

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Sekolah sebagai lembaga pendidikan formal memiliki peran penting dalam membantu siswa mencapai kedewasaan dan mengembangkan potensi mereka agar mampu menjalani berbagai aspek kehidupan. Pendidikan menjadi proses yang berlangsung secara terus-menerus untuk melahirkan individu yang menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi. Melalui pendidikan, siswa dapat memperluas wawasan, serta mengembangkan kecerdasan dan bakatnya secara maksimal.

Pendidikan memiliki dampak besar terhadap masa depan individu, karena kualitas diri seseorang akan meningkat seiring dengan proses pendidikannya. Di tingkat sekolah menengah pertama, pendidikan bertujuan untuk melahirkan lulusan yang berkarakter, terampil, serta mampu beradaptasi dan berkontribusi dalam lingkungan sosial, budaya, dan alam. Selain itu, pendidikan di jenjang ini juga fokus pada pengembangan kemampuan untuk melanjutkan ke jenjang pendi

Sebagai bagian dari pendidikan, layanan bimbingan dan konseling di sekolah berperan dalam membantu siswa mengembangkan diri secara optimal dalam lingkungan yang mendukung. Layanan ini juga berfungsi untuk mengenali bakat dan minat siswa, serta membantu mereka mengembangkannya sesuai dengan kebutuhan dan kepribadian masing-masing. Oleh karena itu bimbingan dan konseling berkontribusi dalam

mempersiapkan siswa untuk menghadapi tantangan dan membangun potensi mereka secara maksimal.

Bimbingan konseling adalah bagian terpadu dalam proses Pendidikan yang memiliki peran penting dalam meningkatkan potensi sumber daya manusia, kepribadian, bakat, dan minat, serta potensi siswa. Kegiatan bimbingan dan konseling yang dilakukan oleh konselor maupun guru bimbingan dan konseling bertugas memberikan fasilitas kepada peserta didik (siswa) dalam mengembangkan diri peserta didik baik jasmani maupun Rohani¹.

Terdapat salah satu layanan yang ada pada bimbingan dan konseling yaitu bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok adalah sebuah layanan yang mendorong siswa untuk mendiskusikan dan mengurangi masalah yang mereka hadapi melalui dinamika kelompok, masalah yang di bahas adalah untuk semua anggota kelompok. Tujuan dari bimbingan kelompok yaitu agar anggota kelompok mendapatkan informasi selama proses kegiatan dan untuk melatih individu dalam pengambilan Keputusan berperilaku. Salah satu Teknik yang digunakan dalam bimbingan kelompok yaitu *role playing*. Menurut Bannet berpendapat bahwa “ *role playing* (bermain peran) adalah suatu teknik belajar melalui Gambaran keterampilan, pengertian mengenai hubungan atau antar manusia Ketika memerankan situasi-situasi yang sebenarnya sedang terjadi”, melalui metode *role playing*, siswa akan dapat

¹Kholifatus Sa'diyah, Sunarto, “Urgensi Layanan Bimbingan dan Konseling Siswa di Sekolah”, *Jurnal Komunikasi dan Konseling Islam*, 3, no. 2 (Juli, 2023): 93, <https://doi.org/10.30739/jkaka.v3i2.2436>

mengembangkan beberapa aspek misalnya dalam mengamati, membuat Kesimpulan, menerapkan, dan mengkomunikasikan suatu situasi²

Pengendalian diri (*Self Control*) adalah salah satu bentuk aspek lain yang berhubungan dengan psikologis yang berfungsi untuk mengendalikan segala perilaku individu. Kemampuan pengendalian diri yang baik akan membentuk perilaku dan sikap yang baik, memiliki sopan santun. Dan tatakrma, serta terhindar dari perbuatan dan perilaku menyimpang.

Pengendalian diri sangat penting untuk menjaga diri terutama untuk menghindarkan diri dari perilaku yang menyimpang. Seperti diketahui bahwa perilaku menyimpang pada remaja sangat rawan terjadi. Perilaku menyimpang seperti kenakalan yang sering dilakukan oleh peserta didik baik di lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Kenakalan remaja yang sering terjadi adalah di lingkungan sekolah. Hal ini merupakan suatu bentuk pencarian jati diri peserta didik. Peserta didik yang merupakan individu yang masih dalam fase remaja tentunya masih rawan dan mudah terpengaruh oleh lingkungan. Pergaulan yang menjadi faktor terjadinya kenakalan remaja memang sangat perlu diperhatikan. Kenakalan remaja yang sering terjadi di lingkungan sekolah adalah membolos, dan tidak masuk pada saat jam pelajaran, tidak menghormati guru, dan bahkan sering melanggar tata tertib atau peraturan sekolah. ³

²Chrisanta Kezi Yemima, dkk, “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Role Playing* Terhadap Peningkatan *Self Control* Siswa Era Pandemi Covid-19, *Jurnal Ilmiah BK*, 5, No. 2 (2022): 101-102, <https://doi.org/10.33369/consilia.5.2.99-105>

³Yusrizal Rahman, dkk, “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Topik *Self Control* Terhadap Kenakalan Remaja,” *Jurnal Counseling Milenial (CM)*, 4, no. 2 (Juni, 2023): 161, <https://doi.org/10.24127/konselor.v4i2.3816>

Kurangnya pengendalian diri pada seseorang tidak bisa diabaikan, apabila kontrol diri rendah pada siswa tidak segera diatasi akan mengakibatkan dampak negatif pada perilaku diri dan lingkungan sosialnya. Siswa yang memiliki kontrol diri yang rendah akan dipandang sebelah mata dan akan berakibat terjadinya penolakan terhadap dirinya dan lingkungannya.⁴

Terdapat lima aspek kontrol diri yang saling terkait dan saling mempengaruhi dalam pengembangan kemampuan kontrol diri yang efektif seseorang, antara lain: (1) *Self control of thoughts*, (2) *Self control of emotions*, (3) *Impulse control*, (4) *Delay of gratification*, dan (5) *Self control of performance*. Disebutkan juga bahwa individu dengan kontrol diri yang tinggi memiliki nilai yang lebih baik dibandingkan dengan orang dengan pengendalian diri yang rendah. Peserta didik yang memiliki tingkat kemampuan pengendalian diri yang lebih tinggi cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih baik dan lebih termotivasi dalam belajar. Mereka juga cenderung memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi dan lebih siap menghadapi tantangan di lingkungan belajar yang sulit. Di sisi lain, peserta didik yang kurang mampu dalam pengendalian diri cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih rendah dan kurang termotivasi dalam

⁴Susmita Irdiana Putri Wekoila, Dodi Priyatmo Silondae, "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Kontrol Diri Siswa", *Jurnal Bening*, 4 No. 2 (Juni, 2020): 18, <http://dx.doi.org/10.36709/bening.v4i2.12084>

belajar. Mereka juga lebih rentan mengalami stres dan kesulitan dalam menangani tugas-tugas akademik yang sulit⁵

Manusia memiliki kebutuhan yang harus dipenuhi dan mendorong pada suatu Tindakan atau menghambat tindakan tersebut. Dalam pemenuhan kebutuhan tersebut terdapat dinamika yang berbentuk interaksi antara kekuatan-kekuatan psikis yang ada pada diri manusia yaitu insting dan pertahanan. pertahanan diri (*self control*) merupakan jalan pintas individu mengatasi kecemasannya.

Dengan perubahan jaman yang semakin canggih dan modern, tidak memungkinkan para remaja atau generasi muda dapat menjadi lebih baik, bahkan seiring dengan perubahan zaman tersebut dapat mempengaruhi tingkah laku remaja ke arah yang negatif dan berujung pada kenakalan remaja. Namun, banyak dari remaja salah mengambil keputusan dalam memecahkan masalahnya sehingga tidak menutup kemungkinan perilaku mereka mengarah pada perilaku membolos. Membolos sekolah mungkin merupakan salah satu budaya dalam pendidikan di bumi pertiwi ini. Sering kali didapati anak-anak sekolah yang masih berpakaian seragam sudah berkeliaran di luar sekolah pada jam sekolah⁶

Permasalahan terkait kontrol diri siswa masih menjadi salah satu tantangan yang dihadapi di lingkungan sekolah. Berdasarkan hasil observasi

⁵Maryam Qonita, Herdi, "Asesmen Kontrol Diri Peserta Didik dan Implikasinya Terhadap Program Bimbingan dan Konseling di SMA", *Jurnal Mahasiswa BK An-nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 9 no. 2 (2023): 332, <http://dx.doi.org/10.31602/jmbkan.v9i2.11257>

⁶Ika Ernawati, Arbiansyah Pramudya Ahzani, "Pengaruh Bimbingan Kelompok Terhadap Pengendalian Diri Siswa Kelas VIII SMP", *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7, No. 2 (April, 2023): 352, <http://dx.doi.org/10.31602/jmbkan.v9i2.11257>

di SMPN 8 Pamekasan ditemukan adanya siswa yang menunjukkan perlunya peningkatan dalam kemampuan mengelola diri. Beberapa di antaranya terlihat dari kesulitan menjaga ketenangan di kelas, kurangnya perhatian selama pembelajaran, penggunaan bahasa yang kurang sopan, serta perilaku yang berpotensi mengganggu suasana belajar. Kondisi ini menunjukkan perlunya pengembangan kemampuan kontrol diri agar siswa dapat lebih menyesuaikan perilaku dengan situasi dan kondisi yang ada (*control*).⁷

Berdasarkan konteks penelitian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang **Urgensi Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Kontrol Diri Pada Siswa di SMPN 8 Pamekasan.**

B. Fokus Penelitian

Adapun fokus penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok terhadap kontrol diri pada siswa di sekolah?
2. Bagaimana hasil pelaksanaan bimbingan kelompok dalam meningkatkan kontrol diri siswa di sekolah?
3. Faktor apa saja yang mendorong bimbingan kelompok terhadap kontrol diri pada siswa di sekolah?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok terhadap kontrol diri pada siswa di sekolah

⁷ Observasi, 5 April 2025

2. Untuk mengetahui bagaimana hasil pelaksanaan bimbingan kelompok dalam meningkatkan kontrol diri siswa di sekolah
3. Untuk mengetahui faktor apa saja yang mendorong bimbingan kelompok terhadap kontrol diri pada siswa di sekolah

D. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan semoga dapat bermanfaat bagi semua pihak yang terkait utamanya bagi pihak-pihak sebagai berikut ini:

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini semoga dapat menambah pengetahuan dan wawasan mengenai pentingnya serta penerapan layanan bimbingan kelompok dalam pembentukan kontrol diri siswa. Juga dapat menjadi kontribusi berharga bagi mahasiswa, akademisi, dan dosen sebagai penambah materi perkuliahan serta untuk memperkaya koleksi perpustakaan sebagai sumber pengetahuan yang dapat digunakan dalam penelitian dan dijadikan referensi.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Penelitian ini memberikan panduan praktis bagi guru BK dalam mengimplementasikan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kontrol diri siswa. Guru BK dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai referensi untuk mengembangkan program bimbingan yang lebih efektif, terutama dalam mengatasi perilaku negatif dan membantu siswa mengelola emosi serta perilaku mereka dengan lebih baik.

b. Bagi Orang Tua

Penelitian ini bermanfaat bagi orang tua dalam memahami pentingnya kontrol diri bagi perkembangan anak mereka. Dengan mengetahui peran bimbingan kelompok, orang tua dapat mendukung kegiatan ini di sekolah dan mendorong anak mereka untuk lebih aktif berpartisipasi. Selain itu, hasil penelitian ini memberikan wawasan bagi orang tua tentang cara membantu anak membangun kontrol diri yang kuat di rumah.

c. Bagi Siswa

Penelitian ini berguna bagi siswa untuk memahami pentingnya kontrol diri dalam mencapai keberhasilan akademik dan sosial. Melalui layanan bimbingan kelompok, siswa dapat belajar strategi konkret untuk mengendalikan emosi, mengambil keputusan yang tepat, dan menghadapi tantangan di lingkungan sekolah. Hal ini akan berdampak positif pada hubungan sosial dan prestasi akademis mereka.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini menyediakan data dan temuan yang dapat dijadikan acuan atau dasar bagi penelitian lanjutan mengenai pengembangan kontrol diri pada siswa. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan hasil ini untuk mengkaji lebih lanjut tentang metode atau pendekatan bimbingan kelompok yang berbeda, atau mengeksplorasi variabel lain yang mempengaruhi kontrol diri siswa di sekolah.

E. Definisi Istilah

Terdapat beberapa istilah yang membutuhkan pendefinisian secara lebih jelas, supaya pembaca mempunyai anggapan yang sesuai dengan tujuan penelitian serta meminimalisir kesalahpahaman dalam istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian ini. Adapun istilah-istilah itu bisa dijelaskan sebagai berikut:

1. Urgensi adalah tingkat kepentingan atau sesuatu hal yang bersifat mendesak untuk melakukan suatu tindakan dari suatu program yaitu, pelaksanaan bimbingan kelompok
2. Bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan untuk membantu individu dalam mengembangkan kemampuan sosial, mengelola emosi, serta meningkatkan kontrol diri melalui interaksi dan dukungan dalam kelompok
3. Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan emosi, pikiran, dan perilaku agar sesuai dengan nilai, norma, dan tujuan yang ingin di capai

F. Kajian Peneliti Terdahulu

Kajian penelitian terdahulu merupakan hasil dari peneliti terdahulu, yang mana fungsi dari kajian terdahulu yaitu untuk mengetahui letak perbedaan dan persamaan dengan penelitian terdahulu.

1. Skripsi yang ditulis oleh Khoirunnisa dengan judul upaya meningkatkan kontrol diri siswa dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok melalui tehnik *problem solving* di kelas VII.I SMP Negeri 11

Lubuklinggau⁸ penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Tingkat kontrol diri dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok melalui tehnik problem solving pada siswa kelas VII.1 SMP Negeri 11 Lubuklinggau. Metode penelitian digunakan adalah Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK). Adapun letak persamaan dari khoirunnisa dan peneliti yaitu sama-sama mengkaji tentang bimbingan kelompok sedangkan perbedaanya yaitu Penggunaan teknik yang digunakan khoirunnisa yaitu teknik problem solving, sedangkan peneliti menggunakan teknik diskusi kontrol diri.

2. Skripsi yang ditulis oleh Siti Nur Halimah dan Abdul Aziz Rusman dengan judul Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Home Room* Terhadap *Self Control* Ssiswa MAN 1 Medan.⁹ Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat efektivitas layanan bimbingan kelompok teknik home room dalam meningkatkan self control siswa kelas XI IIK MAN 1 Medan. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain penelitian one group pretest posttest design. Adapun letak persamaan dari Siti Nur Halimah dan Abdul Aziz Rusman dan peneliti yaitu sama-sama mengkaji tentang bimbingan kelompok sedangkan perbedaanya yaitu Penggunaan teknik yang digunakan Siti Nur Halimah dan Abdul Aziz Rusman yaitu teknik *home room*,

⁸Khoirunnisa, "Upaya Meningkatkan Kontrol Diri Siswa Dengan Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Tehnik *Problem Solving* di Kelas VII.I SMP Negeri 11 Lubuklinggau," *Jurnal Science Education*, 2, no. 3 (September, 2022): 38, <https://doi.org/10.31316/gcouns.v7i02.4690>

⁹Siti Nur Halimah, Abdul Aziz Rusman, "Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Home Room* Terhadap *Self Control* Siswa MAN 1 Medan," *Jurnal Tarbiyah*, 31, no 1 (Juni,, 2024): 167, <https://doi.org/10.55526/ljse.v2i3.390>

sedangkan peneliti menggunakan teknik diskusi terhadap kontrol diri.

3. Skripsi yang ditulis oleh Tri Handayani yang berjudul Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Manajemen Diri Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Peserta Didik Kelas VIII SMPN 11 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017¹⁰ Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Kedua peneliti tersebut tidak ada persamaannya, namun memiliki perbedaan yang signifikan pada keduanya yaitu Peneliti mengkaji tentang urgensi layanan bimbingan kelompok sedangkan Tri Handayani mengkaji tentang efektivitas konseling kelompok, dan adapun fokus yang digunakan peneliti yaitu pada kontrol diri sedangkan Tri Handayani berfokus pada kecanduan game online.

¹⁰Tri Handayani, “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Manajemen Diri Untuk Mengurangi Kecanduan *Game Online* Peserta Didik Kela VIII SMP Negeri 11 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/1017”, (Skripsi Bandar Lampung: IAIN Raden Intan Lampung, 2017): x, <http://dx.doi.org/10.30829/tar.v3i1i.3584>