

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK *SELF CONTROL* TERHADAP KEDISIPLINAN
PESERTA DIDIK KELAS X DI MAN 1
LAMPUNG TENGAH**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Dalam Bidang Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Oleh :

ANIDA FAUZIA NINGTIAS

NPM: 1811080003

Program Study Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1444 H/2022 M**

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK *SELF CONTROL* TERHADAP KEDISIPLINAN
PESERTA DIDIK KELAS X DI MAN 1
LAMPUNG TENGAH**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Dalam Bidang Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Oleh :

ANIDA FAUZIA NINGTIAS

NPM: 1811080003

Program Study Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam



Pembimbing I : Dr. H. Yahya AD, M.Pd.

Pembimbing II: Indah Fajriani, M.Psi., Psikolog

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1444 H/2022 M**

DAFTAR LAMPIRAN

1. T-Tabel
2. Surat Izin Penelitian di MAN 1 Lampung Tengah
3. Pedoman Wawancara
4. Pedoman Observasi
5. Rencana Pemberian Layanan (RPL)
6. Hasil Angket *Pretest* dan *Posttest*
7. Tata Tertib Peserta Didik MAN 1 Lampung Tengah
8. Dokumentasi



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Sebelum penulis menguraikan pembahasan lebih lanjut dan dalam penelitian ini tidak terjadi kesalah pahaman mengenai judul penelitian tentang **“Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Control* Terhadap Kedisiplinan Peserta Didik Kelas X Di MAN 1 Lampung Tengah”** maka peneliti perlu menegaskan istilah-istilah yang ada dalam judul tersebut adalah sebagai berikut:

1. Konseling Kelompok

Konseling kelompok adalah sebuah kegiatan pemberian bantuan atau layanan kepada peserta didik dalam bentuk kelompok yang terdiri dari beberapa peserta didik. Dalam kegiatan konseling kelompok menjadi sarana bagi konselor untuk memecahkan permasalahan antar anggota kelompok dan dinamika kelompok harus dikembangkan secara baik, sehingga mendukung pencapaian tujuan layanan secara efektif.¹ Kelompok terdiri dari beberapa peserta didik dan dipimpin oleh seorang ketua kelompok yang terlatih dan berwenang dalam melaksanakan praktik konseling profesional.

2. *Self Control*

Self control atau kontrol diri adalah sebuah kemampuan yang ada di dalam diri seseorang atau individu untuk dapat mengarahkan tingkah lakunya sendiri dalam bertindak atau melakukan suatu kegiatan serta menekan atau menghambat dorongan yang ada atau bisa disebut dengan mengatur diri dari dalam hati dan pikiran. Kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengontrol, menekan, menahan dan mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya sesuai dengan keadaan diri, kemampuan, serta

¹ Dkk. Prayitno, *Layanan Bimbingan Kelompok Dan Konseling Kelompok* (Bogor: Ghalia Indonesia, 2017),62.

kondisinya. Menggunakan teknik *self control* adalah salah satu solusi yang tepat untuk mengendalikan diri peserta didik. *Self control* menurut Chaplin merupakan kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan impuls-impuls atau tingkah laku impulsive.² Individu yang memiliki pengendalian yang baik, akan berusaha memenuhi kebutuhan hidupnya dalam takaran yang sesuai dengan kebutuhan yang diinginkan. Dalam hal ini pengendalian diri membantu individu untuk menyeimbangkan pemenuhan kebutuhan hidup.

3. Kedisiplinan

Kedisiplinan adalah suatu kondisi seseorang mematuhi dan melaksanakan ketentuan, aturan, tata tertib, norma, nilai-nilai serta kaidah-kaidah yang berlaku dalam suatu lingkungan. Kedisiplinan merupakan suatu aspek penting dalam diri seseorang apalagi seorang peserta didik dalam lingkungan madrasah.³ Pada tiap lembaga pendidikan seperti madrasah pasti memiliki aturan dan tata tertib yang harus di taati dan tidak boleh dilanggar, apabila dilanggar akan mendapatkan sanksi. Hal tersebut dilakukan demi terbentuknya sifat disiplin dalam diri peserta didik.

4. Peserta Didik

Peserta didik adalah seorang atau beberapa orang dari anggota masyarakat yang sedang mengembangkan potensi diri dan mendapatkan suatu kegiatan pembelajaran serta memiliki keterikatan dalam sebuah lembaga formal ataupun nonformal, baik dalam lembaga pemerintahan maupun swasta.⁴ Dalam UU No 20 tahun 2003 pasal 1 (4) tentang system pendidikan nasional, Peserta didik memiliki hak dan kewajiban atas dirinya sendiri dalam mendapatkan suatu proses pembelajaran yang tersedia pada jalur, jenjang dan jenis pendidikan tertentu. Dalam

² JP. Chaplin, *Dictionary Psychology. Kamus Lengkap Psikologi Penerjemah Kartini Katrono*, ed. : Raja Grafindo Persada. (Jakarta, 2008),h.450

³ Arikunto, *Manajemen Pengajaran Secara Manusawi* (jakarta: Rineka Cipta, 2001),h.199

⁴ Ibid.h.127

UU No 20 tahun 2003 pasal 13, dijelaskan bahwa warga Negara asing dapat menjadi peserta didik pada suatu pendidikan yang diselenggarakan dalam suatu wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia (NKRI).

Berdasarkan penjelasan dari istilah-istilah tersebut dapat diketahui dengan jelas dari yang dimaksud dengan penelitian yang berjudul “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Control* Terhadap Kedisiplinan Peserta Didik Kelas X Di MAN 1 Lampung Tengah”

B. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Pada usia remaja, individu memiliki permasalahan social yang lebih kompleks hal ini disebabkan karna remaja yang sedang mencari jati diri dan tidak jarang melakukan penyimpangan dan menimbulkan berbagai macam permasalahan.⁵ Remaja tengah mengarungi perjalanan masa mencari jati diri sehingga faktor keteladanan dan konsistensi sistem nilai dan norma dalam masyarakat juga menjadi sesuatu yang sangat penting. Salah satu yang dialami remaja dalam proses sosialisasinya adalah bahwa tidak jarang masyarakat bersikap tidak konsisten terhadap remaja. Disatu sisi remaja dianggap sudah beranjak dewasa, tetapi kenyataannya di sisi lain mereka tidak diberikan kesempatan atau peran penuh sebagaimana orang yang sudah dewasa.⁶ Dari pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa masa remaja adalah masa transisi seseorang dari kecil menuju dewasa.

Pada masa ini, seorang remaja sedang mencari jati dirinya hingga menyebabkan rentannya seorang remaja memiliki perilaku negative dari teman atau lingkungan

⁵ Y. W. Silvia & P.T. Risca, “Konseling Sebaya Untuk Meningkatkan Perilaku Prosocial Siswa,” *Jurnal Psikopedagogia* 4, no. 2 (2015): 87.

⁶ D.G.Singgih S.D.G. Yulia, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja* (Jakarta: gunung muli, 2008).h.204

sekitarnya. Hal ini yang menyebabkan timbulnya masalah baru karena kurang disiplinnya seorang remaja. Jika hal ini dibiarkan dan tidak ditanggulangi dengan segera maka akan membawa kerugian bagi peserta didik, orangtuanya, dan lingkungan sekitarnya. Kerugian nyata yang dapat dilihat dari tidak terbentuknya sifat kedisiplinan dengan baik seperti pelanggaran tata tertib madrasah, mendapat hukuman, tidak tercapainya kematangan emosi dan sebagainya. Berkenaan dengan masalah yang dihadapi, seorang remaja membutuhkan aturan-aturan, tata tertib, serta kaidah-kaidah dalam lingkungan yang bertujuan membatasi gerak seorang remaja supaya tidak menyimpang dari norma yang berlaku di lingkungannya serta membentuk sifat kedisiplinan seorang remaja.

Melihat pentingnya hal tersebut, dibutuhkan lingkungan yang memiliki aturan, tata tertib, norma dan kaidah yang dapat membentuk serta mendidik kedisiplinan seorang remaja. Lingkungan tersebut bisa didapat dari lingkungan madrasah. Madrasah merupakan pendidikan yang sangat penting bagi manusia, kegiatan belajar mengajar di madrasah merupakan kegiatan yang wajib diterapkan pada peserta didik sehingga pendidikan Bimbingan Dan Konseling sangat wajib untuk suatu perubahan-perubahan terhadap peserta didik. Allah SWT menjelaskan dalam QS. Al-Mujadilah.11

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اِذَا قِيْلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوْا فِى الْمَجْلِسِ فَاَفْسَحُوْا
 يَفْسَحِ اللّٰهُ لَكُمْ ۗ وَاِذَا قِيْلَ اَنْشُرُوْا فَاَنْشُرُوْا يَرْفَعِ اللّٰهُ الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا
 مِنْكُمْ وَالَّذِيْنَ اٰتَوْا الْعِلْمَ دَرَجٰتٍ ۗ وَاللّٰهُ بِمَا تَعْمَلُوْنَ خَبِيْرٌ ﴿۱۱﴾

Artinya: "Hai orang-orang beriman apabila dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", Maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu, dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", Maka berdirilah, niscaya Allah

akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.” (Q.S. Al-Mujadilah:11)⁷

Dalam ayat tersebut dijelaskan bahwa betapa tinggi derajat dan kedudukan orang-orang yang menuntut ilmu pengetahuan, serta akan diangkat derajatnya disisi Allah SWT sebab menjadi orang-orang yang beriman, bertaqwa, dan beramal shaleh serta berilmu. Melihat pentingnya menuntut ilmu disuatu lembaga pendidikan, maka dari itu setiap manusia hendaknya dapat memanfaatkan waktu dengan baik dan saling bekerjasama dalam menciptakan generasi penerus bangsa yang disiplin terhadap aturan dan tata tertib. Maka dari itu dengan adanya peran seorang guru bimbingan konseling dapat mengatasi permasalahan peserta didik yang ada dimadrasah. Karena jika melihat konsep dasar dari bimbingan konseling yaitu memberikan pertolongan terhadap masalah yang ada. Dan memang sudah seharusnya seseorang manusia harus saling membantu dan memberikan pertolongan, sebab waktu tidak akan terulang kembali dan sifat kedisiplinan harus diajarkan sedini mungkin karna akan mendorong terbentuknya karakter dalam diri peserta didik. Sebagai seorang konselor maupun peserta didik harus bisa memanfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya, sebagaimana Allah SWT menjelaskan dalam Al-Qur'an surah Al-Ashr sebagai berikut:

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾
 إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكْفُورٌ ﴿٢﴾
 إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا
 الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

*Artinya: Demi masa (1) Sesungguhnya manusia dalam kerugian
 (2) Kecuali orang-orang yang beriman dan*

⁷ “Depertemen Agama RI, (1993). Al-Qur'an Dan Terjemahnya. Semarang. CV. Toha Putra.”

*mengerjakan kebajikan serta saling menasihati untuk kebermanan dan saling menasihati untuk kesabaran. (3)
(Q.S Al-Ashr Ayat 1-3)⁸*

Berdasarkan pengertian ayat di atas hendaklah kita memanfaatkan waktu sebaik mungkin dan melakukan hal-hal positive, sesama manusia haruslah saling tolong menolong dalam kebaikan serta janganlah menjerumuskan manusia dalam perbuatan merugi atau kearah yang negative karna segala sesuatu dikerjakan dengan kebaikan akan mendapatkan ridho dari Allah SWT. Disinilah sangat dibutuhkan kehadiran guru Bimbingan dan Konseling dalam membantu, membimbing, mengarahkan peserta didik mengatasi permasalahan yang dihadapi, yang baik serta berakhlakul karimah. Hampir setiap madrasah dapat dijumpai keberadaan bimbingan konseling dimana bertujuan untuk membantu peserta didik agar mampu menyelesaikan masalah yang dihadapinya dan juga mengembangkan potensi diri yang dimilikinya.

Sebagaimana yang perlu diketahui bahwa belajar yaitu peristiwa yang sangat kompleks. Peran guru bimbingan dan konseling memang penting, namun tidak bisa dipungkiri bahwa tata tertib dan aturan madrasah harus ditegakkan dan dijalankan tidak bisa dilanggar oleh seluruh warga madrasah termasuk guru Bimbingan Konseling maupun peserta didik. Lingkungan berperan sangat penting dari pembentukan karakter, sifat, dan watak dalam diri seseorang sehingga hal tersebut dapat dijadikan acuan bagi diri seseorang untuk bertingkah laku di lingkungan baik internal maupun eksternal. Dari fenomena yang terjadi tersebut, penulis menyadari betapa pentingnya tata tertib dan aturan di madrasah bagi sifat kedisiplinan terlebih dalam bersikap dan mengontrol dirinya atau *self control* dengan sebuah layanan yang dirasa cukup efektif jika diterapkan guna mengatur kedisiplinan peserta didik, Banyak cara yang dapat dilakukan oleh guru Bimbingan Konseling untuk memberikan

8 Ibid.

layanan sebagai bahan belajar seperti layanan konseling kelompok.

Menurut Siswanto, disiplin adalah suatu sikap menghormati, menghargai, patuh, dan taat terhadap peraturan-peraturan yang berlaku, baik yang tertulis maupun tidak tertulis serta sanggup menjalankannya dan tidak mengelak untuk menerima sanksi-sanksinya apabila ia melanggar tugas dan wewenang yang diberikan kepadanya.⁹ Selaras dengan pendapat tersebut, menurut Rusdinal dan Elizar, kedisiplinan dapat dikatakan sebagai alat pendidikan bagi anak, sebab dengan disiplin anak dapat membentuk sikap teratur dan mentaati norma aturan yang ada. Sedangkan Menurut Muwafik, untuk membangun karakter yang kuat harus bermula dari penguatan kepribadian yang kuat pula dari masing-masing individu.¹⁰ Karakter yang dimaksud adalah karakter disiplin bisa terbentuk dari dorongan dalam diri hati nurani atau *self control* juga seperti dorongan dari lingkungan sekitarnya dapat menentukan bagaimana seseorang itu berperilaku. Rolnick mensistematisasikan proses ini dengan mengembangkan karakteristik yang membantu klien mengembangkan karakter untuk berubah dan mencapai tujuan Konseling.¹¹

Tiap individu perlu mengendalikan dirinya, akan tetapi masih banyak individu yang belum dapat mengontrol dirinya sendiri untuk tidak melakukan suatu hal yang menyimpang dan melanggar aturan yang ada terlebih pada remaja, karna remaja belum memiliki cukup pelajaran dan pengalaman bagi dirinya. Menurut Panut dan Ida, remaja akan sangat peka karena pertumbuhan fisik dan seksual tersebut terjadi kegoncangan dan

⁹ Pangestuti & Wahyumiani, "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas Viii Di Smp N 3 Sewon Tahun 2019/2020," *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 6, no. 1 (2021): 146.

¹⁰ muwafik saleh, *Membangun Karakter Dengan Hati Nurani* (Jakarta: erlangga, 2012).

¹¹ Bradley T. Erford, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor* (Yogyakarta: Celeban Timur, 2015).

kebingungan dalam diri terutama dengan lawan jenis.¹² Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa teknik yang dimaksud adalah teknik self control yang dapat memberikan kesempatan pada individu untuk mengontrol perilakunya sendiri dan mengubah perilakunya menjadi lebih baik dan kearah yang positif. Adapun tahap teknik self control yaitu dimulai dari tahap observasi diri/koreksi diri sendiri, tahap evaluasi diri, dan tahap pemberian pengukuhan atau stimulus. Maka diharapkan masalah kedisiplinan pada remaja dapat teratasi.

Manfaat kedisiplinan bagi peserta didik adalah akan lebih tertib dan lebih berperan aktif dalam belajar, akan mendapat kemauan berupa dorongan-dorongan untuk belajar supaya lebih tekun dan giat, serta tidak adanya pelanggaran-pelanggaran yang dilakukan peserta didik di madrasah yang menyebabkan diberikannya hukuman bagi peserta didik bertujuan supaya peserta didik jera dan tidak melanggar aturan yang ada lagi. Namun pemberian hukuman tidaklah cukup sebab peserta didik harus diberi bimbingan, pengarahan, dan bantuan lebih lanjut supaya tumbuh sifat disiplin dalam dirinya bantuan berupa layanan konseling kelompok. Menurut Prayitno, Konseling Kelompok merupakan suatu layanan bimbingan dan konseling kepada peserta didik yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialami melalui dinamika kelompok.¹³

Landasan dasar pemikiran yang melatar belakangi masalah dalam penelitian ini adalah pada peserta didik kelas X, dipilihnya kelas X karena masih banyak peserta didik yang masih belum memahami tata tertib dan aturan di MAN 1 Lampung Tengah yang merupakan madrasah keagamaan dan memiliki lebih banyak tata tertib dan aturan yang harus ditegakkan dan tidak boleh dilanggar terlebih kelas X masih

¹² Ogan Wahyu Adytia, "Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Control Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa" (Muhammadiyah Malang, 2019).

¹³ Dkk Prayitno, Afdal, *Layanan Bimbingan Kelompok Dan Konseling Kelompok* (Bogor: Ghalia Indonesia, 2017).

dalam masa transisi madrasah tatap muka pada masa *pandemic covid-19* hal tersebut dapat dibuktikan dengan hasil observasi dari catatan buku pelanggaran yang diberikan oleh ibu Ayu Iswara, S.Pd. dan dirasa membutuhkan layanan bimbingan kelompok

Untuk mendapatkan data yang lebih valid, penulis juga melakukan sesi wawancara bersama guru Bimbingan dan Konseling di MAN 1 Lampung Tengah yaitu ibu Ayu Iswara, S.Pd. Beliau mengatakan bahwa pengaruh teman sebaya sangat berperan penting terhadap kedisiplinan peserta didik karna masih banyak peserta didik yang masih melakukan pelanggaran tata tertib. Beliau juga menambahkan bahwa selama ini peserta didik yang melakukan pelanggaran hanya diberi hukuman serta sanksi tapi belum pernah diberikan layanan konseling kelompok.¹⁴ Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, terdapat beberapa peserta didik yang melanggar tata tertib di madrasah seperti 1). Tidak tepat waktu datang dan pulang madrasah; 2). Meninggalkan kelas saat jam pelajaran berlangsung; 3). Tidak patuh dan menentang peraturan; 4). Membuat gaduh dan keributan; 5). Mengganggu teman saat belajar. Hal ini juga di sampaikan oleh guru Bimbingan Konseling MAN 1 Lampung Tengah serta hasil observasi dan dari hasil wawancara guru Bimbingan Konseling tersebut. Gambaran pelanggaran tersebut didapat dari buku catatan kasus yang peneliti tinjau dari dimulainya pembelajaran tatap muka pada Selasa, 04-12 Oktober 2021

14 Ayu Iswara, S.Pd, *Koordinator Guru Bimbingan Konseling Kelas X MAN 1 Lampung Tengah*, 2021

Tabel 1
Data Permasalahan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas X
di MAN 1 Lampung Tengah

No	Peserta Didik	Jumlah Skor	Kategori
1	AT	44	Rendah
2	AA	41	Rendah
3	SA	43	Rendah
4	OR	36	Rendah
5	DF	39	Rendah

(Sumber: Hasil olah data angket kedisiplinan).¹⁵

Data tersebut menunjukkan bahwa masih rendahnya kedisiplinan peserta didik di kelas X terhadap tata tertib dan aturan di madrasah dan dirasa oleh guru BK layak untuk mendapatkan layanan konseling kelompok dengan teknik yang tepat. Menurut Hanif, dalam diri manusia ada dua tenaga pendorong yakni kesenangan dan kesakitan, manusia cenderung untuk mengulangi tingkah laku yang membawa kesenangan dan hadiah, menghindari tingkah laku atau perbuatan yang menimbulkan ketidaksenangan, salah satu prinsip belajar yang paling jelas ialah bahwa jika ingin mengembangkan suatu jenis tingkah laku yang positif dalam diri seseorang, maka berilah sesuatu yang menyenangkan sesuatu perbuatan yang dikehendaki muncul atau dilaksanakan.¹⁶ Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti memilih teknik *self control* sebagai teknik yang diterapkan dalam penelitian.

Selaras dengan pendapat Soetjiningsih (dalam Lidya Natalia) bahwa banyak faktor yang dapat memengaruhi kesadaran akan sikap disiplin seseorang, salah satunya adalah kontrol diri, karena pada usia remaja mereka sudah mampu mencapai kepastian akan kebebasan dan kemampuan berdiri sendiri yaitu dengan mempertimbangkan setiap konsekuensi

¹⁵ Data buku kasus kelas X di MAN 1 Lampung Tengah

¹⁶ Hanif Aftiani et AL., "Penerapan Konseling Kelompok Behavior Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di Madrasah SMAN 1 Kedungadem Bojonegoro," *Jurnal BK Unesa* 1, no. 1 (2013): 440.

akan perbuatan mereka.¹⁷ Hal ini sesuai dengan pendapat Aroma dkk yang menyatakan bahwa Jika mereka mengetahui bahwa perbuatan mereka salah namun tetap dilakukan, berarti itu menunjukkan akan rendahnya kontrol diri. Individu dengan kontrol diri yang rendah senang melakukan resiko dan melanggar aturan tanpa memikirkan efek jangka panjangnya.¹⁸ Dari beberapa penjelasan tersebut, peneliti melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self control* terhadap kedisiplinan peserta didik Kelas X di MAN 1 Lampung Tengah”

C. Identifikasi Masalah dan Batasan Masalah

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan diatas, maka dapat diidentifikasi masalahnya sebagai berikut:

- a. Terdapat pelanggaran tata tertib yang dilakukan oleh peserta didik di madrasah seperti tidak datang dan pulang tepat waktu, meninggalkan kelas saat jam pelajaran, menentang peraturan, membuat gaduh dan keributan, mengganggu teman saat belajar.
- b. Rendahnya kedisiplinan peserta didik dalam menaati tata tertib dan aturan yang berlaku di madrasah.
- c. Belum optimalnya penggunaan layanan konseling kelompok dengan teknik *self control* terhadap kedisiplinan peserta didik.

2. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini agar tidak luas pembahasannya, berdasarkan uraian pada identifikasi masalah diatas, maka pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah permasalahan dalam penelitian ini

17 Lidya Natalia Gunawan, “Kontrol Diri Dan Penyesuaian Diri Dengan Kedisiplinan Siswa,” *Jurnal Psikoborneo* 5, no. 1 (2017): 17.

18 Ibid.

dibatasi pada kajian mengenai pengaruh layanan bimbingan kelompok untuk membangun kedisiplinan peserta didik di madrasah dengan teknik *self control* dengan judul penelitian “Pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self control* terhadap kedisiplinan peserta didik Kelas X di MAN 1 Lampung Tengah”

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, penulis dapat merumuskan permasalahan pokok dalam penelitian ini sebagai berikut: “Apakah terdapat pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self control* terhadap kedisiplinan peserta didik Kelas X di MAN 1 Lampung Tengah ?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan tersebut, maka tujuan dari penelitian ini adalah: “Mengetahui ada tidaknya pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self control* terhadap kedisiplinan peserta didik Kelas X di MAN 1 Lampung Tengah”

F. Manfaat Penelitian

Terdapat beberapa manfaat penelitian yang dilaksanakan, antara lain:

1. Manfaat Teoritis

- a) Hasil Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk memperkaya ilmu pendidikan dibidang bimbingan dan konseling.
- b) Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan tuntunan serta masukan dalam pemberian layanan terutama layanan konseling kelompok dengan teknik *self control* atau yang paling sesuai, efektif dan efisien

sehingga dapat membantu pembentukan kedisiplinan peserta didik.

2. Manfaat Praktis

- a) Bagi peneliti, penelitian ini dapat digunakan peneliti untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self control* terhadap kedisiplinan peserta didik.
- b) Bagi peserta didik, penelitian ini diharap dapat menurunkan pelanggaran di madrasah dan meningkatkan rasa kedisiplinan peserta didik.
- c) Bagi guru Bimbingan dan Konseling, penelitian ini dapat memberikan masukan kepada guru Bimbingan dan Konseling tentang pengaruh konseling kelompok melalui teknik *self control* terhadap kedisiplinan peserta didik yang rendah.
- d) Bagi madrasah, melalui penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk mengembangkan dan memfasilitasi pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *self control* dalam meningkatkan kedisiplinan di dunia pendidikan.

G. Penelitian Relevan

Sebelum peneliti melakukan penelitian ini, terdapat penelitian terdahulu yang sesuai dengan isian pustaka dan kajian penulis ditemukan penelitian yang relevan dengan penelitian penulis sebagai berikut:

1. Berdasarkan penelitian Mulyadi dan Istiqomah, tahun 2017 dalam jurnal yang berjudul "*Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Religiusitas Siswa MTSn Arjasa Jember*" Persamaan dalam penelitian ini adalah jenis layanan dan objek penelitian yaitu layanan konseling kelompok, sedangkan perbedaan dari penelitian ini terdapat pada teknik yang digunakan dan objek

- penelitian.¹⁹ Hasil penelitian menunjukkan: 1) Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terbukti bahwa hipotesa dalam penelitian ini H1 diterima dan H0 ditolak dilihat dari nilai $F = 3.483$ dengan taraf signifikan $0,036 < 0,05$. Artinya ada pengaruh variabel X terhadap variabel Y. Kontribusi dari variabel konseling kelompok terhadap variabel religiusitas dilihat dari determinasi R square = 0,088 yaitu sebesar 8,8%. 2) ada pengaruh layanan konseling kelompok terhadap religiusitas siswa dan berkontribusi sebesar 8,8%. Sedangkan sisanya 91,2% dipengaruhi oleh faktor lainnya diluar penelitian ini yaitu faktor keluarga, pengalaman, kebutuhan akan agama dan keterlibatan remaja dalam kegiatan keagamaan.
2. Berdasarkan penelitian Niko Reski, Taufik, dan Ifdil, tahun 2017 dalam jurnal yang berjudul "*Konsep Diri Dan Kedisiplinan Belajar Siswa*". Persamaan dalam penelitian ini adalah teknik yang digunakan yaitu objek penelitian yaitu kedisiplinan, sedangkan perbedaan dalam penelitian ini yaitu teknik dan layanan.²⁰ Hasil penelitian menunjukkan: 1) hasil penelitian dapat disimpulkan secara keseluruhan sebagian besar siswa telah memiliki konsep diri dengan kategori baik dan cukup baik. 2) Hasil penelitian secara keseluruhan sebagian besar siswa memiliki kedisiplinan belajar kategori baik dan cukup baik. 3) Untuk perbedaan konsep diri siswa disiplin dan kurang disiplin belajar menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara siswa disiplin dan kurang disiplin belajar.
 3. Berdasarkan penelitian Juli Yanti Harahap, tahun 2017 dalam jurnal yang berjudul "*Hubungan Antara Kontrol*

¹⁹ Mulyadi & Istiqomah. (2017). *Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Religiusitas Siswa MTSn Arjasa Jember*. Jurnal Insight Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember Vol. 13 No. 1

²⁰ & Ifdil Niko Reski, Taufik, "Konsep Diri Dan Kedisiplinan Belajar Siswa," *Jurnal Pendidikan Indonesia* 3, no. 2 (2017).

Diri Dengan Ketergantungan Internet Di Pustaka Digital Perpustakaan Daerah Medan". Persamaan dalam penelitian ini adalah teknik yang digunakan yaitu teknik *self control* atau kontrol diri, sedangkan perbedaan dalam penelitian ini terdapat pada objek penelitiannya.²¹ Hasil penelitian menunjukkan: 1) terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan ketergantungan internet, hasil ini dibuktikan dengan koefisien korelasi $rx_y = -0,123$. 2) pengaruh dari kontrol diri terhadap ketergantungan internet berdasarkan analisis data dalam penelitian ini adalah sebesar 15,1% dan selebihnya dipengaruhi oleh faktor lain. 3) bahwa kontrol diri para remaja tergolong tinggi, sebab nilai rata-rata empirik yang diperoleh sebesar 88,80 dan nilai hipotetik sebesar 72,5 sedangkan ketergantungan internet tergolong sangat tinggi, sebab nilai empirik sebesar 107,90 dan nilai hipotetik sebesar 72,5. Secara umum dari hasil penelitian yang didapat telah menggambarkan bahwa para remaja tersebut memiliki kontrol diri yang tinggi dan ketergantungan internet yang sangat tinggi.

4. Berdasarkan penelitian Dian Mayasari dan Iip Istirahayu, tahun 2018 dalam jurnal yang berjudul "*Model Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Control Untuk Mereduksi Perilaku Menyontek Siswa Smp Negeri Di Kota Singkawang*". Persamaan dalam penelitian ini adalah layanan dan teknik yang digunakan, sedangkan perbedaan dalam penelitian ini adalah objek penelitiannya.²² Hasil penelitian menunjukkan: 1) yang bisa memengaruhi hasil evaluasi atau penilaian. Menyontek dapat menyebabkan hasil evaluasi belajar yang dimiliki oleh siswa tidak sesuai dengan kemampuan

²¹ H.Y. Juli. (2017). "*Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Ketergantungan Internet Di Pustaka Digital Perpustakaan Daerah Medan*". Jurnal Edukasi, Vol. 3, No. 2.

²² Iip Mayasari, Dian & Istirahayu, "Model Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Control Untuk Mereduksi Perilaku Menyontek Siswa Smp Negeri Di Kota Singkawang." *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia* 3, no. 2 (2018).

- sebenarnya. 2) latihan pengendalian diri dengan melakukan kegiatan-kegiatan kecil yang memerlukan pengendalian diri. 3) Model bimbingan kelompok dengan teknik self control untuk mereduksi perilaku bermasalah (perilaku menyontek) siswa yang terdiri dari 7 komponen.
5. Berdasarkan penelitian dari Mardia Bin Smith, tahun 2011 dalam jurnal yang berjudul “*Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Disiplin Belajar Siswa Di SMA Negeri 1 Atinggola Kabupaten Gorontalo Utara*”. Persamaan dalam penelitian ini terdapat pada layanan yang digunakan, sedangkan perbedaan dalam penelitian ini terdapat pada objek penelitian.²³ Hasil penelitian menunjukkan: 1) terjadi perbedaan yang signifikan antara disiplin belajar siswa sebelum pelaksanaan eksperimen dan setelah pelaksanaan eksperimen. Dengan demikian, hipotesis penulis yang berbunyi “Terdapat pengaruh layanan konseling kelompok terhadap disiplin belajar siswa, dapat diterima. 2) terdapat peningkatan internal perilaku solidaritas siswa senilai 30,27%. Hal ini dapat dilihat dari hasil perhitungan uji tanda wilcoxon yang menunjukkan bahwa pada taraf signifikan hasil perhitungan post-test 5% $J_{hitung} < J$ ($0 < Z_{tabel} (-1,96)$).
 6. Berdasarkan penelitian San Putra, tahun 2019 dalam jurnal yang berjudul “*Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Sikap Kedisiplinan Siswa*”. Persamaan dalam penelitian ini terdapat pada layanan yang digunakan dan objek penelitian, sedangkan perbedaan dalam penelitian ini terdapat pada teknik.²⁴ Hasil penelitian menunjukkan: 1) layanan bimbingan kelompok sangat efektif dan dapat meningkatkan sikap kedisiplinan pada siswa sebesar 77,8% 2) layanan

²³ Mardiana, “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Disiplin Belajar Siswa Di SMA Negeri 1 Atinggola Kabupaten Gorontalo Utara,” *Jurnal Penelitian Dan Pendidikan* 8, no. 1 (2011).

²⁴ San putra, “Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Sikap Kedisiplinan Siswa,” *Jurnal Penelitian Pendidikan Sosial Humaniora* 4, no. 1 (2019).

bimbingan kelompok sangat efektif diberikan kepada siswa untuk meningkatkan sikap kedisiplinan siswa.

Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang saya ambil adalah saya menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *self control* untuk meningkatkan kedisiplinan pada peserta didik di MAN 1 Lampung Tengah. Teknik tersebut digunakan dengan tujuan yang berbeda-beda dalam tiap penelitian, serta lokasi dan informan yang berbeda pula dari penelitian terdahulu. Berangkat dari perbedaan tersebut, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam tentang layanan konseling kelompok dengan teknik *self control* tersebut berpengaruh untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik di MAN 1 Lampung Tengah.

H. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan yang digunakan dalam penulisan tugas akhir ini disusun sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN

BAB ini berisi pengasan judul penelitian yang bertujuan supaya tidak terjadi salah penafsiran tentang judul yang diangkat dalam penelitian ini. Selanjutnya latar belakang masalah, identifikasi masalah, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, penelitian terdahulu, serta sistematika penelitian.

BAB II LANDASAN TEORI DAN PENGAJUAN HIPOTESIS

BAB ini berisi tentang kerangka teoretik yang digunakan dalam penelitian serta pengajuan hipotesis penelitian dan hipotesis statistika.

BAB III METODE PENELITIAN

BAB ini menjelaskan tentang waktu, tempat, dan setting penelitian, selanjutnya menjelaskan tentang pendekatan, jenis

penelitian, populasi, sampel, dan teknik pengumpulan data. Lalu dilengkapi dengan definisi operasional penelitian, instrumen penelitian, uji validitas dan reabilitas, uji prasyarat analisis dan uji hipotesis.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

BAB ini berisi deskripsi data serta penjabaran dan pembahasan hasil penelitian dan analisis data yang didapatkan.

BAB V PENUTUP

BAB ini berisi beberapa kesimpulan, saran, dan rekomendasi.



BAB II

LANDASAN TEORI DAN PENGAJUAN HIPOTESIS

A. Kerangka Teoritik

1. Konseling Kelompok

a. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling kelompok adalah sebuah layanan dalam Bimbingan dan Konseling yang dilakukan oleh seorang konselor atau profesional dengan beberapa konseli dalam satu kegiatan untuk memecahkan suatu permasalahan anggota kelompoknya. Menurut Prayitno Konseling kelompok adalah suatu layanan bimbingan dan kelompok konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok.²⁵ Gazda (dalam Prayitno dan Amti) mengemukakan konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang sadar dan melibatkan fungsi-fungsi terapi seperti saling mempercayai, saling memerlukan, saling pengertian, saling mendukung, dan saling menerima antar anggota kelompok.²⁶

Menurut Tohirin, layanan konseling kelompok mengaktifkan dinamika kelompok guna membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan pemecahan masalah individu (peserta didik), yang menjadi peserta atau anggota kelompok tersebut.²⁷ Dalam konseling kelompok dibahas masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok

²⁵ Prayitno, Afdal, dkk. *Layanan Bimbingan Kelompok Dan Konseling Kelompok* (Bogor: Ghalia Indonesia, 2017).

²⁶ prayitno & amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling* (Jakarta: Rineka Cipta, 2014).

²⁷ Tohirin, *Bimbingan Dan Konseling (Di Madrasah Dan Madrasah; Berbasis Integritas)* (Jakarta: Raja Grafindo Persada., 2014).

yang dibahas melalui suasana dan dinamika kelompok yang intens dan konstruktif yang diikuti oleh semua anggota kelompok di bawah bimbingan ketua kelompok (konselor/pembimbing).

b. Pengertian Kelompok

Pada dasarnya kelompok terbentuk karena adanya suatu kumpulan (dua atau lebih) individu. Mills menjelaskan kelompok adalah satu unit yang terdiri dari dua orang atau lebih yang bekerjasama atau melakukan kontak untuk mencapai tujuan dan yang mempertimbangkan kerjasama diantara kelompok sebagai suatu yang berarti.²⁸ Kelompok pada dasarnya didukung dan terbentuk melalui berkumpulnya sejumlah individu, kumpulan tersebut kemudian menjunjung suatu atau beberapa kualitas tertentu, sehingga dengan demikian kumpulan tersebut menjadi sebuah kelompok.

Adapun perbedaan kelompok dengan kerumunan yaitu kerumunan adalah berkumpulnya sejumlah orang yang masing-masing tidak mempunyai hubungan, sedangkan kelompok adalah berkumpulnya sejumlah orang yang saling berkaitan satu sama lain.²⁹ Kerumunan dapat berkembang menjadi kelompok apabila didalam kerumunan tersebut diberikan ikatan-ikatan tertentu. Sebaliknya didalam kelompok apabila ikatan-ikatan tersebut menghilang maka kelompok bisa berubah menjadi kerumunan. Faktor pengikat kelompok antara lain: interaksi antar individu dalam kerumunan, ikatan emosi sebagai pernyataan kebersamaan, tujuan dan kepentingan bersama yang ingin dicapai, kepemimpinan yang dipatuhi, serta norma yang diakui dan diikuti oleh anggota kelompok.

²⁸ Namora Lumongga Lubis, *Konseling Kelompok* (Jakarta: Kharisma Putra Utama, 2016).

²⁹ Prayitno, Afdal, *Layanan Bimbingan Kelompok Dan Konseling Kelompok*, 2017.

c. Perbedaan Bimbingan Kelompok dengan Konseling Kelompok

Menurut Prayitno, Bimbingan kelompok dan konseling kelompok dapat diibaratkan seperti “anak kembar” yang lebih banyak persamaannya daripada perbedaannya. Persamaan terdapat dalam unsur pokok sedangkan perbedaannya terdapat pada materi pendukung. Adapun perbedaan antar bimbingan kelompok dengan konseling kelompok:

- a) Bimbingan kelompok lebih bersifat memberikan informasi sedangkan konseling kelompok adalah penyelesaian masalah
- b) Bimbingan kelompok anggotanya tidak dibatasi sedangkan konseling kelompok dibatasi
- c) Bimbingan kelompok tidak terlalu memerlukan ketua yang mahir dalam keterampilan dasar sedangkan konseling kelompok memerlukan ketua yang mahir dalam keterampilan dasar karena sesi konseling tidak akan berjalan jika ketua tidak mahir
- d) Interaksi antar anggota dalam bimbingan kelompok hanya berjalan satu arah sedangkan interaksi antar anggota dalam konseling kelompok sangat diperlukan dan membentuk dinamika kelompok
- e) Bimbingan kelompok tidak perlu menceritakan kepribadian dan masalah pribadi sedangkan dalam konseling kelompok harus menceritakan kepribadian dan masalah pribadi yang sedang dihadapi
- f) Bimbingan kelompok tidak bersifat rahasia sehingga tidak memerlukan suasana yang nyaman sedangkan konseling kelompok bersifat rahasia sehingga memerlukan suasana yang nyaman
- g) Tiap anggota kelompok dalam Bimbingan kelompok tidak berpeluang memainkan peran sebagai orang yang memberikan pertolongan sedangkan tiap anggota kelompok dalam konseling kelompok berpeluang

memainkan peranan sebagai orang yang memberikan pertolongan

- h) bimbingan kelompok tidak perlu menentukan tujuan bersama sedangkan konseling kelompok harus memiliki tujuan bersama antar anggota
- i) jumlah sesi dalam bimbingan kelompok bisa jadi hanya satu kali pertemuan sedangkan konseling kelompok bisa dilakukan beberapa sesi.
- j) anggota konseling kelompok harus menumbuhkan minat atau kemauan yang mendalam karna pendapat atau pemikiran anggota sangat membantu dalam keberhasilan konseling kelompok sedangkan dalam bimbingan kelompok minat atau kemampuan tidak sangat perlu.
- k) Bimbingan bersifat *prefentif* (pencegahan) atau pemberian bantuan dan penyuluhan pada peserta didik sebelum menghadapi permasalahan, sedangkan konseling bersifat *kuratif* (pengentasan) atau pemberian bantuan pada peserta didik yang sedang mengalami permasalahan yang bertujuan untuk menyelesaikan masalah tersebut.³⁰

d. Dinamika Dalam Konseling Kelompok

Dinamika sangat diperlukan dalam sebuah kelompok guna menjadikan kelompok tersebut diwarnai oleh semangat, kerja sama, rasa percaya, dan komunikasi timbal balik antar anggota-anggotanya sehingga kelompok tersebut dapat bergerak dan berjalan yang menandakan kelompok tersebut hidup. Kehidupan yang dirasakan dalam kelompok itulah yang dimaksud dengan dinamika kelompok. Peran dinamika kelompok dalam kegiatan konseling kelompok sangat penting karna konseling kelompok akan berjalan dengan kehidupan kelompok guna melatih komunikasi antar anggota dan

³⁰ Ibid.

membawa kemanfaatan penyelesaian masalah dalam sesi konseling berlangsung.

e. Ketua Kelompok atau Pemimpin Kelompok

Ketua kelompok sangat diperlukan dalam sesi konseling kelompok karena ketua kelompok yang memimpin berjalannya sesi konseling dan memiliki sifat mengayomi atau mengawasi anggota kelompok dan mahir memainkan dinamika kelompok supaya kelompok menjadi hidup dan memiliki dinamika yang diharapkan. Adapun ciri-ciri kepemimpinan kelompok yaitu harus memiliki sifat dan sikap sebagai “*Ing Madya Mangun Karsa, Ing Ngarsa Sung Tulada, Tut Wuri Handayani*” dalam artian pemimpin kelompok adalah orang yang dapat menghargai orang lain, dipercaya anggota kelompok, mampu menimbulkan suasana percaya diri dan percaya antar anggota kelompok lain, dan menjadi suri tauladan.³¹ Selain itu, keterampilan dasar yang harus dikuasai ketua kelompok adalah:

- a) *Attending*. *Attending* yaitu keterampilan yang digunakan untuk memusatkan perhatian pada konseli agar konseli merasa dihargai dan tercipta suasana kondusif serta rasa nyaman sehingga konseli bebas mengekspresikan perasaannya.
- b) *Listening*. *Listening* yaitu keterampilan mendengarkan, menyimak, atau memperhatikan penuturan dari konseli sehingga konselor dapat menangkap pesan pembicara.
- c) *Focussing*. *Focusing* yaitu keterampilan konselor guna mengarahkan arus pembicaraan konseli supaya tidak melebar dan focus pada masalah utama yang ingin diselesaikan.
- d) *Influsing*. *Influsing* yaitu keterampilan konselor memperkaya pemahaman dan informasi tentang

³¹ prayitno & amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*.h.51;52

konseli seperti latar belakang dan keterampilan menggali informasi lebih dalam dari konseli tersebut.

f. Tahap-Tahap Dalam Sesi Konseling Kelompok

Dalam menjalankan sebuah sesi konseling kelompok terdapat beberapa tahap yang harus dilakukan demi tercapainya dan terselenggaranya sesi konseling kelompok tersebut. Adapun tahapnya yaitu pertama tahap awal/pembentukan, kedua tahap peralihan/transisi, ketiga tahap pokok/perkembangan, dan keempat tahap pengakhiran.³² Tahap yang dijalankan cukup panjang, jadi penulis akan menjelaskan dan menjabarkan tahap-tahap tersebut sebagai berikut:

a) Tahap awal/pembentukan.

Dalam tahap awal dilakukan adalah pembentukan kelompok yaitu mengumpulkan calon anggota, pemilihan sesuai dengan peserta didik yang membutuhkan konseling dan sesuai dengan tema konseling. Dalam penelitian ini, tema konseling yaitu kedisiplinan jadi peserta didik terpilih adalah peserta didik yang dirasa kurang disiplin, hal ini dapat dilihat dari catatan buku kasus dari ruang BK dan kesediaan peserta didik tersebut untuk mengikuti konseling kelompok. Setelah kelompok terbentuk, selanjutnya adalah pengenalan dan pengungkapan tujuan sehingga dapat terbangunnya kebersamaan.

Peran pemimpin sangat dibutuhkan guna penjelasan tentang tujuan kegiatan, penumbuhan rasa saling mengenal antaranggota, penumbuhan sikap saling percaya, dan mulai membahas tingkah laku sesuai tema. Pemimpin kelompok mulai melakukan beberapa teknik dan teknik dalam penelitian ini adalah *Self Control* dimana teknik inidilakukan oleh

³² *Ibid*, h.53-71

pemimpin kelompok pada anggota seperti “Perasaan dan Tanggapan” yaitu ketua mempersilahkan anggota kelompok mengemukakan perasaan dan tanggapan atas suatu masalah yang dihadapi dan anggota lain harus menyimak.³³ Dalam tahap ini juga konselor bisa menyebarkan angket berupa *pretest* layanan untuk mengukur tingkat kedisiplinan anggota sebelum diberikan layanan.

b) Tahap peralihan/transisi

Tahap ini dilakukan guna mengalihkan kegiatan dari tahap awal pembentukan ke tahap yang lebih terarah demi tercapainya tujuan bimbingan konseling. Dalam tahap ini konselor akan menjadi pemimpin kelompok dan peserta didik akan menjadi anggota kelompok. Pemimpin kelompok akan menegaskan jenis layanan yang dilakukan serta teknik apa yang akan dipakai serta pemimpin kelompok akan menanyakan kesiapan para anggota dan pemimpin kelompok bila perlu mengulang kembali yang telah dijelaskan pada tahap pertama seperti tujuan kegiatan, asas kerahasiaan, asas kesukarelaan, asas keterbukaan, dan asas lainnya perlu ditegaskan dan dimantapkan kembali.

c) Tahap pokok/perkembangan

Dalam tahap pokok atau sering disebut tahap inti adalah kelanjutan dari tahap pembentukan dan tahap peralihan, jika kedua tahap sebelumnya berjalan dengan lancar maka pemimpin kelompok akan melanjutkan dinamika kelompok dengan mudah karna masing-masing anggota sudah paham apa maksud dan tujuan dari konseling kelompok ini. Pemimpin kelompok memulai pembahasan topik

³³ muwafik saleh, *Membangun Karakter Dengan Hati Nurani*.h.152

dilakukan dengan menghidupkan dinamika kelompok, membahas tujuan-tujuan yang hendak dicapai seperti terbahas secara tuntas permasalahan yang dihadapi anggota kelompok dan terciptanya suasana untuk mengembangkan diri, baik menyangkut pengembangan komunikasi maupun penyampaian berpendapat.

Pada tahap ini, pemimpin kelompok mulai dapat menerapkan teknik yang akan digunakan yaitu *self control* dengan memainkan dinamika dengan baik seperti dinamika BMB3 yaitu Berfikir, Merasa, Bersikap, Bertindak, Bertanggungjawab terhadap isi bahasan. Saat salahsatu anggota mengemukakan masalah, anggota lain sebaiknya dapat menerapkan dinamika BMB3 dan masalah yang diungkapkan sebaiknya berkaitan dengan kondisi Kehidupan Efektif Sehati-hari (KES) dan Kehidupan Efektif Sehari-hari Terganggu (KES-T), dalam konseling kali ini tema masalah adalah kedisiplinan jadi anggota bisa mencurahkan KES atau KES-T yang berkaitan dengan kedisiplinan di madrasah yang nantinya akan dibahas bersama-sama oleh anggota lain dan ketua kelompok.³⁴

d) Tahap pengakhiran

Pengakhiran kelompok biasanya diiringi dengan pertanyaan “apakah kelompok akan bertemu kembali dan melanjutkan kegiatan?” jika dirasa pertemuan kali ini belum tuntas maka ketua dan anggota kelompok akan mendiskusikan kegiatan konseling kelompok pada sesi berikutnya. Namun jika dirasa cukup, ketua kelompok akan menyusun anggota untuk menuliskan simpulan hasil layanan dan

³⁴ Tohirin, *Bimbingan Dan Konseling (Di Madrasah Dan Madrasah: Berbasis Integritas)*.h.180

menyebarkan *posttest* layanan untuk mengukur keberhasilan layanan yang diterapkan.

2. Teknik *Self Control*

a. Pengertian dan Konsep Dasar Teknik *Self Control*

Self control atau kontrol diri dapat diartikan sebagai suatu gambaran yang dimiliki seseorang tentang dirinya dan dapat terbentuk dari pengalaman-pengalaman yang telah dilewati di lingkungan masyarakat atau pendidikan yang telah ditempuh. Dasar dari konsep diri tertanam sejak dini pada tiap individu yang dapat mempengaruhi perilaku diri di kemudian hari. Dengan mengetahui dan memahami diri sendiri dan orang lain, dapat memudahkan diri untuk bersatu dengan lingkungan dan dapat menerima diri serta dapat mudah mengontrol diri.

Fitts mengemukakan bahwa konsep diri merupakan aspek penting dalam diri seseorang, karena konsep diri seseorang merupakan kerangka acuan (*frame of reference*) dalam berinteraksi dengan lingkungan. Fitts juga mengatakan bahwa konsep diri berpengaruh kuat terhadap tingkah laku seseorang.³⁵ Pendapat berbeda yang dikemukakan oleh Chaplin, Menurut Chaplin kontrol diri adalah kemampuan untuk menekan, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa diri ke arah yang positif. Kontrol diri mengandung arti mengendalikan tingkah laku diri sendiri.³⁶ Individu yang memiliki kontrol diri tinggi berusaha menemukan dan menerapkan cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi.

Kontrol diri mempengaruhi individu untuk mengubah perilakunya sesuai dengan situasi sosial

³⁵ Hendriati Agustiani, *Psikologi Perkembangan* (Bandung: Refika Aditama, 2009).

³⁶ JP. Chaplin, *Dictionary Psychology. Kamus Lengkap Psikologi Penerjemah Kartini Katrono*, h.149

sehingga dapat mengatur kesan responsif terhadap petunjuk situasional, fleksibel, dan bersikap hangat serta terbuka dan Kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya. Pada umumnya tingkah laku individu berkaitan dengan gagasan-gagasan tentang dirinya sendiri. Konsep diri seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu:

- a) Pengalaman, terutama pengalaman interpersonal, yang memunculkan perasaan positif dan perasaan bahagia.
- b) Kompetensi dalam area yang dihargai oleh individu dan orang lain.
- c) Aktualisasi diri atau implementasi dan realisasi dari potensi pribadi yang sebenarnya.

Adapun beberapa kecakapan yang perlu dimiliki dalam membangun kekuatan kompetensi diri antara lain adalah:

1. Pengenalan diri (*self understanding*)
2. Membangun konsep diri
3. Membangun *personal core competence*
4. Focus
5. Mengembangkan kualitas diri.³⁷

Berdasarkan dari kecakapan di atas maka dapat ditegaskan bahwa yang dimaksud kontrol diri dalam penelitian ini adalah kemampuan seseorang untuk menahan keinginan dan mengendalikan tingkah lakunya sendiri, mampu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya yang berhubungan dengan orang lain, lingkungan, pengalaman dalam bentuk fisik maupun psikologis untuk memperoleh tujuan di masa depan dan dinilai secara sosial. Hal tersebut yang menjadikan bahwa individu memiliki kontrol diri tinggi tersebut cocok dengan profesi seperti konselor dan

³⁷ muwafik saleh, *Membangun Karakter Dengan Hati Nurani*.h.96

psikolog. Ada beberapa teori mengemukakan mengenai cara untuk mengontrol diri, yaitu:

- a) *Self monitoring*, yaitu suatu proses dimana individu mengamati dan merasa peka terhadap segala sesuatu tentang diri dan lingkungannya.
 - b) *Self reward*, yaitu suatu tehnik dimana individu mengatur dan memperkuat perilakunya dengan memberikan hadiah atau hal-hal yang menyenangkan, jika keinginan yang diharapkan berhasil.
 - c) *Stimulus control*, yaitu suatu tehnik yang dapat digunakan untuk mengurangi ataupun meningkatkan perilaku tertentu. Kontrol stimulus menekankan pada pengaturan kembali atau modifikasi lingkungan sebagai isyarat khusus atau respon tertentu.³⁸
- b. Manfaat Teknik *Self Control*

Teknik *self control* memiliki beberapa manfaat jika diterapkan dalam kegiatan konseling, antara lain: a). Konselor mampu menahan diri dari perbuatan yang dapat merugikan diri sendiri atau orang lain seperti konseli. b). Akan lebih mudah fokus terhadap tujuan-tujuan yang ingin dicapai dalam sesi konseling yang dilakukan. c). Mampu memilih tindakan yang memberi manfaat antar diri sendiri ataupun lingkungan sekitar. d). Menunjukkan kematangan emosi dan tidak mudah terpengaruh terhadap kebutuhan atau perbuatan yang menimbulkan kesenangan sesaat.

c. Pentingnya *Self Control* Dalam Diri

Glasser percaya bahwa setiap manusia memiliki kebutuhan psikologis yang secara terus menerus hadir pada sepanjang rentang kehidupannya dan harus dipenuhi.³⁹ Jadi, ketika seseorang mengalami permasalahan maka hal tersebut terjadi karna seseorang

³⁸ *Ibid*, h.122-123

³⁹ D.G.Singgih S.D.G. Yulia, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*.h.66

terhambat dalam memenuhi kebutuhan psikologisnya. Keterhambatan tersebut pada dasarnya karena penyangkalan terhadap realita, yaitu kecenderungan seseorang untuk menghindari hal-hal yang tidak menyenangkan. Adapun cara menanamkan kontrol diri dalam diri seseorang adalah:

- a) Membuat daftar kebiasaan yang ingin dikendalikan.
- b) Tentukan perilaku yang ingin diubah
- c) Tentukan tujuan realistis
- d) Mencatat progress atau evaluasi yang masih kurang.
- e) Berikan motivasi terhadap diri sendiri.⁴⁰

Skinner telah menguraikan sejumlah teknik yang digunakan untuk mengendalikan perilaku, yang kemudian banyak diantaranya dipelajari oleh *social-learning theorist*. Kualitas diri sangatlah penting akan perannya dalam mendorong keberhasilan seseorang dalam memperbaiki *self control* karna kualitas diri dapat menjadi acuan bagi seseorang mampu melakukan tindakan yang menuntut keahlian dalam bidang yang ditekuni sehingga seseorang timbul keyakinan yang kuat dalam diri untuk berupaya meraih kesuksesan.⁴¹

d. Langkah-Langkah Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Control*

Menurut Safaria, teknik *self control* terdiri dari pencatatan diri (*self recording*), evaluasi diri (*self evaluation*), dan penguatan diri (*self reinforcement*).⁴² Untuk lebih jelasnya dijabarkan sebagai berikut:

⁴⁰ Mahmud Ali, "Teknik-Teknik Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa," *Edisi Khusus* 8, no. 1 (2011): 127.

⁴¹ muwafik saleh, *Membangun Karakter Dengan Hati Nurani*.h.135

⁴² T Safaria, *Terapi Kognitif Perilaku Untuk Anak* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2004).h.89

a) Pencatatan diri (*self recording*)

Pencatatan diri sering disebut juga observasi diri (*self observation*), atau monitoring diri (*self monitoring*). Dalam pencatatan diri ini peserta didik diajarkan secara sederhana dalam melakukan pencatatan diri atas semua perilaku baik perilaku positif maupun perilaku negatif melalui sebuah tabel, buku diari, atau bisa melalui buku saku. Dengan mencatat perilaku-perilakunya, baik yang positif maupun negatif, peserta didik akan lebih memahami keadaan dirinya sendiri. Jika peserta didik tidak menyadari berapa sering perilaku negatifnya muncul, akibatnya peserta didik akan kehilangan kontrol terhadap dirinya. Tujuan akhir dari pencatatan diri ini selain untuk melihat perkembangan perilaku yang terjadi juga agar peserta didik mengenali kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Langkah-langkah pelaksanaan pencatatan diri: a) peserta didik diajak untuk mencatat semua perilakunya baik perilaku positif maupun negatif dalam seminggu dalam sebuah tabel yang sudah diberikan oleh konselor dengan skala 1 sampai 10. b) Tabel yang sudah diisi kemudian dikumpulkan untuk dibahas bersama dengan konselor.

b) Evaluasi diri (*self evaluations*)

Penilaian terhadap diri sendiri akan membantu peserta didik membandingkan perilakunya pada dua hari yang lalu dengan perilakunya hari ini. Caranya adalah dengan membuat evaluasi yang sekongkret mungkin salah satunya dengan menggambarkan dalam bentuk suatu tangga. Langkah-langkah pelaksanaan evaluasi diri: a) Tabel perilaku yang sudah diisi peserta didik di analisis bersama. b) Konselor mengklasifikasikan perilaku yang sama dan menganalisis apakah

terjadi peningkatan atau penurunan nilai yang sudah ditulis oleh peserta didik.

- c) Penguohan diri (*self reinforcement*) Penguohan diri bertujuan untuk mengajarkan peserta didik untuk memuji dirinya sendiri. Penguohan diri akan membuat perilaku peserta didik muncul secara konsisten, dan bertujuan pula untuk meningkatkan kepercayaan diri dan mengembangkan gambaran diri yang positif. Penguohan diri ini bisa dengan menggunakan penguohan konkret, contohnya dengan memberikan hadiah berupa materi atau bisa juga secara simbolis dengan pujian dan senyuman. Setelah konselor memberikan penguohan konkret, kemudian peserta didik diminta untuk menuliskan kata pujian untuk dirinya sendiri. Hal tersebut dilakukan setiap hari selama terapi berlangsung.⁴³

Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa penelitian ini menggunakan rancangan teknik *self control* dari Ronen. Adapun pelaksanaannya dibagi menjadi 3 tahap, antara lain pemantauan diri, evaluasi diri dan penguohan diri. Peneliti menerapkan dan mengaplikasikan teknik ini dengan bantuan konseling kelompok sehingga peneliti dapat menerapkan teknik dengan tepat pada anggota kelompok dan mencapai hasil kegiatan.

3. Kedisiplinan

a. Pengertian Kedisiplinan

Menurut Siswanto, Disiplin adalah suatu kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, keteraturan, dan atau ketertiban. Kedisiplinan tidak bisa tertanam bila tidak dilatih atau

⁴³ Ibid.h.94

dibiasakan dengan serius. Pengaruh pendidikan kedisiplinan terhadap pertumbuhan dan perkembangan jiwa anak sangatlah kuat, karena perilaku disiplin dapat memicu berbagai sifat yang baik seperti sifat tanggungjawab yang tinggi dan amanah. Pendidikan kedisiplinan ini harus dilatih dan ditumbuh kembangkan kepada diri anak, agar anak mampu melaksanakan tugas-tugasnya dengan baik dan bertanggungjawab sesuai dengan aturan dan norma yang berlaku.⁴⁴ Jadi memang sangatlah penting bagi kita untuk selalu disiplin dalam segala hal, yaitu disiplin waktu, disiplin dalam melaksanakan tugas dan kewajiban, serta disiplin dalam berinteraksi dengan Sang Kholiq maupun dengan makhluk sesamanya.

Disiplin itu mempunyai tiga aspek yaitu:

- a) Sikap mental (*mental attitude*) yang merupakan sikap taat dan tertib sebagai hasil atau pengembangan dari latihan, pengendalian pikirandan pengendalian watak
- b) Pemahaman yang baik mengenai system aturan perilaku, norma, etika dan standar yang sedemikian rupa, sehingga pemahaman tersebut menumbuhkan pengertian yang mendalam bahwa ketaatan akan aturan tadi merupakan syarat mutlak mencapai sukses
- c) Sikap kelakuan yang wajar menunjukkan kesungguhan hati untuk mentaati segala hal secara cermat dan tertib.⁴⁵

Timbulnya sikap kedisiplinan bukan merupakan peristiwa yang terjadi seketika. Kedisiplinan pada seseorang tidak dapat tumbuh tanpa adanya intervensi dari pendidik, dan itupun dilakukan secara bertahap, sedikit demi sedikit.⁴⁶ Kebiasaan yang ditanam oleh

⁴⁴ Agus Siswanto, "Strategi Pengembangan Pendidikan Kedisiplinan" I, no. 2 (2019): 167.

⁴⁵ Ibid.177

⁴⁶ Suharsimi Arikunto, *Manajemen Pengajaran Secara Manusiawi* (Jakarta: Rineka Cipta, 2001).

orang tua dan orang-orang dewasa didalam lingkungan keluarga ini akan merupakan modal besar bagi pembentukan sikap kedisiplinan di lingkungan madrasah.

b. Fungsi dan Manfaat Disiplin

Fungsi pokok disiplin adalah melatih insan manusia untuk bisa menerima pengekangan dan membentuk, mengarahkan energi kedalam jalur yang benar dan bisa diterima secara sosial dan dengan disiplin maka peserta didik akan merasa aman dan tidak tersiksa oleh peraturan-peraturan yang ada, karena peserta didik sudah mengetahui mana yang harus dilakukan dan mana yang harus ditinggalkan. Manfaat Berdisiplin akan membuat seseorang memiliki kecakapan mengenai cara belajar yang baik, juga merupakan bentuk proses kearah pembentukan yang baik, yang akan menciptakan suatu pribadi yang luhur. Di lembaga pendidikan sangat penting sekali dengan adanya peraturan disiplin, karena dengan peraturan disiplin tersebut seluruh warga lembaga pendidikan akan bisa melaksanakan tugas dengan baik dan tepat waktu serta kehidupannya teratur.

c. Upaya-Upaya Penanaman Disiplin

Terdapat banyak upaya yang terdapat dalam penanaman kedisiplinan, namun peneliti menyesuaikan dengan kebutuhan penelitian dari hasil observasi yang dilakukan dan sesian dengan layanan yang akan digunakan peneliti adalah:

- a) Dengan Pembiasaan. Anak dibiasakan melakukan sesuatu dengan baik, tertib dan tertur, misalnya berpakaian rapi, keluar masuk kelas harus hormat guru, harus memberi salam dan lain sebagainya.
- b) Dengan Contoh Dan Teladan. Dengan tauladan yang baik atau uswatun hasanah, karena murid akan mengikuti apa yang mereka lihat pada guru, jadi guru sebagai panutan murid untuk itu guru harus menjadi contoh yang baik.

- c) Dengan Penyadaran. Kewajiban bagi para guru untuk memberikan penjelasan-penjelasan, alasan-alasan yang masuk akal atau dapat diterima oleh anak. Sehingga dengan demikian timbul kesadaran anak tentang adanya perintah-perintah yang harus dikerjakan dan larangan-larangan yang harus ditinggalkan.
- d) Dengan Pengawasan Atau Kontrol. Kepatuhan anak atau tat tertib mengenal juga naik turun, dimana hal tersebut disebabkan oleh adanya situasi tertentu yang mempengaruhi terhadap anak. Adanya anak yang menyeleweng atau tidak mematuhi peraturan maka perlu adanya pengawasan atau kontrol yang intensif terhadap situasi yang tidak diinginkan akibat akan menginginkan keseluruhan.

d. Faktor-faktor yang mempengaruhi disiplin

Terdapat 2 faktor yang dapat mempengaruhi pelanggaran kedisiplinan peserta didik yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu faktor yang bersumber dari dalam diri peserta didik itu sendiri jadi diri peserta didik tersebut memang bermasalah yang memiliki ciri sebagai berikut:

- a) Peserta didik memiliki sifat berbuat aneh untuk menarik perhatian
- b) Peserta didik kurang istirahat sehingga mengantuk di madrasah
- c) Peserta didik berasal dari keluarga disharmonis
- d) Peserta didik malas belajar, malas membaca, dan kurang tertarik dalam bidang akademik sehingga sukar dalam menerima pelajaran dan tidak mengerjakan tugas
- e) Peserta didik pasif dan memiliki potensi yang rendah
- f) Peserta didik yang berfikir adanya peraturan untuk dilanggar

- g) Peserta didik yang pesimis dan putus asa
- h) Peserta didik yang terpaksa datang ke madrasah
- i) Hubungan peserta didik yang kurang harmonis di lingkungan
- j) Adanya kelompok-kelompok eksklusif di madrasah.⁴⁷

Selain faktor internal, adapula faktor eksternal yaitu faktor dari luar peserta didik seperti pengaruh dari lingkungan berupa lingkungan keluarga, madrasah dan masyarakat sehingga peserta didik tersebut melakukan pelanggaran kedisiplinan dan tata tertib di madrasah. Adapun itu bentuk-bentuk pelanggaran disiplin peserta didik yang sering terjadi menurut Tu'u (dalam Widiarto & Ningsih) antara lain membolos, tidak mengerjakan tugas dari guru, mengganggu kelas yang sedang belajar, menyontek, tidak memperhatikan pelajaran yang sedang dijelaskan oleh guru, berbicara dengan teman sebelahnya saat pelajaran berlangsung, terlambat hadir ke madrasah, membawa rokok dan merokok di madrasah lingkungan madrasah, terlibat dalam penggunaan obat terlarang dan perkelahian atau tawuran.⁴⁸ Beberapa pelanggaran disiplin terhadap tata tertib tersebut juga dapat ditemui di MAN 1 Lampung Tengah.

B. Pengajuan Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan.⁴⁹ Hipotesis yang akan diuji dinamakan hipotesis nol (H_0) dan hipotesis

⁴⁷ syahniar, "Faktor Yang Mempengaruhi Pelanggaran Disiplin Siswa Dan Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan Dan Konseling," *Jurnal Education Jurnal Pendidikan Indonesia* 3, no. 1 (2017): 4.

⁴⁸ argo widiharto dan B.M Ningsih, "Peningkatan Disiplin Siswa Dengan Layanan Informasi Media Film," *Al-Taujih: Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami* 1, no. 1 (2003): 74.

⁴⁹ Abdurrahman fathoni, *Metode Penelitian Dan Teknik Penyusunan Skripsi* (Jakarta: Rineka Cipta, 2011).

alternatif (H_a). Hipotesis nol (H_0) diartikan sebagai tidak adanya perbedaan antara ukuran populasi dengan sampel. Sementara yang dimaksud hipotesis alternatif (H_a) adalah hipotesis yang menunjukkan adanya perbedaan. Dengan penjelasan sebagai berikut:

(H_0)= Tidak terdapat pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self control* terhadap kedisiplinan peserta didik kelas X di MAN 1 Lampung Tengah.

(H_a)= Terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self control* terhadap kedisiplinan peserta didik kelas X di MAN 1 Lampung Tengah.

(H_0): $\mu_1=\mu_0$

(H_a): $\mu_1\neq\mu_0$

Dimana :

(H_0) = konseling kelompok dengan teknik *self control* berpengaruh terhadap kedisiplinan peserta didik kelas X di MAN 1 Lampung Tengah

μ_1 = kedisiplinan sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *self control*

μ_0 = kedisiplinan setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *self control*

Untuk menguji hipotesis, selanjutnya nilai t (t_{hitung}) dibandingkan dengan nilai $-t$ dari table distribusi (t_{tabel}). Cara penentuan nilai (t_{tabel}) didasarkan pada taraf signifikan tertentu (misal $\alpha = 0,05$) dan $dk = n-1$. Kriteria pengujian hipotesis untuk diuji yaitu : Tolak (H_0), jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ dan Terima (H_a), jika $t_{hitung} < t_{tabel}$.

Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a) Hipotesis penelitian. Hipotesis penelitian dalam penelitian ini adalah pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self control* terhadap kedisiplinan peserta didik kelas X di MAN 1 Lampung Tengah

- b) Hipotesis statistika. Hipotesis statistika dalam penelitian ini adalah :
- H_0 = layanan konseling kelompok dengan teknik *self control* tidak berpengaruh terhadap kedisiplinan peserta didik kelas X di MAN 1 Lampung Tengah
- H_1 = layanan konseling kelompok dengan teknik *self control* berpengaruh terhadap kedisiplinan peserta didik kelas X di MAN 1 Lampung Tengah

C. Kerangka Berfikir

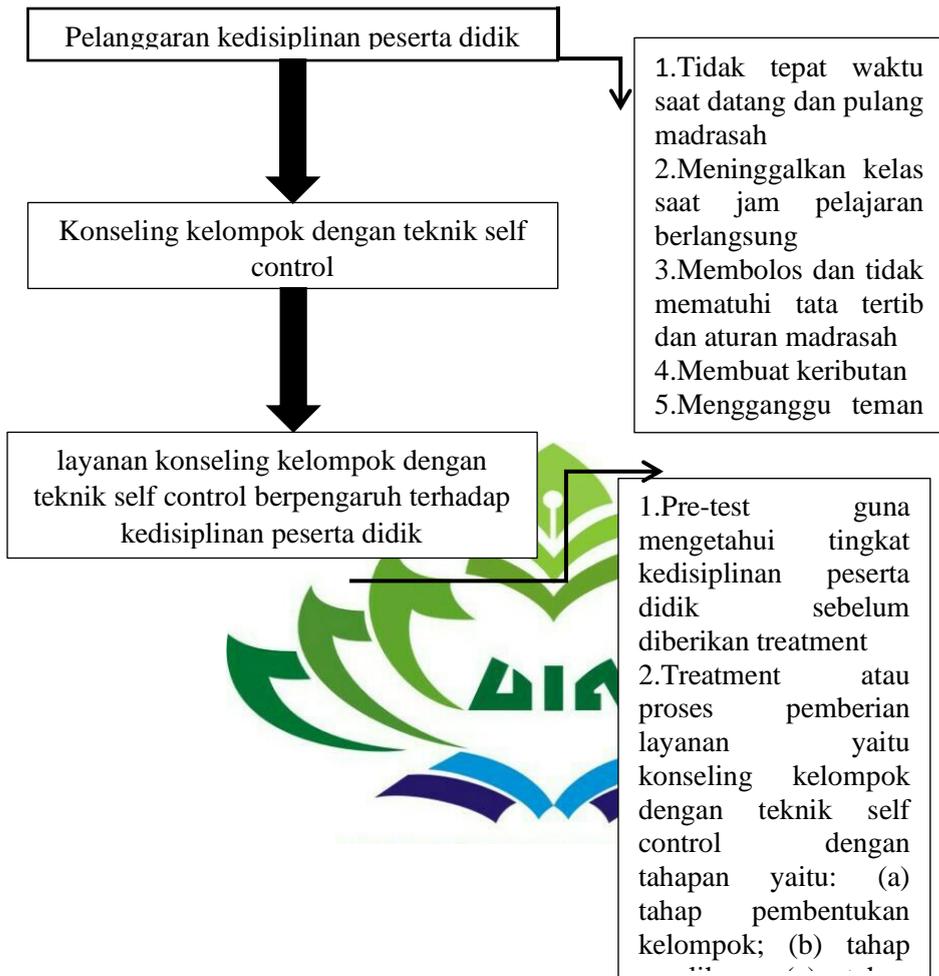
Menurut Sugiyono (dalam Fathoni), kerangka pemikiran adalah sintesa tentang hubungan antar variabel-variabel yang disusun dari bermacam-macam teori yang dideskripsikan.⁵⁰ Dalam penelitian ini, kerangka pemikirannya adalah pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik self control terhadap kedisiplinan peserta didik kelas X di MAN 1 Lampung Tengah karena konseling kelompok bisa melatih serta mengembangkan kemampuan bersosialisasi antar anggota dan juga mengembangkan sifat kemandirian, bertanggungjawab, tanggung rasa, dan memahami manfaat pentingnya peraturan dan tata tertib bagi diri sendiri dan lingkungan sekitar.

Dalam penelitian ini, terdapat dua variabel yaitu variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen). Variabel bebas (independen) adalah konseling kelompok dengan teknik self control, sedangkan variabel terikat (dependen) adalah kedisiplinan peserta didik kelas X di MAN 1 Lampung Tengah. Adapun kerangka berfikir penelitian ini sebagai berikut:

⁵⁰ Ibid.

Gambar 1

Kerangka berfikir





DAFTAR RUJUKAN

- Abdurrahman fathoni. *Metode Penelitian Dan Teknik Penyusunan Skripsi*. Jakarta: Rineka Cipta, 2011.
- Adytia, Ogan Wahyu. “Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Control Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa.” Muhammadiyah Malang, 2019.
- Aftiani, Hanif, Dra Titin, Indah Pratiwi. “Penerapan Konseling Kelompok Behavior Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di Madrasah SMAN 1 Kedungadem Bojonegoro.” *Jurnal BK Unesa* 3, no. 1 (2013): 438.
- Aldilla Yulandina, Condra Antoni, and Ardiman Firmanda. “Optimalisasi Unsur Live Shoot Dan Motion Graphic Untuk Promosi Digital Lembaga Paud.” *Journal of Digital Education, Communication, and Arts (Deca)* 1, no. 1 (2018): 98.
- Argo widiharto dan B.M Ningsih. “Peningkatan Disiplin Siswa Dengan Layanan Informasi Media Film.” *Al-Taujih: Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami* 1, no. 1 (2003): 74.
- Arikunto. *Manajemen Pengajaran Secara Manusawi*. Jakarta: Rineka Cipta, 2001.
- Bradley T. Erford. *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. Yogyakarta: Celeban Timur, 2015.
- D.G.Singgih S.D.G. Yulia. *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. Jakarta: gunung muli, 2008.
- Damayanti, Fenny Annisa, and Denok Setiawati. “Studi Tentang Perilaku Membolos Pada Siswa Sma Swasta Di Surabaya the Study of Bad Behaviour of Skipping the Class Private School At Surabaya.” *Bk Unesa* 03 (2013): 454–61.

- Depertemen Agama RI, (1993). *Al-Qur'an Dan Terjemahnya*. Semarang. CV. Toha Putra," n.d.
- Dewa Ketut Sukardi. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di Madrasah*. Jakarta: Rineka Cipta, 2000.
- Effendi, M. Syahrin. "Design Eksperimental Dalam Penelitian Pendidikan." *Jurnal Perspektif Pendidikan* 6, no. 1 (2013): 97–99.
- eko putro widoyo. *Penelitian Hasil Pembelajaran Di Madrasah*. Yogyakarta: pustaka pelajar, 2014.
- eko setyanto. "Memperkenalkan Kembali Metode Eksperimen Dalam Kajian Komunikasi. *Jurnal Ilmu Komunikasi*." *Jurnal Ilmu Komunikasi* 3, no. 1 (2006): 43.
- Gunawan, Lidya Natalia. "Kontrol Diri Dan Penyesuaian Diri Dengan Kedisiplinan Siswa." *Jurnal Psikoborneo* 5, no. 1 (2017): 17.
- Hanif Aftiani et AL. "Penerapan Konseling Kelompok Behavior Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di Madrasah SMAN 1 Kedungadem Bojonegoro." *Jurnal BK Unesa* 1, no. 1 (2013): 440.
- Hendriati Agustiani. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Refika Aditama, 2009.
- Idrus Alwi. "Kriteria Empirik Dalam Menentukan Ukuran Sampel Pada Pengujian Hipotesis Statistika Dan Analisis Butir." *Jurnal Formatif* 2, no. 1 (2008): 142.
- JP. Chaplin. *Dictionary Psychology. Kamus Lengkap Psikologi Penerjemah Kartini Katrono*,. Jakarta: Raja Grafindo Persada., 2008.
- M.R Surahman dan Sudiby Supatdi. *Metodologi Penelitian Kompherensif*. Jakarta: Pusdik SDM Kesehatan, 2016.

- Mahmud Ali. "Teknik-Teknik Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa." *Edisi Khusus* 8, no. 1 (2011): 127.
- Mardiana. "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Disiplin Belajar Siswa Di SMA Negeri 1 Atinggola Kabupaten Gorontalo Utara." *Jurnal Penelitian Dan Pendidikan* 8, no. 1 (2011).
- Mayasari, Dian & Istirahayu, Iip. "Model Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Control Untuk Mereduksi Perilaku Menyontek Siswa Smp Negeri Di Kota Singkawang." *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia* 3, no. 2 (2018).
- Muwafik saleh. *Membangun Karakter Dengan Hati Nurani*. Jakarta: erlangga, 2012.
- Namora Lumongga Lubis. *Konseling Kelompok*. Jakarta: Kharisma Putra Utama, 2016.
- Niko Reski, Taufik, & Ifdil. "Konsep Diri Dan Kedisiplinan Belajar Siswa." *Jurnal Pendidikan Indonesia* 3, no. 2 (2017).
- Novalia, Muhammad Sajali. *Orbit Data Penelitian Pendidikan*. lampung: Anugrah Utama Raharja, 2014.
- P.T. Rischa, dan Y. W. Silvia. "Konseling Sebaya Untuk Meningkatkan Perilaku Prososial Siswa." *Jurnal Psikopedagogia* 4, no. 2 (2015): 87.
- Pangestuti & Wahyumiani. "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas Viii Di Smp N 3 Sewon Tahun 2019/2020." *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 6, no. 1 (2021): 146.
- Prayitno, Afdal, Dkk. *Layanan Bimbingan Kelompok Dan Konseling Kelompok*. Bogor: Ghalia Indonesia, 2017.
- . *Layanan Bimbingan Kelompok Dan Konseling Kelompok*. Bogor: Ghalia Indonesia, 2017.

- Prayitno & amti. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 2014.
- Prayitno, Dkk. *Layanan Bimbingan Kelompok Dan Konseling Kelompok*. Bogor: Ghalia Indonesia, 2017.
- Ridwan & Sunarto. *Pengantar Statistika: Untuk Penelitian Pendidikan, Sosial, Ekonomi, Komunikasi, Dan Bisnis*. Bandung: alfabeta, 2009.
- Safaria, T. *Terapi Kognitif Perilaku Untuk Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2004.
- Samsu. *Metode Penelitian, Teori Dan Aplikasi Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Mixed Methods, Serta Research Dan Development*. jambi: pustaka jambi, 2017.
- San putra. "Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Sikap Kedisiplinan Siswa." *Jurnal Penelitian Pendidikan Sosial Humaniora* 4, no. 1 (2019).
- Siswanto, Agus. "Strategi Pengembangan Pendidikan Kedisiplinan" I, no. 2 (2019): 167.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: alfabeta, 2019.
- Suharsimi Arikunto. *Manajemen Pengajaran Secara Manusiawi*. Jakarta: Rineka Cipta, 2001.
- Syahniar. "Faktor Yang Mempengaruhi Pelanggaran Disiplin Siswa Dan Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan Dan Konseling." *Jurnal Education Jurnal Pendidikan Indonesia* 3, no. 1 (2017): 4.
- Tohirin. *Bimbingan Dan Konseling (Di Madrasah Dan Madrasah; Berbasis Integritas)*. Jakarta: Raja Grafindo Persada., 2014.