rendah	0	0
Jumlah			10	100

Berdasarkan tabel 4.5 di atas, hasil *Pre-Test* untuk indikator mengontrol pengetahuan menunjukkan keseluruhan remaja sebanyak 3 orang (30%) berada pada kategori rendah.

Kemudian 7 orang (70%) pada kategori sedang. Tidak ada remaja pada kriteria sangat rendah, tinggi dan sangat tinggi. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada diagram di bawah ini.



Gambar 4.2 Kriteria Data Pre-Test Indikator Mengontrol Perilaku

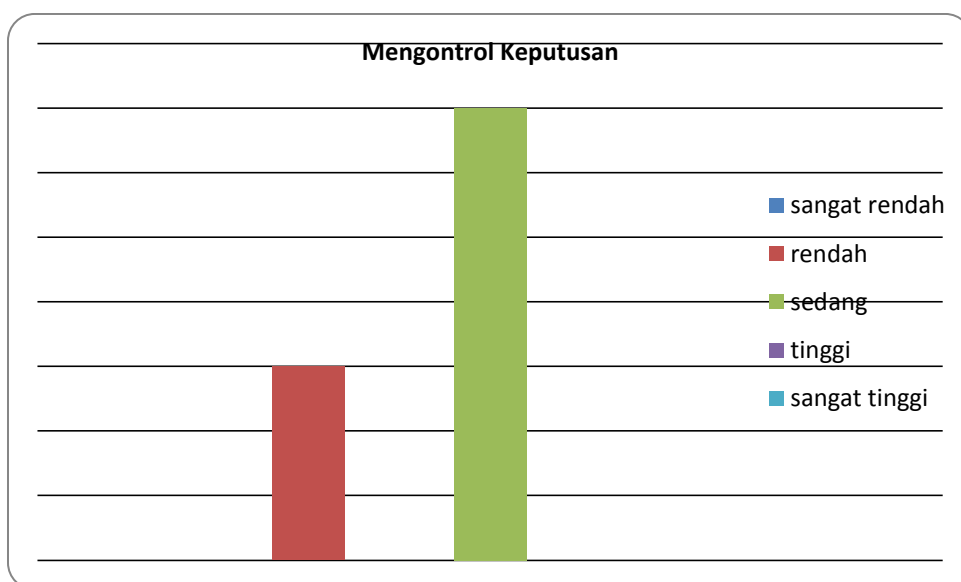
c. Mengontrol Keputusan

Indikator adanya harapan dan cita-cita secara umum mengukur mengenai remaja dalam mengontrol keputusan yang dibuatnya. Indikator ini memuat 8 item pertanyaan yang terdiri dari 4 item positif dan 4 item negatif. Kedelapan item pertanyaan tersebut dirangkum ke dalam tabel dan dilakukan pengkategorian seperti pada tabel 4.1 di bawah ini.

Tabel 4.1 Tabel Klasifikasi Data Pre-Test Kontrol Keputusan

No	Rentang Skor	Klasifikasi	f	Persentase
1	33,7 - 40	Sangat Tinggi	0	0
2	27,3 – 33,6	Tinggi	0	0
3	20,9 – 27,2	Sedang	6	60
4	14,5 – 20,8	Rendah	4	40
5	8 – 14,4	Sangat Rendah	0	0
Jumlah			10	100

Berdasarkan tabel 4.6 di atas, hasil *Pre-Test* untuk indikator mengontrol keputusan menunjukkan, terdapat 3 orang remaja (30%) berada pada kategori rendah dan 7 orang remaja (70%) pada kategori sedang dan tidak ada yang berada pada kategori sangat rendah, tinggi dan sangat tinggi. Hal itu dapat dilihat pada diagram di bawah ini.



Gambar 4.2 Kriteria Data Pre-Test Indikator Mengontrol Keputusan

2. Deskripsi Gambaran Pelaksanaan Layanan

Setelah dilakukan pengumpulan data awal (*pre-test*), peneliti melakukan layanan dalam bentuk pemberian layanan konseling kelompok. Layanan konseling kelompok ini diberikan sebanyak 5 kali mulai tanggal 22 Desember 2021 hingga 30 Desember 2021. Adapun materi yang diberikan yaitu sebagai berikut.

Tabel 4.2 Kasus dalam Layanan Konseling Kelompok

No	Kasus Layanan Konseling Kelompok	Tanggal
1	Ketidaknyamanan Berada di Pant	22 Desember 2021
2	Masalah dengan Teman Satu Kamar	23 Desember 2021
3	Keluar Pant Tanpa Izin Pembina	27 Desember 2021
4	Tergesa-gesa Mengambil Keputusan	29 Desember 2021
5	Belum Bisa Menggunakan Waktu Luang	30 Desember 2021

Dalam pelaksanaannya, target yang ingin dicapai dalam pemberian layanan konseling kelompok ini yaitu agar remaja dapat meningkatkan kontrol diri serta dapat mengenali masalah, kebutuhan serta bentuk penanganan agar kedepannya motivasi berprestasinya dapat ditingkatkan ataupun dijaga agar tetap stabil.

Secara ringkas, peneliti menguraikan gambaran pelaksanaan pemberian layanan konseling kelompok sebagai berikut.

a. Pemberian layanan hari pertama

Pemberian layanan dilaksanakan pada Rabu, 22 Desember 2021, bertempat di ruangan mushola. Jumlah peserta yang menghadiri kegiatan ini yaitu sebanyak 10 orang. Dalam pemberian layanan, peneliti sekaligus bertindak sebagai pemimpin kelompok. Fasilitas pendukung yang disediakan sebelum pemberian layanan seperti materi, tempat penyelenggaraan layanan, RPL serta absen kehadiran remaja. Kegiatan ini meliputi 5 tahapan yaitu:

i. Tahap pembentukan

Pada pembentukan pertama ini peneliti melakukan pembentukan kelompok yang bertujuan untuk mengembangkan suasana yang akrab dan terciptanya

dinamika konseling kelompok. Tahap pembentukan ini dimulai dengan pemimpin konseling kelompok mengucapkan terima kasih, berdoa dan mengambil absen anggota kelompok.

PK : Selamat siang adek-adek?

AK : Semat siang kak

PK : terimakasih sebelumnya atas kehadiran adek-adek untuk mengikuti kegiatan ini, sebelum kita mulai kegiatan ini mari kita berdoa menurut agama dan keyakinan masing-masing, mulai...

AK ; Baik kak

KO : syukurlah kalau begitu, adek-adek walaupun kalian sudah saling mengenal, untuk lebih akrab lagi bagaimana jika kalian memperkenalkan diri kalian masing-masing?

AK : Baik kak

PK : baiklah adek-adek pertemuan ini dinamakan konseling kelompok, adek-adek tahu/pernah mengikuti?

AK : Belum kak

PK : Baiklah kakak akan jelaskan apa itu konseling kelompok. konseling kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pemecahan masalah melalui dinamika kelompok. Dalam konseling ini setiap anggota kelompok berhak mengajukan pertanyaan, mengutarakan masalahnya dan memberikan masukan kepada anggota lain yang masalahnya sedang dibahas.

Selanjutnya PK mengambil absen. Pemimpin kelompok kemudian menjelaskan pengertian, tujuan, asas-asas konseling kelompok kepada anggota kelompok serta dilanjutkan dengan perkenalan dan rangkaian nama tujuannya agar terjalinnya keakraban dalam kegiatan nanti.

ii. Tahap peralihan

Tahap peralihan ini pemimpin kelompok menjelaskan kembali kepada anggota konseling kelompok tentang kegiatan konseling kelompok, dilanjutkan dengan tanya jawab kepada anggota kelompok untuk kegiatan lebih lanjut dan mengenali suasana apabila anggota konseling kelompok secara keseluruhan atau sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya.

PK : kakak disini bertindak sebagai pemimpin kelompok dan adek-adek sebagai anggota, dan kakak persilakan siapa dulu yang mau bicara, apa adik-adik sudah siap?

AK : Siap kak

PK ok, sebelumnya dalam proses konseling ini ada asas-asas yang harus dipatuhi bersama asas-asas tersebut adalah:

- a. Asas kerahasiaan: semua anggota berjanji apapun yang terjadi dalam proses konseling ini tidak akan dibocorkan terhadap orang lain.
- b. Asas keterbukaan: semua anggota kelompok terbuka dalam menyampaikan permasalahannya
- c. Asas kesukarelaan: setiap anggota suka rela tanpa paksaan untuk mengikuti kegiatan ini
- d. Asas kenormatifan: semua anggota mengikuti norma-norma yang berlaku, menjaga sopan santun, saling menghormati, dan ketika memberikan solusi untuk anggota yang lain hendaknya sesuai norma yang berlaku.
- e. Asas kegiatan : semua anggota kelompok mengikuti konseling kelompok ini dari awal hingga akhir
- f. Asas kemandirian : semoga kalian setelah kegiatan ini bisa menerapkan dalam kehidupan sehari-hari hal yang positif
- g. Asas keaktifan : semua anggota kelompok di harapkan aktif saat kegiatan

konseling kelompok berlangsung
Bagaimana setuju?

AK : Siap untuk mengikuti kegiatan konseling kelompok

iii. Tahap kegiatan

Tahap kegiatan ini pemimpin kelompok mengemukakan kasus tentang ketidak nyamanan berada dipanti Pemimpin kelompok memberikan feedback kepada anggota konseling kelompok tentang pengetahuan, sehingga dinamika konseling kelompok menjadi tidak kaku.

PK : baik, siapa dulu yang ingin mengemukakan masalahnya?

RN : saya kak, saya merasa tidak nyaman berada dipanti kak

PK : apa yang membuat EM merasa tidak nyaman tinggal dipanti?

RN : Karna saya selalu disuruh-suruh oleh kakak senior saya kak

PK : Mmm begitu yaa,permasalahannya karna RN diperintah-perintah oleh kakak seniornya, apa ada yang lain bisa memberi masukan atau saran kepada RN

RN : Ya mungkin kakak senoir bukan menyuruh atau memerintah RN mungkin dia mengajarkan apa yang harus dikerjakan

AM : Iya karna RN mungkin baru di panti jadi RN merasa kakak senir memerintah atau memperbudak RN

NS : Jadi RN mungkin salah paham, mungkin RN dirumah tidak pernah bekerja dirumah kak

KP : Kalau disini kita memang diajarkan cara memasak, menyapu dan supaya kita tau dengan tugas kita masing masing RN

RN : Oohh begitu ya teman-teman mungkin karna saya baru dipanti, ohh berarti saya salah paham yaa sama kakak senior dan

pengasuh,terimakasih teman-teman sudah memberi tau saya

EM : Iya sama-sama RN kalau kamu tidak tau apa-apa boleh tanya ke kami ataupun ke kakak senior

iv. Tahap pengakhiran

Tahap pengakhiran ini pemimpin konseling kelompok menjelaskan bahwa kegiatan akan segera diakhiri. Anggota kelompok diminta mengemukakan komitmennya untuk melakukan hal apa yang akan dilakukan setelah didapatkan dalam kegiatan tadi serta kesannya selama mengikuti kegiatan konseling kelompok ini.

RN : Saya tidak boleh mengambil kesimpulan sendiri tentang sikap kakak-kakak senior saya dan teman-teman di panti

FA : Kami sebagai teman harus bisa menjelaskan kepada keluarga baru bagaimana aturan dipanti

IY : Dan untuk kedepannya kita sebagai teman saling mengingatkan

UU : Dan tidak membiarkan teman yang baru tinggal dipanti untuk bekerja sendiri

KP : Saling mengingatkan

AM : Tidak membiarkan teman begitusaja

WM : Saling menjaga dan mengingatkan

RN : Tidak mengujilkan teman yang baru tinggal di panti

EM : Saling menjaga dan tolong menolong supaya RN tidak jangung berada di panti

FA : Dan tidak membedakan teman

Semua anggota kelompok berkomitmen untuk menjadi yang lebih baik kedepannya.Kemudian dilanjutkan dengan membuat kesepakatan dengan anggota kelompok bahwa kegiatan ini akan dilanjutkan pada hari Kamis, 23 Desember 2021 dengan topik baru, setelah itu dilanjutkan dengan doa dan ucapan terima kasih.

b. Pemberian layanan hari kedua

Pemberian layanan dilaksanakan pada hari Kamis, 23 Desember 2021, bertempat di ruangan musholla . Jumlah peserta yang menghadiri kegiatan ini yaitu sebanyak (10) orang. Dalam pemberian layanan, peneliti sekaligus bertindak sebagai pemimpin konseling kelompok. Fasilitas pendukung yang disediakan sebelum pemberian layanan seperti materi, tempat penyelenggaraan layanan, RPL serta absen kehadiran remaja. Kegiatan ini meliputi 4 tahapan yaitu:

i. Tahap pembentukan

Pada treatment pertama ini peneliti melakukan pembentukan konseling kelompok yang bertujuan untuk mengembangkan suasana yang akrab dan terciptanya dinamika konseling kelompok. Tahap pembentukan ini dimulai dengan pemimpin konseling kelompok mengucapkan terima kasih, berdoa dan mengambil absen anggota kelompok.

PK : Assalamualaikum adek-adek

AK : Walaikumsalam kak

PK : terimakasih sebelumnya atas kehadiran adek-adek untuk mengikuti kegiatan ini, sebelum kita mulai kegiatan ini mari kita berdoa menurut agama dan keyakinan masing-masing, mulai...

AK : Baik kak

PK : adek-adek walaupun kalian sudah saling mengenal, untuk lebih akrab lagi bagaimana jika kalian memperkenalkan diri kalian masing-masing?

AK : Baik kak

PK : baiklah adek-adek pertemuan ini dinamakan konseling kelompok, adek-adek tahu/pernah mengikuti?

AK : Belum kak

PK : baiklah akan kakak jelaskan apa itu konseling

kelompok. konseling kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pemecahan masalah melalui dinamika kelompok. Dalam konseling ini setiap anggota kelompok berhak mengajukan pertanyaan, mengutarakan masalahnya dan memberikan masukan kepada anggota lain yang masalahnya sedang dibahas.

Pemimpin kelompok kemudian menjelaskan pengertian, tujuan, asas-asas konseling kelompok kepada anggota kelompok serta dilanjutkan dengan perkenalan dan rangkaian nama tujuannya agar terjalannya keakraban dalam kegiatan nanti.

ii. Tahap peralihan

Tahap peralihan ini pemimpin konseling kelompok menjelaskan kembali kepada anggota konseling kelompok tentang kegiatan konseling kelompok, dilanjutkan dengan tanya jawab kepada anggota konseling kelompok untuk kegiatan lebih lanjut dan mengenali suasana apabila anggota kelompok secara keseluruhan atau sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya.

PK : kakak disini bertindak sebagai pemimpin kelompok dan adek-adek sebagai anggota, dan kakak persilahkan siapa dulu yang mau bicara, apa adik-adik sudah siap?

AK : Siap kak

PK : ok, sebelumnya dalam proses konseling ini ada asas-asas yang harus dipatuhi bersama asas-asas tersebut adalah:

- a. Asas kerahasiaan: semua anggota berjanji apapun yang terjadi dalam proses konseling ini tidak akan dibocorkan terhadap orang lain.
- b. Asas keterbukaan: semua anggota kelompok terbuka dalam menyampaikan permasalahannya
- c. Asas kesukarelaan: setiap anggota suka rela

- tanpa paksaan untuk mengikuti kegiatan ini
- d. Asas kenormatifan: semua anggota mengikuti norma-norma yang berlaku, menjaga sopan santun, saling menghormati, dan ketika memberikan solusi untuk anggota yang lain hendaknya sesuai norma yang berlaku.
 - e. Asas kegiatan : semua anggota kelompok mengikuti konseling kelompok ini dari awal hingga akhir
 - f. Asas kemandirian : semoga kalian setelah kegiatan ini bisa menerapkan dalam kehidupan sehari-hari hal yang positif
 - g. Asas keaktifan : semua anggota kelompok di harapkan aktif saat kegiatan konseling kelompok berlangsung Bagaimana setuju?

AK : Setuju kak

iii. Tahap kegiatan

Tahap kegiatan ini pemimpin kelompok mengemukakan topik kasus masalah dengan teman sekamar. Pemimpin konseling kelompok memberikan feedback kepada anggota konseling kelompok tentang permasalahan dengan teman satu kamar, sehingga dinamika kelompok menjadi tidak kaku.

PK : Ya baik kita langsung masuk ke topik kasus permasalahan tentang bermasalah dengan teman satu kamar, ya langsung WM ceritakan

WM : Begini kakak saya kan sekamar dengan RB dan merasa RB membicarakan saya ke teman yang lain kak

PK : Mmm begitu, WM apa WM yakin RB menceritakan WM ke teman yang lain?

WM : Yakin kak, ketika saya dating ketempat mereka duduk mereka langsung diam kak

PK : Terus WM mendiamkan RB?

WM : Iya kak, dan saya tidak mau berbicara lagi sama dia kak, tapi saya juga tidak nyaman dengan tidak bertegur sapa seperti ini kak

PK : Terus apa yang harus WM lakukan, apakah WM

akan seperti ini selamanya?

- WM : Tidak kak saya ingin berbaikan dengan dia kak tapi saya gengsi untuk meminta maaf kak
- PK : Haa WM taukan bahawa dengan mendiamkan seperti ini tidak enak
- WM : Iya kak saya akan menurunkan ego saya dan saya akan meminta maaf duluan kak
- KP : Bagus, semoga WM dan RB berbaikan dan kembali menjadi teman yang baik lagi
- AM : Betul sekali WM dengan bertegur sapa dengan teman sekamar, hidup kita akan aman dan kita akan bersilahtuh rahmi dengan baik
- N : Betul sekali teman-teman

iv. Tahap pengakhiran

Tahap pengakhiran ini pemimpin konseling kelompok menjelaskan bahwa kegiatan akan segera diakhiri. Anggota kelompok diminta mengemukakan komitmennya untuk melakukan hal apa yang akan dilakukan setelah didapatkan dalam kegiatan tadi serta kesannya selama mengikuti kegiatan konseling kelompok ini.

- PK : karena sekarang waktu kita sudah habis dan sekarang kita akhiri pertemuan kita pada hari ini
- AK : Baik kak
- IY : baik adik-adik besok kita akan bertemu lagi, akan kita lanjutkan proses konseling kelompok besok dan kita akan menyelesaikan masalah teman-teman yang lain lagi besok
- N : Baiak kak
- AM : baiklah, sebelum kita akhiri mari kita berdoa bersama, mulai... Selesai... assalamualaikum
- WM : Walaikumsalam

Kemudian dilanjutkan dengan membuat kesepakatan dengan anggota konseling kelompok bahwa kegiatan ini akan

dilanjutkan pada hari Senin, 27 Desember 2021 dengan topik baru, setelah itu dilanjutkan dengan doa dan ucapan terima kasih.

c. Pemberian layanan hari ketiga

Pemberian layanan dilaksanakan pada hari senin, 27, bertempat dimusholah panti . Jumlah peserta yang menghadiri kegiatan ini yaitu sebanyak (10) orang. Dalam pemberian layanan, peneliti sekaligus bertindak sebagai pemimpin konseling kelompok. Fasilitas pendukung yang disediakan sebelum pemberian layanan seperti materi, tempat penyelenggaraan layanan, RPL serta absen kehadiran remaja. Kegiatan ini meliputi 4 tahapan yaitu:

i. Tahap pembentukan

Pada treatment ketiga ini peneliti melakukan pembentukan konseling kelompok yang bertujuan untuk mengembangkan suasana yang akrab dan terciptanya dinamika konseling kelompok. Tahap pembentukan ini dimulai dengan pemimpin kelompok mengucapkan terima kasih, berdoa dan mengambil absen anggota kelompok.

PK : Assalamualaikum adek-adek

AK : Walaikumsalam kak

PK : terimakasih sebelumnya atas kehadiran adek-adek untuk mengikuti kegiatan ini, sebelum kita mulai kegiatan ini mari kita berdoa menurut agama dan keyakinan masing-masing, mulai...

AK : Baik kak

PK : adek-adek walaupun kalian sudah saling mengenal, untuk lebih akrab lagi bagaimana jika kalian memperkenalkan diri kalian masing-masing

AK : Baik kak

PK : baiklah adek-adek pertemuan ini dinamakan konseling kelompok, adek-adek tahu/pernah mengikuti?

AK : Belum kak

PK : baiklah akan kakak jelaskan apa itu konseling

kelompok. konseling kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pemecahan masalah melalui dinamika kelompok. Dalam konseling ini setiap anggota kelompok berhak mengajukan pertanyaan, mengutarakan masalahnya dan memberikan masukan kepada anggota lain yang masalahnya sedang dibahas.

Pemimpin kelompok kemudian memberikan permainan rangkaian kata tujuannya agar menambah semangat anggota kelompok.

ii. Tahap peralihan

Tahap peralihan ini pemimpin kelompok menjelaskan kembali kepada anggota konseling kelompok tentang kegiatan konseling kelompok, dilanjutkan dengan tanya jawab kepada anggota konseling kelompok untuk kegiatan lebih lanjut dan mengenali suasana apabila anggota kelompok secara keseluruhan atau sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya.

PK : kakak disini bertindak sebagai pemimpin kelompok dan adek-adek sebagai anggota, dan kakak persilakan siapa dulu yang mau bicara, apa adik-adik sudah siap?

AK : Siap kak

PK : ok, sebelumnya dalam proses konseling ini ada asas-asas yang harus dipatuhi bersama asas-asas tersebut adalah:

a. Asas kerahasiaan: semua anggota berjanji apapun yang terjadi dalam proses konseling ini tidak akan dibocorkan terhadap orang lain.

b. Asas keterbukaan: semua anggota kelompok terbuka dalam menyampaikan permasalahannya

c. Asas kesukarelaan: setiap anggota suka rela tanpa paksaan untuk mengikuti kegiatan ini

d. Asas kenormatifan: semua anggota mengikuti norma-norma yang berlaku,

menjaga sopan santun, saling menghormati, dan ketika memberikan solusi untuk anggota yang lain hendaknya sesuai norma yang berlaku.

- e. Asas kegiatan : semua anggota kelompok mengikuti konseling kelompok ini dari awal hingga akhir
- f. Asas kemandirian : semoga kalian setelah kegiatan ini bisa menerapkan dalam kehidupan sehari-hari hal yang positif
- g. Asas keaktifan : semua anggota kelompok di harapkan aktif saat kegiatan konseling kelompok berlangsung Bagaimana setuju?

AK : Setuju kak

iii. Tahap kegiatan

Tahap kegiatan ini pemimpin kelompok mengemukakan topik kasus yang kita bahas tentang susah mengendalikan diri. Pemimpin kelompok memberikan feedback kepada anggota kelompok tentang pentingnya menghormati pengasuh panti, sehingga dinamika kelompok menjadi tidak kaku.

PK : Baiklah kita langsung masuk ke topik permasalahan kita pada hari ini yaitu susahya mengontrol diri, ya silahkan AM ceritakan

AM : Baik kak permasalahan yang sering terjadi pada diri saya yaitu susahnyamengendalikan diri ketika sedang marah kak

PK : Mmm begitu apa yang membuat AM susah mengendalikan diri?

AM : Kalau saya kesal dengan orang tersebut kak tapi dia ada di depan saya, saya akan melabrak dia secara langsung kak.

PK : Hoo begitu yaa, sebaiknya AM jangan langsung emosi saja, lebih baik AM menyelesaikan dengan kepala dingin dengan teman

AM : Iya kak tapi saya susah untuk itu kak cara mengendalikan emosi saya itu kak

PK : Ya memang susah tapi AM harus bisa karna AM sudah SMP dan contoh bagi adek-adeknya

AM : Iya kak baik kak saya akan mencobanya kak

PK : Baik AM mudah-mudahan AM bisa mengendalikan emosinya dan teman-teman disini bisa membantu mengingatkan AM lagi
 AM : Iya kak terimakasih banyak kak
 PK : Iya sama-sama AM

iv. Tahap pengakhiran

Tahap pengakhiran ini pemimpin kelompok menjelaskan bahwa kegiatan akan segera diakhiri. Anggota konseling kelompok diminta mengemukakan komitmennya untuk melakukan hal apa yang akan dilakukan setelah didapatkan dalam kegiatan tadi serta kesannya selama mengikuti kegiatan konseling kelompok ini. Dan anggota konseling kelompok mengutarakan satu persatu secara berurutan.

PK : karena sekarang waktu kita sudah habis dan sekarang kita akhiri pertemuan kita pada hari ini

AK : Baik kak

PK : baik adik-adik besok kita akan bertemu lagi, akan kita lanjutkan proses konseling kelompok besok dan kita akan menyelesaikan masalah teman-teman yang lain lagi besok

AK : Baik kak

PK : baiklah, sebelum kita akhiri mari kita berdoa bersama, mulai...Selesai...assalamualaikum

KP : Walaikummussalam kak

Kemudian dilanjutkan dengan membuat kesepakatan dengan anggota kelompok bahwa kegiatan ini akan dilanjutkan pada hari Rabu, 29 Desember 2021 dengan topik baru, setelah itu dilanjutkan dengan doa dan ucapan terima kasih.

d. Pemberian layanan hari keempat

Pemberian layanan dilaksanakan pada hari Rabu, 29 Desember 2021, bertempat di ruangan musholla . Jumlah peserta yang menghadiri kegiatan ini yaitu sebanyak (10) orang. Dalam pemberian layanan, peneliti sekaligus bertindak sebagai pemimpin kelompok. Fasilitas pendukung yang disediakan sebelum pemberian layanan seperti materi, tempat penyelenggaraan layanan, RPL serta absen kehadiran remaja. Kegiatan ini meliputi 4 tahapan yaitu:

i. Tahap pembentukan

Pada treatment ketiga ini peneliti melakukan pembentukan kelompok yang bertujuan untuk mengembangkan suasana yang akrab dan terciptanya dinamika kelompok. Tahap pembentukan inidimulai dengan pemimpin kelompok mengucapkan terima kasih, berdoa dan mengambil absen anggota kelompok.

PK : Assalamualaiku adek-adek

AK : Walaikumsalam kak

PK : terimakasih sebelumnya atas kehadiran adek-adek untuk mengikuti kegiatan ini, sebelum kita mulai kegiatan ini mari kita berdoa menurut agama dan keyakinan masing-masing, mulai...

AK : Baik kak

PK : adek-adek walaupun kalian sudah saling mengenal, untuk lebih akrab lagi bagaimana jika kalian memperkenalkan diri kalian masing-masing?

AK : Baik kak

PK : baiklah adek-adek pertemuan ini dinamakan konseling kelompok, adek-adek tahu/pernah mengikuti?

AK : Belum kak

PK : baiklah akan kakak jelaskan apa itu konseling kelompok. konseling kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pemecahan masalah melalui

dinamika kelompok. Dalam konseling ini setiap anggota kelompok berhak mengajukan pertanyaan, mengutarakan masalahnya dan memberikan masukan kepada anggota lain yang masalahnya sedang dibahas.

Pemimpin kelompok kemudian memberikan permainan rangkaian kata tujuannya agar menambah semangat anggota kelompok.

ii. Tahap peralihan

Tahap peralihan ini pemimpin konseling kelompok menjelaskan kembali kepada anggota konseling kelompok tentang kegiatan konseling kelompok, dilanjutkan dengan tanya jawab kepada anggota konseling kelompok untuk kegiatan lebih lanjut dan mengenali suasana apabila anggota kelompok secara keseluruhan atau sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya.

PK : kakak disini bertindak sebagai pemimpin kelompok dan adek-adek sebagai anggota, dan kakak persilakan siapa dulu yang mau bicara, apa adik-adik sudah siap?

AK : Siap kak

PK : ok, sebelumnya dalam proses konseling ini ada asas-asas yang harus dipatuhi bersama asas-asas tersebut adalah:

- a. Asas kerahasiaan: semua anggota berjanji apapun yang terjadi dalam proses konseling ini tidak akan dibocorkan terhadap orang lain.
- b. Asas keterbukaan: semua anggota kelompok terbuka dalam menyampaikan permasalahannya
- c. Asas kesukarelaan: setiap anggota suka rela tanpa paksaan untuk mengikuti kegiatan ini
- d. Asas kenormatifan: semua anggota mengikuti norma-norma yang berlaku, menjaga sopan santun, saling menghormati, dan ketika memberikan solusi untuk anggota yang lain hendaknya sesuai norma yang berlaku.
- e. Asas kegiatan : semua anggota kelompok mengikuti konseling kelompok ini dari awal hingga akhir

- f. Asas kemandirian : semoga kalian setelah kegiatan ini bisa menerapkan dalam kehidupan sehari-hari hal yang positif
- g. Asas keaktifan : semua anggota kelompok di harapkan aktif saat kegiatan konseling kelompok berlangsung Bagaimana setuju?

AK : Setuju kak

iii. Tahap kegiatan

Tahap kegiatan ini pemimpin kelompok mengemukakan topik kasus tentang suka tergesa-gesa mengambil keputusan.

PK : Ya baik kita langsung ketopik kasus yang di alami oleh N, ya N langsung ceritakan masalah N

N : Baik kak terimakasih sebelumnya, begini kak saya sering kali mengambil keputusan tanpa berfikir kak

PK : Mm begitu ya N yang suka mengambil keputusan tanpa berfikir

N : Iya kak

Apa yang membuat N seringkali mengambil

PK : keputusan dengan tergesa-gesa?

N : Kalau saya sudah panic kak saya seringkali mengambil keputusan tanpa berfikir terlebih dahulu kak

PK : Mmm begitu terus tindakan apa N ambil?

N : Ya kak saya akan mencoba mengambil keputusan dengan kepala dingin kak

PK : Wahh bagus tindakan N baik sekali N, semoga N berhasil

N : Iya ya kak makasih kak dan teman-teman

AM : Iya sama-sama N kita keluarga

iv. Tahap pengakhiran

Tahap pengakhiran ini pemimpin konseling kelompok menjelaskan bahwa kegiatan akan segera diakhiri. Anggota kelompok diminta mengemukakan komitmennya

untuk melakukan hal apa yang akan dilakukan setelah didapatkan dalam kegiatan tadi serta kesannya selama mengikuti kegiatan konseling kelompok ini. Dan anggota kelompok mengutarakan satu persatu secara berurutan.

PK : karena sekarang waktu kita sudah habis dan sekarang kita akhiri pertemuan kita pada hari ini

AK : Baik kak

PK : baik adik-adik besok kita akan bertemu lagi, akan kita lanjutkan proses konseling kelompok besok dan kita akan menyelesaikan masalah teman-teman yang lain lagi besok

AK : Baik kak

PK : baiklah, sebelum kita akhiri mari kita berdoa bersama, mulai...Selesai...assalamualaikum

AK : Walaikummussalam kak

Kemudian dilanjutkan dengan membuat kesepakatan dengan anggota kelompok bahwa kegiatan ini akan dilanjutkan pada hari Kamis, 30 Desember 2021 dengan topik baru, setelah itu dilanjutkan dengan doa dan ucapan terima kasih

e. Pemberian layanan hari kelima

Pemberian layanan dilaksanakan pada hari Kamis, 30 Desember 2021, bertempat di ruangan musholla. Jumlah peserta yang menghadiri kegiatan ini yaitu sebanyak (10) orang. Dalam pemberian layanan, peneliti sekaligus bertindak sebagai pemimpin konseling kelompok. Fasilitas pendukung yang disediakan sebelum pemberian layanan seperti materi, tempat penyelenggaraan layanan, RPL serta absen kehadiran remaja. Kegiatan ini meliputi 4 tahapan yaitu:

i. Tahap pembentukan

Pada treatment kelima ini peneliti melakukan pembentukan kelompok yang bertujuan untuk mengembangkan suasana yang akrab dan terciptanya

dinamika kelompok. Tahap pembentukan ini dimulai dengan pemimpin kelompok mengucapkan terima kasih, berdoa dan mengambil absen anggota kelompok.

- PK : Assalamualaikum adek-adek.
 AK : Walaikumsalam kakak
 PK : terimakasih sebelumnya atas kehadiran adek-adek untuk mengikuti kegiatan ini, sebelum kita mulai kegiatan ini mari kita berdoa menurut agama dan keyakinan masing-masing, mulai...
 AK : Baik akak
 PK : adek-adek walaupun kalian sudah saling mengenal, untuk lebih akrab lagi bagaimana jika kalian memperkenalkan diri kalian masing-masing?
 AK : Baik kak
 PK ; baiklah adek-adek pertemuan ini dinamakan konseling kelompok, adek-adek tahu/pernah mengikuti?
 AK : Belum kak
 PK : baiklah akan kakak jelaskan apa itu konseling kelompok. konseling kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pemecahan masalah melalui dinamika kelompok. Dalam konseling ini setiap anggota kelompok berhak mengajukan pertanyaan, mengutarakan masalahnya dan memberikan masukan kepada anggota lain yang masalahnya sedang dibahas.

Pemimpin kelompok kemudian memberikan permainan rangkaian kata tujuannya agar menambah semangat anggota kelompok.

ii. Tahap peralihan

Tahap peralihan ini pemimpin konseling kelompok menjelaskan kembali kepada anggota konseling kelompok tentang kegiatan konseling kelompok, dilanjutkan dengan

tanya jawab kepada anggota konseling kelompok untuk kegiatan lebih lanjut dan mengenali suasana apabila anggota kelompok secara keseluruhan atau sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya.

PK : kakak disini bertindak sebagai pemimpin kelompok dan adek-adek sebagai anggota, dan kakak persilakan siapa dulu yang mau bicara, apa adik-adik sudah siap?

AK : Siap kak

PK : ok, sebelumnya dalam proses konseling ini ada asas-asas yang harus dipatuhi bersama asas-asas tersebut adalah:

- a. Asas kerahasiaan: semua anggota berjanji apapun yang terjadi dalam proses konseling ini tidak akan dibocorkan terhadap orang lain.
- b. Asas keterbukaan: semua anggota kelompok terbuka dalam menyampaikan permasalahannya
- c. Asas kesukarelaan: setiap anggota suka rela tanpa paksaan untuk mengikuti kegiatan ini
- d. Asas kenormatifan: semua anggota mengikuti norma-norma yang berlaku, menjaga sopan santun, saling menghormati, dan ketika memberikan solusi untuk anggota yang lain hendaknya sesuai norma yang berlaku.
- e. Asas kegiatan : semua anggota kelompok mengikuti konseling kelompok ini dari awal hingga akhir
- f. Asas kemandirian : semoga kalian setelah kegiatan ini bisa menerapkan dalam kehidupan sehari-hari hal yang positif
- g. Asas keaktifan : semua anggota kelompok di harapkan aktif saat kegiatan konseling kelompok berlangsung Bagaimana setuju?

AK : Siap kak

iii. Tahap kegiatan

Tahap kegiatan ini pemimpin konseling kelompok mengemukakan topik kasus belum bisa menggunakan

waktu luang. Pemimpin konseling kelompok memberikan feedback kepada anggota kelompok belum bisa menggunakan waktu luang sehingga dinamika kelompok menjadi tidak kaku.

PK : Baik kita masuk pada kasus permasalahan FA langsung kita ketopik pembahasan

FA : Baik kak saya tidak bisa menggunakan waktu luang saya kak, karna saya suka mengulur-ngulur waktu kak

PK : Mmm FA suka mengulur-ulur waktu ya, apa FA nyaman?

FA : Tidak kak, malahan sering pekerjaan saya tidak selesai kak

PK : Apa tindakan yang akan FA lakukan supaya FA tidak lagi suka mengulur-ulur waktu pekerjaan?

FA : Saya akan mencoba untuk berusaha mengatur waktu saya dalam membagi waktu kak

PK : Mm pintar FA semoga FA bisa dan yakin dalam perubahan FA kalau kamu bisa

EM : Iya kak kami akan membantu FA untuk tidak lagi mengulur-ulur waktu pekerjaannya kak

PK : Iya jadi adek-adek harus bisa saling mengingatkan temannya dalam pekerjaan dan tanggung jawab masing-masing

FA : Iya kak

PK : Pintar baik semoga FA bisa

iv. Tahap pengakhiran

Tahap pengakhiran ini pemimpin konseling kelompok menjelaskan bahwa kegiatan akan segera diakhiri. Anggota konseling kelompok diminta mengemukakan komitmennya untuk melakukan hal apa yang akan dilakukan setelah didapatkan dalam kegiatan tadi serta kesannya selama mengikuti kegiatan konseling kelompok ini. Dan anggota kelompok mengutarakan satu persatu secara berurutan.

- PK : karena sekarang waktu kita sudah habis dan sekarang kita akhiri pertemuan kita pada hari ini, dan terimakasih banyak untuk adik-adik kakak sudah menyempatkan waktu untuk beberapa hari ini
- AK : Baik kak
- PK : baik adik-adik terimakasih banyak atas waktunya
- AK : Iya kak sama-sama kak
- PK : baiklah, sebelum kita akhiri pertemuan kita mari kita berdoa bersama, mulai...Selesai...assalamualaikum
- AK : Walaikummussalam

Kemudian dilanjutkan dengan doa dan ucapan terima kasih kepada anggota kelompok bahwa selama ini sudah bersedia dan meluangkan waktunya untuk mengikuti kegiatan konseling kelompok.

3. Deskripsi Data *Post-Test*

Setelah dilaksanakan pemberian layanan konseling kelompok, peneliti melakukan pengambilan data akhir (post-test). Pengumpulan data post-test tidak jauh beda dengan data pre-test, karena menggunakan angket yang sama. Skala Likert yang digunakan menjadi acuan peneliti dalam menggambarkan tingkat kontrol diri anak asuh. Pada data post-test, skala menggambarkan tingkatan kontrol diri anak asuh setelah dilakukan layanan konseling kelompok dalam bentuk skor. Hal itu dapat dilihat pada tabel 4.3 di bawah ini.

Tabel 4.3 Rangkuman Skor Total Data Pre-Test Sampel

No	Nama	Post-Test	
		Skor	Kategori
1	F A	96	Tinggi
2	N S	92	Tinggi
3	I Y	93	Tinggi
4	U U	109	Tinggi
5	K P	104	Tinggi

6	N	93	Tinggi
7	A M	100	Tinggi
8	W M	97	Tinggi
9	R N	105	Tinggi
10	E M S P	94	Tinggi

Berdasarkan tabel 4.3. di atas, terlihat bahwasanya skor kontrol diri remaja berada antara 92 hingga 109. Untuk lebih jelasnya, data diklasifikasikan seperti pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.4 Tabel Klasifikasi Data Post Test Kontrol Diri Remaja

No	Rentang Skor	Klasifikasi	Jumlah	Persentase
1	100,9 – 120	Sangat Tinggi	0	0
2	81,7 – 100,8	Tinggi	10	100
3	62,5 – 81,6	Sedang	0	0
4	43,3 – 62,4	Rendah	0	0
5	24 – 43,2	Sangat Rendah	0	0
Jumlah			10	100

Pada tabel di atas, terlihat bahwasanya data post-test kontrol diri remaja berada pada kriteria tinggi. Jika dilakukan analisis deskriptif, rata-rata skor kontrol diri remaja yaitu 98.3, tidak terlalu jauh berbeda dengan nilai median yaitu 96.5. Untuk nilai modus dalam data ini yaitu 93.0. Jika merujuk pada nilai standar deviasi yaitu 5.92, terdapat indikasi data cenderung heterogen dengan sifat data cenderung menyebar. Hal tersebut juga terlihat dari nilai jangkauan yang juga masih cukup besar yaitu 17.

Berikut penjabaran data untuk masing-masing indikator.

a. Indikator Mengontrol Perilaku

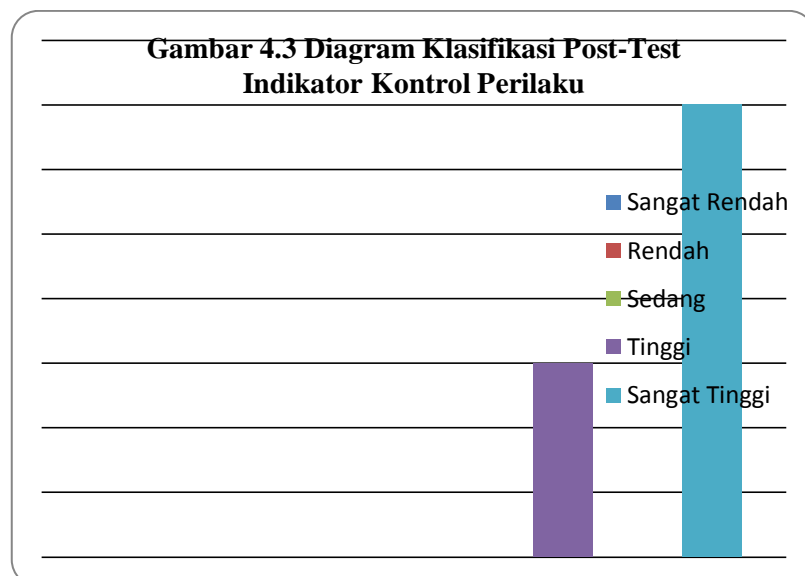
Indikator ini sama dengan indikator pada data pre-test, hanya saja pengumpulan datanya dilakukan setelah pemberian layanan. Indikator ini memuat 8 item pertanyaan yang terdiri dari 4 item positif dan 4 item negatif. Kedelapan item pertanyaan tersebut

dirangkum ke dalam tabel dan dilakukan pengkategorian seperti pada tabel 4.5 di bawah ini.

Tabel 4.5 Tabel Klasifikasi Data Post-Test Kontrol Prilaku

No	Rentang Skor	Klasifikasi	Jumlah	Persentase
1	33,7 – 40	Sangat Tinggi	7	70
2	27,3 – 33,6	Tinggi	3	30
3	20,9 – 27,2	Sedang	0	0
4	14,5 – 20,8	Rendah	0	0
5	8 – 14,4	Sangat Rendah	0	0
Jumlah			10	100

Berdasarkan tabel 4.5 diatas, hasil *Post-Test* untuk indikator mengontrol perilaku menunjukkan, terdapat 3 orang remaja (30%) berada pada kategori tinggi, 7 orang remaja (70%) pada kategori sangat tinggidan tidak ada yang berada pada kategori sangat rendah, rendah dan sedang. Hal tersebut dapat dilihat pada diagram di bawah ini.



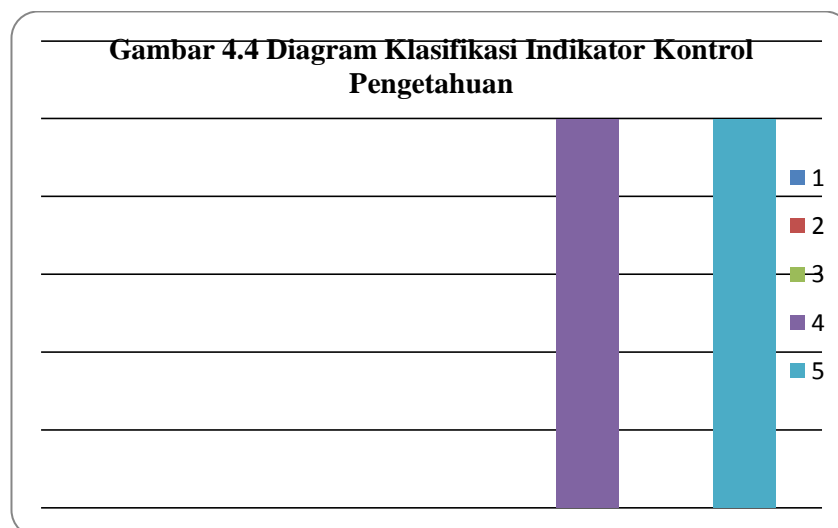
b. Indikator Mengontrol Pengetahuan

Indikator ini juga memuat 8 item pertanyaan yang terdiri dari 4 item positif dan 4 item negatif. Kedelapan item pertanyaan tersebut dirangkum ke dalam tabel dan dilakukan pengkategorian seperti pada tabel 4.6 di bawah ini.

Tabel 4.6 Tabel Klasifikasi Data Post-Test Kontrol Pengetahuan

No	Rentang Skor	Klasifikasi	Jumlah	Persentase
1	33,7 - 40	Sangat Tinggi	5	50
2	27,3 – 33,6	Tinggi	5	50
3	20,9 – 27,2	Sedang	0	0
4	14,5 – 20,8	Rendah	0	0
5	8 – 14,4	Sangat Rendah	0	0
Jumlah			10	100

Berdasarkan tabel 4.6 di atas, hasil *Pre-Test* untuk mengontrol pengetahuan menunjukkan, terdapat 5 orang remaja (50 %) berada pada kategori tinggi, 5 orang remaja (50%) pada kategori sangat tinggi, dan tidak ada yang berada pada kategori sangat rendah, rendah dan sedang. Hal ini tidak jauh berbeda dengan hasil data pada indikator sebelumnya, seperti pada diagram di bawah ini.



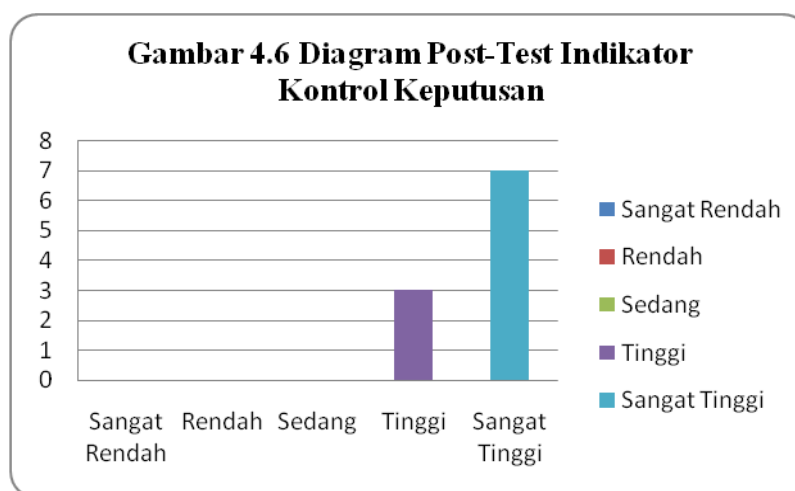
c. Indikator Mengontrol Keputusan

Indikator adanya harapan dan cita-cita juga memuat 8 item pertanyaan yang terdiri dari 4 item positif dan 4 item negatif. Kedelapan item pertanyaan tersebut dirangkum ke dalam tabel dan dilakukan pengkategorian seperti pada tabel 4.7 di bawah ini

Tabel 4.7 Tabel Klasifikasi Data Post-Test Kontrol Keputusan

No	Rentang Skor	Klasifikasi	Jumlah	Persentase
1	33,7 - 40	Sangat Tinggi	7	70
2	27,3 – 33,6	Tinggi	3	30
3	20,9 – 27,2	Sedang	0	0
4	14,5 – 20,8	Rendah	0	0
5	8 – 14,4	Sangat Rendah	0	0
Jumlah			10	100

Berdasarkan tabel 4.7 di atas, hasil *Pre-Test* untuk indikator mengontrol keputusan menunjukkan, terdapat 3 orang remaja (30%) berada pada kategori tinggi, 7 orang remaja (70%) pada kategori sangat tinggi,dan tidak ada yang berada pada kategori sangat rendah, rendah dan sedang. Hal itu dapat dilihat pada gambar diagram di bawah ini.



B. Uji Hipotesis

1. Uji Syarat Analisis Parametrik

Sebelum dilakukan pengujian terhadap hipotesis yang diajukan, maka terlebih dahulu dilakukan uji syarat analisis parametrik. Uji ini dilaksanakan apakah data memenuhi syarat untuk dijalankan analisis secara parametrik atau tidak. Jika memenuhi syarat parametrik, maka uji yang dilaksanakan adalah uji analisis parametrik dan sebaliknya jika tidak memenuhi syarat, maka uji analisis yang dijalankan yaitu uji non-parametrik.

Uji parametrik diutamakan sebagai uji analisa karena konsekuensi dari kesimpulan yang bisa digeneralisir tidak hanya untuk ruang sampel, namun juga pada populasi. Hal ini dikarenakan data memenuhi syarat untuk dilakukan estimasi atau pendugaan nilai parameter.

Secara umum, uji syarat analisis yang dijalankan ada 2 yaitu yaitu uji normalitas dan uji homogenitas.

a. Uji normalitas

Uji normalitas data dilakukan untuk melihat apakah data menyebar secara normal atau tidak. Untuk lebih jelasnya mengenai deskripsi analisis uji normalitas, dapat dilihat pada pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.8 Tes Normalitas Data Pre Test

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Data_Pre	.188	10	.200*	.912	10	.298

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

a. Lilliefors Significance Correction

Tabel 4.8 menunjukkan rangkuman hasil uji normalitas sebaran data *pre-test*. Dikarenakan jumlah sampel sebanyak 10 orang (< 50), maka untuk menghindari bias dalam penentuan kesimpulan uji normalitas, uji yang digunakan yaitu uji Saphiro

Wilk. Untuk data pre-test, didapatkan nilai uji statistik sebesar 0.912 dengan sig. 0.298 > 0.05. Hal ini bermakna, sebaran data untuk uji pre-test normal.

Selain itu, uji normalitas data juga dilakukan pada data post-test. Untuk lebih jelasnya mengenai deskripsi analisis uji normalitas data post-test, dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.9 Tes Normalitas Data Post Test

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Data_Post	.191	10	.200*	.953	10	.701

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

a. Lilliefors Significance Correction

Tabel 4.9 menunjukkan rangkuman hasil uji normalitas sebaran data *pre-test*. Dikarenakan jumlah sampel sebanyak 10 orang (< 50), maka untuk menghindari bias dalam penentuan kesimpulan uji normalitas, maka uji yang digunakan yaitu uji Saphiro Wilk. Untuk data pre-test, didapatkan nilai uji statistik sebesar 0.953 dengan sig. 0.701 > 0.05. Hal ini bermakna, sebaran data untuk uji post-test berdistribusi normal.

Selain dilakukan uji normalitas, juga dilakukan uji homogenitas. Uji homogenitas dilakukan terhadap variabel menggunakan uji *Levene* dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$. Kriteria pengujian yaitu data homogen apabila nilai sig. yang diperoleh lebih besar dari nilai taraf signifikansi (α) dan sebaliknya data tidak homogen apabila nilai sig. yang diperoleh lebih kecil dari nilai taraf signifikansi (α). Hasil perhitungan dalam bentuk rangkuman dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5.0 Tes Homogenitas Data

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Skor	Based on Mean	.541	1	18	.471
	Based on Median	.290	1	18	.597
	Based on Median and with adjusted df	.290	1	17.48 8	.597
	Based on trimmed mean	.475	1	18	.499

Dari hasil uji homogenitas di atas, didapatkan nilai uji Levene sebesar 0.541 dengan nilai sig. 0.471 > 0.05. Hal ini bermakna data menyebar secara homogen.

2. Pengujian Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian konseling kelompok dengan control diri remaja asuh di Pantti Asuhan Aisyiyah Batusangkar. Pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan *pair-matched sample t-test* atau uji-t sampel berpasangan.

Hipotesis kajian dalam penelitian ini yaitu:

H_0 : Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara skor kontrol diri remaja sebelum maupun sesudah pemberian layanan konseling kelompok

H_a : Terdapat perbedaan yang signifikan antara skor kontrol diri remaja sebelum maupun sesudah pemberian layanan konseling kelompok, dengan kriteria:

- 1) Jika nilai sig. < 0,05, maka H_0 ditolak, H_a diterima
- 2) Jika nilai sig. > 0,05, maka H_0 diterima, H_a ditolak

Tabel 5.1 Rangkuman Uji-t Sampel Berpasangan

		Paired Differences				T	Df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference Lower Upper			
Pair 1	Data_Pre - Data_Post	-6.200	3.795	1.200	-8.915 -3.485	-5.167	9	.001

Berdasarkan output data di atas, didapatkan nilai t yaitu -5.167 dengan nilai sig. yaitu $0.01 < 0.05$, yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini bermakna terdapat perbedaan yang signifikan antara skor kontrol diri remaja sebelum maupun sesudah pemberian layanan konseling kelompok. Dengan arti kata lain, **pemberian layanan konseling kelompok pada remaja di Panti Asuhan Aisyiyah Batusangkar berpengaruh terhadap peningkatan hasil kontrol diri remaja.**

3. Uji Pengaruh Variabel X (Layanan Konseling Kelompok) terhadap Variabel Y (Kontrol Diri) Remaja.

Uji pengaruh variabel X terhadap variabel Y dilakukan untuk melihat sejauhmana signifikansi pengaruh setelah dilakukan perlakuan/treatment. Sebelumnya, dilakukan perbandingan secara langsung antara skor variabel pre-test dan post-test untuk melihat gambaran perubahan yang terjadi. Berikut disajikan data perbandingan antara skor pre-test dan post-test secara keseluruhan.

Tabel 5.2 Perbandingan antara Skor Pre-Test dan Post-Test

No	Nama	Pre-Test		Post-Test		Peningkatan Skor
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	F A	59	Sedang	96	Tinggi	37
2	N S	62	Sedang	92	Tinggi	30
3	I Y	65	Sedang	93	Tinggi	28
4	U U	66	Sedang	109	Tinggi	43
5	K P	65	Sedang	104	Tinggi	39

6	N	64	Sedang	93	Tinggi	29
7	A M	66	Sedang	100	Tinggi	34
8	W M	65	Sedang	97	Tinggi	32
9	R N	66	Sedang	105	Tinggi	39
10	E M S P	66	Sedang	94	Tinggi	28

Dari data di atas, terlihat semua responden mengalami peningkatan skor. Jika dilakukan uji n-gain, didapatkan hasil sebagai berikut:

$$g = \frac{\text{skor post test} - \text{skor pre test}}{\text{skor maksimum} - \text{skor pre test}}$$

$$g = \frac{983 - 644}{1200 - 644}$$

$$g = \frac{339}{556} = 0.609$$

Dari hasil di atas, didapatkan nilai n-gain sebesar 0.609 atau 60.9%. Jika merujuk pada tabel, hal ini bermakna pengaruh pemberian layanan konseling kelompok terhadap kontrol diri remaja hanya **sedang (0.609)**.

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data di atas, terdapat pengaruh layanan konseling kelompok terhadap kontrol diri remaja. Hal ini berarti, secara empiris layanan konseling kelompok yang dilakukan pada remaja panti asuhan memiliki pengaruh dalam peningkatan kontrol remaja. Indikator untuk signifikansi hasil penelitian dapat dilihat pada tabel analisis perhitungan data dengan menggunakan uji-t. Pada tabel tersebut, terlihat bahwa hasil signifikansi yang kecil dari 0.05 menunjukkan bahwasanya terdapat perbedaan rata-rata data sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok.

Meskipun dalam penelitian ini jumlah sampel dan populasi cukup kecil, namun mengingat hasil uji prasyarat yang terpenuhi seperti uji normalitas dan homogenitas data, maka analisis bisa dijalankan secara

parametrik menggunakan uji-t sampel berpasangan. Setelah itu baru dilanjutkan dengan pemberian *treatment* berupa layanan konseling kelompok dengan materi merujuk pada Averil dalam Ghufron dan Rini Risnawita Suminta (2010:29), dimana kontrol diri terdiri dari tiga aspek yaitu kontrol perilaku (*behavioral control*), kontrol kognisi/pengetahuan (*cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*decission control*).

Layanan konseling kelompok menjadi pilihan bagi peneliti dalam *treatment* yang diberikan, karena konseling kelompok dianggap mampu dalam mencegah perilaku yang melanggar moral. Dalam hal ini, perilaku yang dimaksud berkenaan dengan perilaku yang disebabkan oleh kurangnya kontrol diri. Hal itu sesuai dengan pandangan Hardi dkk. (2019) yang menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok, salah satunya dengan pendekatan CBT, mampu meningkatkan kontrol diri siswa.

Dengan adanya dinamika kelompok pada setiap materi kontrol diri yang diberikan, akan meningkatkan komunikasi remaja dengan orang lain sehingga terjalin komunikasi interpersonal. Selain itu, manfaat lain dari konseling kelompok yaitu mampu mengasah kematangan kognitif remaja sehingga mampu membedakan antara yang salah atau yang benar, memposisikan pada posisi orang lain dan terlibat dalam kesanggupan macam-macam peraturan. Kesemuanya ini terangkum dalam aspek yang ada pada kontrol diri seperti kontrol perilaku, kontrol pengetahuan dan kontrol keputusan.

Mengingat fase yang sedang dijalani remaja panti asuhan adalah fase remaja, masa ini merupakan masa genting sekaligus penentu dari transisi mencapai kedewasaan. Dikatakan sebagai fase genting, karena pada tahap ini remaja berada dalam kondisi labil serta dalam pencarian jati diri. Namun disisi lain, fase ini merupakan fase yang paling tepat untuk menanamkan dan mempraktekkan nilai-nilai moral, karena remaja mulai memiliki kelompok sosial yang lebih luas.

Jika merujuk pada hasil penelitian, meskipun secara umum remaja terdapat peningkatan kontrol diri sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok, namun untuk beberapa indikator, masih terdapat penurunan skor.

Selain itu, pada fase remaja ini juga diperlukan kontrol diri yang baik dari remaja, terutama dalam menyikapi aturan yang telah disepakati oleh lingkungan. Pelanggaran akan kontrol diri yang dilakukan oleh remaja akan berdampak pada pemberian sanksi, baik sanksi sosial maupun non-sosial. Oleh karena itu, remaja diharapkan dapat mengembangkan kontrol dirinya sehingga terbentuk moral remaja yang menjadi modal baginya untuk menjalani tugas perkembangan di fase berikutnya.

Pemberian konseling kelompok dapat menjadi pengalaman yang menyenangkan bagi remaja dalam menyikapi beragam perilaku karena kurangnya kontrol diri. Untuk melihat signifikan atau tidaknya peningkatan kontrol diri remaja panti asuhan melalui konseling kelompok yang dilakukan dengan uji-t dan penghitungan n-gain, didapatkan hasil hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Hal ini dapat dilihat dari nilai signifikansi yaitu $0.00 < 0.05$. Hal ini berarti, bahwa dalam taraf kepercayaan 5%, layanan konseling kelompok berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kontrol diri remaja. Dalam arti lain, layanan konseling kelompok yang telah diberikan dapat meningkatkan kontrol diri remaja panti asuhan.

Hasil penelitian ini tidak jauh berbeda dengan hasil penelitian yang dijalankan oleh Suka, Hasanah dan Sembiring (2021). Dengan sampel sebanyak 19 orang remaja, didapatkan hasil bahwasanya pemberian layanan konseling kelompok dapat meningkatkan kontrol diri remaja dengan nilai-p atau sig. $0.00 < 0.05$. Selain itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Lestari dan Nursalim (2019), Priskila, Ramadhani dan Surtiyoni (2021) serta Hardi, Ermayulis dan Masril (2019). Hasil dari ketiga penelitian tersebut juga sama dengan hasil penelitian yang peneliti dapatkan, yaitu pemberian layanan konseling kelompok mampu

meningkatkan kontrol diri siswa. Meskipun dalam konteks ini, terdapat sedikit perbedaan dimana sampel untuk keempat penelitian di atas yaitu siswa sekolah menengah, sedangkan pada penelitian ini merupakan remaja di panti asuhan. Namun demikian, mengingat rentang usia sampel yang berada di sekolah menengah, tidak jauh berbeda dengan sampel penelitian ini, berarti dapat dibuat kesimpulan bahwasanya untuk rentang usia remaja, pemberian layanan tersebut cukup berdampak signifikan.

Selain itu, jika merujuk pada penelitian Lestari dan Nursalim (2019), Priskila, Ramadhani dan Surtiyoni (2021), serta Hardi, Ermayulis dan Masril (2019). Ketiganya memiliki perbedaan. Penelitian yang dilakukan oleh Lestari dan Nursalim (2019), menggunakan strategi *self-control* dalam pemberian layanan bimbingan kelompok, sedangkan pada penelitian Priskila, Ramadhani dan Surtiyoni (2021), layanan bimbingan kelompok yang diberikan menggunakan teknik modeling. Selain itu, Hardi, Ermayulis dan Masril (2019) menggunakan pendekatan CBT. Namun demikian, mengingat hasil penelitian yang tidak terlalu jauh berbeda, maka dapat ditarik asumsi bahwasanya konseling kelompok secara umum berpengaruh dalam meningkatkan kontrol diri remaja.

Hal ini juga sejalan dengan pandangan Tohirin (2007:172), dimana tujuan konseling yaitu untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran persepsi, wawasan dan sikap konseli dalam mencari solusi atas permasalahan yang ada melalui dinamika yang mampu meningkatkan kemampuan berkomunikasi verbal maupun nonverbal remaja. Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa dalam mengembangkan kontrol diri remaja panti dapat dilakukan dalam pemberian layanan yang memfasilitasi dinamika remaja, seperti layanan konseling kelompok.

BAB V

HASIL PENELITIAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti bahas pada bab sebelumnya mengenai pengaruh konseling kelompok terhadap peningkatan kontrol diri remaja Panti Asuhan 'Aisyiyah Putri Batusangkar. Hasil kesimpulan dapat dirangkum sebagai berikut:

1. Konseling kelompok yang dilaksanakan di Panti Asuhan 'Aisyiyah Putri Batusangkar dapat memberikan pengalaman baru yang mampu meningkatkan kontrol diri remaja. Selama penelitian, melalui 5 kali layanan yang diberikan oleh peneliti, remaja mendapat beragam pengalaman baru dari dinamika kelompok serta informasi selama kegiatan berlangsung
2. Skor kontrol diri remaja sebelum diberikan konseling kelompok memiliki rata-rata sebesar 97.9. Setelah diberikan layanan konseling kelompok, terjadi peningkatan skor kontrol diri remaja menjadi 104.10. Hal ini bermakna, secara umum terjadi peningkatan skor kontrol diri remaja setelah diberikan layanan konseling kelompok.
3. Berdasarkan hasil pengolahan data statistik menggunakan uji-t sampel berpasangan. Hasil kesimpulan menunjukkan, nilai t yaitu 5.67 dengan nilai sig. $0.001 < 0.05$, yang bermakna layanan konseling kelompok memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan kontrol diri remaja. Hasil analisis nilai n-gain diperoleh nilai 0.609 atau 60.9%. Hal ini bermakna pengaruh pemberian layanan konseling kelompok terhadap kontrol diri remaja hanya **sedang (0.609)**.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan peneliti di Panti Asuhan 'Aisyiyah Putri Batusangkar, dapat dirangkum beberapa saran yang nantinya bisa dijadikan acuan untuk meningkatkan kontrol diri remaja kedepannya.

1. Kepada Pembina Asrama Panti Asuhan 'Aisyiyah Putri Batusangkar. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan sebagai bahan informasi dalam pemanfaatan konseling kelompok sebagai bentuk upaya peningkatan kontrol diri remaja.
2. Kepada remaja di panti asuhan Aisyiyah, kedepannya diharapkan dapat meningkatkan lagi kemampuan kontrol diri. Meskipun dalam penelitian ini upaya yang dilakukan dalam bentuk layanan konseling kelompok, namun semestinya kontrol diri bisa dikembangkan sendiri oleh remaja.
3. Peneliti selanjutnya, diharapkan agar dapat mengembangkan program konseling kelompok dalam rangka mengembangkan kontrol diri remaja. Layanan konseling kelompok ini masih dalam bentuk prototype yang masih bisa dikembangkan, diintegrasikan dan disesuaikan dengan konteks dan kebutuhan lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, J. N. 2009. *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*, Bandung: Refika Aditama.
- Amin, M. S. 2010. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah
- Audry, D.F. 2021. *Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa Kelas VIII SMP Swasta Azizi Medan Tahun Pembelajaran 2020/2021*. Skripsi: Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- Calhoun dan Acocella. 2013. *Konsep Kontrol Diri dan Prilaku Konsumtif Remaja*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Djaali, D. 2014. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Ewintri. *Layanan Bimbingan dan Konseling*, retrieved from <http://ewintri.wordpress.com/2012/01/04/layanan-bimbingan-konseling/> (09 juni 2021).
- Fouad, N. A., Carter, J. A., & Subich, L. M. (Eds.). (2012). *APA handbook of counseling psychology, Vol. 1. Theories, research, and methods*. American Psychological Association.
- Ghufron, N. M & Suminta, R. R. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ruzz Media
- Hardi, E., Ermayulis, D. & Masril, M. Pengaruh Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan Cognitive Behavior Therapy untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa. *Indonesian Journal of Counseling and Development*. 1 (2).
- Juliansyah Noor. 2011. *Metodelogi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi, dan Karya Ilmiah*. Jakarta: Kencana Perdana Media Group.
- Ketut, D.S. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta Logue. 2013. *Konsep Kontrol Diri dan Perilaku Konsumtif Remaja*.
- Lestari, F. A, & Nursalim, M. (2019). Layanan Konseling Kelompok Strategi Self-Management untuk Meningkatkan Kontrol Diri Terhadap Kedisiplinan Siswa Kelas XI SMA Negeri 11 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 10(2).

- Logue, A. W. (1995). *Self-control: Waiting until tomorrow for what you want today*. Prentice-Hall, Inc.
- Narti, S. 2014. *Model Bimbingan Kelompok Berbasis Ajaran Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nugraha, A.B & Adjie, G.R. 2019 . Pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik Sosiodrama terhadap Kontrol Diri. *Indonesian Journal of Educational Reasearch and Review*. 2(3). 408-414
- Nurihsan, A. J. 2006. *Bimbingan dan Konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: Refika Aditama.
- Prayitno.1999. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- _____. 2004. *Seri Layanan Konseling LI-L9*, Padang UNP .
- _____. 2013. *Seri Panduan Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: BK FIP UNP
- _____. 2017. *Konseling Profesional yang Berhasil; Layanan dan Kegiatan Pendukung*. Jakarta: Rajawali Press
- Qurrata'ayun, B.I. 2020. Peningkatan Kontrol Diri Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Permainan Simulasi Pada Siswa Kelas VIII SMP. *Jurnal Konseling Gusjigang*. 6(1).
- Riduwan. 2010. *Metode & Teknik Menyusun Tesis*. Bandung: Alfabeta.
- Romlah, T. 2001. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Sudijono, A. 2005. *Pengatur Statistik Pendidikan*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sugiono. 2007. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Suka, F.P.M.G, Hasanah, N & Sembiring, M. 2021. Peningkatan Kontrol Diri Terhadap Media Sosial Melalui Layanan Bimbingan Kelompok di Sma Tamansiswa Binjai. *Jurnal Serunai Bimbingan dan Konseling*. 10(2). 57-63.
- Sukardi. D. K. 2008. *Pengatur Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah: edisi revisi*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Thalib, B. S. 2010, *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*, Jakarta: Prenada Media Group.
- Thomas, F. D. 2013. Hubungan Antara Tingkat Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Prilaku Kenakalan Remaja. http://journal.unair.ac.id/filePDF/110810241_ringkasan.pdf. 16 juni 2021.
- Tohirin. 2007. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, berbasis integrasi. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Wardati dan J. Muhammad. 2011. *Implementasi Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Prestasi Pustaka Raya.
- Winkel dan Sri Hastuti. 2005. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta : Media Abadi