

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
MENGUNAKAN TEKNIK *ROLE PLAYING* UNTUK
MENINGKATKAN *SELF CONTROL* SISWA**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan Strata Satu (S1)*



Oleh:

RAHMAT HIDAYATULLAH

NIM. 18006125

DEPARTEMEN BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NEGERI PADANG

2022

PERSETUJUAN SKRIPSI

EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN
TEKNIK *ROLE PLAYING* UNTUK MENINGKATKAN *SELF CONTROL*
SISWA

Nama : Rahmat Hidayatullah
NIM/BP : 18006125/2018
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 19 Agustus 2022

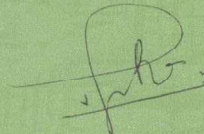
Disetujui Oleh

Kepala Departemen



Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.
NIP. 19610225 198602 1 001

Pembimbing Akademik



Dr. Yarmis Syukur, M.Pd. Kons.
NIP. 19620415 198703 2 002

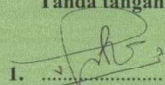
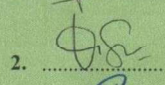

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji
Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Negeri Padang

Judul : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan
Teknik *Role Playing* Untuk Meningkatkan *Self Control*
Siswa
Nama : Rahmat Hidayatullah
NIM : 18006125
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 19 Agustus 2022

Tim Penguji,

	Nama	Tanda tangan
1. Ketua	: Dr. Yarmis Syukur, M.Pd., Kons.	1. 
2. Anggota 1	: Dr. Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd.	2. 
3. Anggota 2	: Dr. Rezki Hariko, M.Pd., Kons.	3. 

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Rahmat Hidayatullah
NIM/BP : 18006125
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan
Judul : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok
Menggunakan Teknik *Role Playing* Untuk
Meningkatkan *Self Control* Siswa

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan, maka saya bersedia bertanggung jawab, sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Padang, 19 Agustus 2022
Saya yang menyatakan,



Rahmat Hidayatullah
NIM. 18006132

ABSTRAK

Rahmat Hidayatullah. 2022. “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok menggunakan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa”. Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Pengendalian diri yang baik adalah salah satu sikap yang harus dimiliki oleh siswa di saat masa perkembangan remaja. Namun kenyataannya, pengendalian diri yang dimiliki siswa belum berjalan dengan baik. Salah satu cara yang dapat meningkatkan pengendalian diri pada siswa adalah dengan menerapkan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *role playing*. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *role playing* untuk meningkatkan *self control* siswa.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Subjek dalam penelitian ini adalah 12 orang siswa SMPN 29 Padang dengan kriteria tertentu. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket. Datanya penulis analisis menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan bantuan aplikasi SPSS 20.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *role playing* efektif dalam meningkatkan *self control* siswa, dimana setelah diberikan perlakuan, *self control* siswa meningkat secara signifikan. Hal ini juga terlihat dari hasil uji Wilcoxon yaitu Tolak H_0 dan terima H_a , apabila probabilitas (*sig 2-tailed*) \leq alpha ($\alpha = 0,05$). Dengan kesimpulan bahwa H_0 ditolak dan terima H_a , artinya terdapat perbedaan yang signifikan dari skor *pretest* dan *posttest self control* siswa. jika dibandingkan, terdapat perbedaan yang signifikan skor rata-rata *pretest* dan skor rata-rata *posttest*. Dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *role playing* terbukti efektif untuk meningkatkan *self control* siswa SMPN 29 Padang.

Kata Kunci : *Self Control*, Layanan Bimbingan Kelompok, *Role Playing*

KATA PENGANTAR



Puji dan syukur penulis ucapkan atas kehadiran ALLAH SWT yang telah menciptakan manusia dengan sempurna. Atas berkat rahmat ALLAH SWT yang telah memberikan rahmat kepada peneliti, sehingga dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan judul **“Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa”**. Serta tak lupa shalawat dan salam peneliti ucapkan kepada Nabi Muhammad SAW.

Peneliti menyelesaikan skripsi ini dengan tujuan untuk menyelesaikan program Strata Satu (S1) Departemen Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang. Penelitian skripsi dapat terselesaikan berkat bantuan, bimbingan serta dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Ibu Dr. Yarmis Syukur, M.Pd., Kons. selaku pembimbing akademik yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, motivasi dan saran kepada peneliti untuk menyelesaikan penelitian skripsi ini.
2. Ibu Dr. Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd dan Bapak Dr. Rezki , S.Pd., M.Pd., Kons. selaku penguji dan tim penimbang instrumen penelitian yang telah memberikan masukan, saran dan arahan kepada peneliti untuk kesempurnaan skripsi ini.

3. Bapak Prof. Dr. Firman, M.S., Kons. selaku Ketua Departemen BK FIP UNP dan Bapak Dr. Afdal, M.Pd., Kons. selaku Sekretaris Departemen BK FIP UNP.
4. Ibu Nilma Zola, S.Pd., M.Pd selaku dosen penimbang instrumen penelitian yang telah memberikan masukan, motivasi, ide serta ilmu yang bermanfaat, sehingga skripsi ini terselesaikan dengan baik.
5. Bapak dan Ibu dosen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang yang telah membantu peneliti selama menuntut ilmu di Program Studi Bimbingan Konseling di Universitas Negeri Padang.
6. Bapak Ramadi, selaku tenaga administrasi Departemen Bimbingan dan Konseling.
7. Ibu Kepala SMPN 29 Padang (ibu Nurhawilis M.Pd), Ibu Koordinator Bimbingan dan Konseling SMP N 29 Padang (ibu Roza Delvina.S.Pd.,Kons) dan (Hj. Rusneliza, S.Pd) yang telah memberikan arahan dan masukan dalam proses penelitian.
8. Siswa SMP N 29 Padang terkhusus kelas VIII dan IX yang telah bersedia menjadi subjek penelitian.
9. Kedua orang tua yang tersayang ayahanda Yurman, A. Md dan ibu Elmiyanti, S.Pd.,M.Pd serta saudara saya Jesysri Rahmi, S.Kep dan Nurul Syafitri yang telah memberikan perhatian, dukungan serta motivasi kepada saya dalam penyusunan skripsi ini.

10. Muhammad Alfarizi S.Pd, Zikra Novias, S.Pd, Torly Amora, Aldy Noverwan, Zulfadli Azim, Raidatul Tiski, Toriq dan Yuda yang telah memberikan dukungan selama pembuatan skripsi ini.
11. Kepada teman-teman BK angkatan 2018 yang sama-sama berjuang dalam menyelesaikan pendidikan Strata Satu (S1) Bimbingan Konseling.

Padang, Agustus 2022

Rahmat Hidayatullah

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	11
C. Batasan Masalah.....	11
D. Rumusan Masalah.....	12
E. Asumsi Penelitian	12
F. Tujuan Penelitian	12
G. Manfaat Penelitian.....	13
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	15
A. <i>Self Control</i>	15
1. Pengertian <i>Self Control</i>	15
2. Aspek – Aspek <i>Self Control</i>	16
3. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi <i>Self Control</i>	19
4. Fungsi <i>Self Control</i>	20
5. Strategi Meningkatkan <i>Self Control</i>	22
B. Bimbingan Kelompok.....	23
1. Pengertian Bimbingan Kelompok	23
2. Tujuan dan Fungsi Bimbingan Kelompok.....	25
3. Tahapan Pelaksanaan Bimbingan Kelompok.....	27

4. Komponen Bimbingan Kelompok.....	33
5. Jenis-Jenis Bimbingan Kelompok	35
C. Teknik <i>Role Playing</i>	36
1. Pengertian Teknik <i>Role Playing</i>	36
2. Kelebihan dan Kekurangan Teknik <i>Role Playing</i>	37
3. Langkah – Langkah pelaksanaan Teknik <i>Role Playing</i>	39
D. Layanan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Role Playing</i> dalam Meningkatkan <i>Self Control</i> Peserta Didik	41
E. Penelitian Relevan	43
F. Kerangka Konseptual	45
G. Hipotesis Penelitian	46
BAB III METODE PENELITIAN.....	47
A. Jenis Penelitian	47
B. Desain Penelitian	48
C. Subjek Penelitian	54
D. Definisi Operasional	56
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	57
F. Uji Coba Instrumen	59
G. Teknik Analisis Data	61
H. Pelaksanaan Eksperimen	64
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	65
A. Deskripsi Hasil Penelitian	65
B. Pengujian Hipotesis	70
C. Pembahasan	72
D. Keterbatasan Penelitian	77

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	78
A. Kesimpulan.....	78
B. Saran	79
DAFTAR RUJUKAN.....	80
LAMPIRAN	81

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Rancangan Topik Bimbingan Kelompok	50
Tabel 2. Langkah-Langkah Pelaksanaan Bimbingan Kelompok	51
Tabel 3. Subjek Penelitian	55
Tabel 4. Kategori Jawaban Skala Instrumen	58
Tabel 5. Kisi-Kisi Instrumen <i>Self Control</i>	59
Tabel 6. Kategori <i>Self</i>	62
Tabel 7. Jadwal Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Role</i>	65
Tabel 8. <i>Pre test</i> tentang <i>self control</i>	66
Tabel 9. <i>post tes</i> tentang <i>self</i>	67
Tabel 10. Perbedaan hasil <i>pre test</i> dan <i>post test</i> tentang <i>self control</i>	69
Tabel 11. Hasil Analisis <i>Wilcoxon</i>	73
Tabel 12. Arah Perubahan Subjek Peneltian	73

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Konseptual	45
Gambar 2. Pola <i>One-Group Pretest-Posttest Design</i>	49
Gambar 3. Hasil <i>Pre test dan Post test self control</i> siswa	70

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Instrumen Penelitian	85
Lampiran 2. Rekapitylasi <i>judge</i> anget.....	95
Lampiran 3. Uji Validitas dan Reliabelitas anget	101
Lampiran 4. Instrumen Penelitian	109
Lampiran 5. Tabulasi Hasil <i>pre test dan post test self control</i>	115
Lampiran 6. RPL <i>self control</i>	117
Lampiran 7. Dokumentasi.....	139
Lampiran 8. Surat – Surat Penelitian	140

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan suatu proses untuk meningkatkan dan membimbing peserta didik agar dapat menemukan jati dirinya. Damsar (2011) mengemukakan bahwa pendidikan adalah proses perubahan perilaku, sikap, dan tata laku seseorang atau sekelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan.

UU Nomor 20 Tahun 2003 pasal 1 ayat 1 tentang Sistem Pendidikan Nasional, menjelaskan bahwa:

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Dari kutipan di atas menjelaskan bahwa bimbingan dan konseling termasuk ke dalam salah satu komponen dari pendidikan. bimbingan dan konseling bertujuan untuk merancang kegiatan penyelesaian studi peserta didik, perkembangan karier serta kehidupan yang lebih efektif di masyarakat, mengembangkan semua potensi dan kekuatan yang dimiliki peserta didik seoptimal mungkin, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan pendidikan, masyarakat serta lingkungan kerja (Nurihsan, 2006).

Salah satu tujuan layanan bimbingan dan konseling diatas yaitu mengembangkan semua potensi dan kekuatan yang dimiliki peserta didik dengan semaksimal mungkin, jika dihubungkan dengan UU No. 20/2003 terdapat tujuan yang sama yaitu mengembangkan potensi peserta didik agar memiliki kekuatan kepribadian yang diperlukan untuk dirinya, masyarakat, dan bangsa. Hal tersebut mengacu kepada upaya yang dapat dilakukan dalam membentuk kepribadian siswa yang optimal, sehingga mereka dapat berhasil dalam belajar di sekolah dan sukses dalam meraih tujuan hidupnya.

Siswa merupakan anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran pada jalur pendidikan. Salah satunya ialah siswa SMP yang masih tergolong ke dalam remaja awal dengan usia 14 sampai 15 tahun. Masa remaja merupakan masa peralihan antara anak-anak menuju remaja yang memiliki kematangan. Menurut Wijayanti, Yusmansyah, & Maharani (2019) kematangan remaja berpengaruh terhadap pola pikir, pola perilaku, serta emosinya. Adanya perubahan di lingkungan serta berbagai peristiwa atau situasi sosial tidak akan berdampak buruk kepada diri remaja jika mereka memiliki pengendalian diri (*self-control*) yang baik. Remaja memiliki tingkat perkembangan emosi yang cenderung tidak terkontrol dengan baik karena pada usia remaja seseorang mengalami puncak emosional dalam hidupnya.

Puncak emosional inilah yang akhirnya menimbulkan berbagai masalah dan kenakalan yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain seperti membolos, kabur dari rumah, memakai pakaian yang tidak sopan, melawan orang tua, berkelahi, melakukan tawuran, merokok, narkoba dan sebagainya. Kontrol diri sangat diperlukan dalam kehidupan baik itu di masyarakat maupun di sekolah karena dengan pengendalian diri yang baik akan berdampak baik kepada kehidupan bermasyarakat serta berdampak baik pula pada proses belajar di sekolah. Astuti (2019) menjelaskan bahwa kemampuan untuk mengontrol diri sangatlah penting dan mendasar demi membangun kepribadian yang sesuai dengan jati diri remaja.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kepribadian seseorang, jika seorang remaja memiliki kontrol diri yang baik maka remaja tersebut akan dapat mengendalikan diri dari perilaku-prilaku yang menyimpang atau perilaku melanggar aturan baik di sekolah maupun di lingkungan masyarakat.

Rendahnya kontrol diri dapat dilihat dari sikap maupun perilaku remaja pada masa sekarang yang semakin menyimpang, banyak kasus yang melibatkan sikap atau perilaku remaja yang menyimpang dari nilai – nilai dan norma yang sudah ada. Praptiani (2013) menjelaskan bahwa gejala seseorang yang memiliki kontrol diri yang rendah adalah sulit dalam mengendalikan

emosi yang dapat mengakibatkan permasalahan dimana seseorang cenderung untuk melakukan perilaku kriminal tanpa mempertimbangkan konsekuensi yang akan terjadi. Secara umum ketika seseorang memiliki *self control* yang rendah maka hal tersebut mengacu pada ketidakmampuan seseorang untuk menahan diri dalam melakukan sesuatu hal dan tidak memikirkan akibat hal tersebut dalam jangka panjang, sebaliknya jika seseorang memiliki *self control* yang baik maka ia bisa menahan diri dari sesuatu hal yang merugikan dengan dapat menahan diri dari hal – hal yang berbahaya dengan meninjau akibatnya dalam jangka waktu yang panjang (Ursia,2013). Seseorang yang memiliki kontrol diri yang rendah dirinya tidak dapat mengatur dan memantapkan arah perilakunya, sehingga dapat dipahami jika seseorang dengan tingkat kontrol diri yang rendah dapat bertindak dan berperilaku lebih terhadap segala hal yang membahagiakan dirinya (Angelina & Matulesy 2013).

Sesuai dengan fenomena di lapangan yaitu di SMP N 29 Padang, yang mana peneliti melakukan observasi pada 17 September 2021 dimana observasi yang dilakukan peneliti melihat terdapat siswa yang banyak melanggar aturan dan norma yang berlaku di sekolah seperti melawan kepada guru, sering cabut, merokok di area sekolah seperti wc, pacaran serta perkelahian. Hal ini menunjukkan bahwa siswa tersebut mengalami gejala gejala kurangnya kontrol diri.

Lebih jelasnya dari proses wawancara yang dilakukan pada 24 September 2021 bersama guru Bimbingan dan Konseling (BK) ibu Rusneliza S.Pd, menjelaskan bahwa memang benar terdapat siswa yang menunjukkan gejala-gejala tersebut, di antaranya: perilaku menyimpang yang ditunjukkan oleh siswa berupa sikap kurang sopan santun kepada guru, teman sebaya seperti penggunaan kata-kata kotor dan kasar, tidak menghargai serta kurangnya kemampuan dalam mengelola emosi. siswa kurang dapat memahami kondisi orang lain, serta kurangnya pemikiran yang matang sebelum melakukan suatu tindakan, dan bersikap tergesa-gesa dalam melakukan kegiatan. Dan siswa sulit menentukan keputusan sendiri serta untuk memutuskan sesuatu sering dipengaruhi oleh lingkungan.

Permasalahan diatas tidak terjadi begitu saja melainkan memiliki penyebab. Penyebab tersebut dapat berupa, kurangnya perhatian orang tua kepada anak dalam mengedukasi, lingkungan pergaulan yang kurang tepat sehingga belum dapat menentukan perilaku yang baik. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan Yuliandita (2016) penyebab rendahnya *self control* pada siswa antara lain mereka selalu ingin tampil menonjol dan berbeda dari orang lain, *trend* kekinian yang dijadikan sebagai patokan untuk melaksanakan sebuah tindakan serta tidak mau kalah dengan teman sepergaulanya.

Penyebab lain yang mengakibatkan *self control* siswa rendah menurut Ghufron & Risnawati (2014), terdapat dua faktor yang mempengaruhi kontrol diri yaitu, Faktor internal dan faktor eksternal, dimana faktor internal yang ikut andil dalam kontrol diri adalah usia, cara orang tua mengajarkan disiplin, merespon kegagalan, gaya berkomunikasi, serta mengekspresikan kemarahan (penuh emosi atau mampu menaham diri) merupakan awal bagi anak untuk belajar tentang kontrol diri. Bertambahnya usia anak, bertambah pula komunitas yang mempengaruhi anak serta banyak pengalaman sosial yang di alaminya, anak belajar merespon kegagalan, kekecewaan, ketidaksukan dan belajar untuk mengendalikanya, sehingga lama – kelamaan kontrol tersebut muncul dalam dirinya sendiri, sedangkan faktor eksternal adalah keluarga dan lingkungan, dimana orang tua menentukan kemampuan mengontrol diri seseorang diantaranya disiplin, karna dengan sikap disiplin dapat menentukan kepribadian yang baik dan dapat mengendalikan prilaku pada individu.

Berdasarkan permasalahan di atas dibutuhkan sebuah solusi yang tepat agar permasalahan tidak menjadi komplek. Salah satu solusi yang tepat adalah dengan memanfaatkan layanan bimbingan dan konseling. Di dalam bimbingan dan konseling terdapat 10 jenis layanan yang dapat membantu menyelesaikan persoalan yang dihadapi siswa diantaranya layanan orientasi, layanan informasi, layanan penempatan penyaluran, layanan penguasaan konten, layanan konseling perorangan, layanan bimbingan kelompok, layanan konseling kelompok, layanan mediasi, layanan konsultasi dan advokasi

(Prayitno, 2012). Dalam penelitian ini layanan yang akan digunakan untuk meningkatkan *self control* siswa ialah layanan bimbingan kelompok.

Menurut Maliki (2016) bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok ditunjukkan untuk mencegah timbulnya masalah pada peserta didik, secara umum dapat dikatakan bahwa sebagai salah satu teknik bimbingan kelompok mempunyai prinsip, kegiatan, dan tujuan yang sama dalam bimbingan. Perbedaannya hanya terletak pada pengelolaannya, yaitu dalam situasi kelompok.

Hal ini selaras dengan pendapat (Prayitno & Amti, 2004) bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan pemberian informasi pada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan siswa secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari nara sumber tertentu terutama guru pembimbing dan membahas secara bersama-sama pokok bahasan topik tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dalam kehidupan sehari-hari dan untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu.

Motivasi ataupun dorongan untuk mengikuti layanan bimbingan kelompok sangatlah penting karena dengan adanya motivasi siswa mempunyai dorongan yang timbul dari rangsangan internal dan/atau eksternal sehingga siswa mempunyai keinginan untuk merubah perilaku atau kegiatan tertentu menjadi lebih baik dari keadaan sebelumnya (Uno, 2007). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hariko et al., 2021) Tentang Motivasi siswa mengikuti bimbingan kelompok berdasarkan jenis kelamin. Dimana Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki motivasi utama untuk mengikuti bimbingan kelompok dan terdapat perbedaan yang signifikan motivasi siswa untuk mengikuti bimbingan kelompok berdasarkan jenis kelamin, namun dari segi suku tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok berdasarkan jenis kelamin akan menimbulkan motivasi utama bagi peserta bimbingan kelompok untuk melaksanakan kegiatan layanan bimbingan kelompok.

Keunggulan yang di peroleh dengan menjalani layanan bimbingan kelompok Ediya (2009) diantaranya, bimbingan kelompok lebih bersifat efektif dan efisien, bimbingan kelompok dapat memanfaatkan pengaruh – pengaruh seorang atau beberapa individu terhadap anggota lainnya, dalam kegiatan kelompok dapat terjadi pertukaran pengalaman diantara anggotanya, bimbingan kelompok dapat menjadi pelengkap dari teknik konseling individual, bimbingan kelompok dapat digunakan sebagai substitusi yang

dilaksanakan karena tidak dapat diberikan teknik lain. Dinamika perubahan yang terjadi ketika layanan tersebut berlangsung juga amat menarik perhatian. Dimana dinamika dalam kelompok menurut (Sukmawati, Neviyarni & Syukur, 2013) diartikan sebagai kekuatan sosial dalam suatu kelompok yang memperlancar atau menghambat proses kerjasama dalam kelompok. Segala metode, sarana dan teknik pembelajaran dapat diterapkan jika sejumlah orang bekerjasama dalam kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok, interaksi antar individu anggota kelompok merupakan suatu yang khas, yang tidak mungkin terjadi pada layanan perorangan. Dengan interaksi sosial yang intensif dan dinamis selama layanan tersebut berlangsung, diharapkan tujuan layanan dapat tercapai secara lebih mantap (Prayitno, 2004). Pelaksanaan dalam kegiatan bimbingan kelompok akan dibahas topik-topik yang berkaitan dengan aspek-aspek yang termasuk dalam *self-control*.

Adapun tujuan dari layanan bimbingan kelompok menurut Hariko (2021) bertujuan untuk mengembangkan kemampuan bersosialisasi dan aspek pribadi lainnya, serta membantu siswa untuk mencegah dari berbagai potensi permasalahan pribadi dan sosial, yang mana tujuan tersebut mengarah kepada pencapaian fungsi pemahaman, pengembangan, dan pencegahan. Selaras dengan itu Prayitno (1995) Menjelaskan tujuan dari pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, yaitu: (1) dapat berbicara di depan umum, (2) dapat memberikan pendapat, ide, saran, tanggapan, perasaan dan lain sebagainya kepada orang banyak, (3) belajar menerima pendapat orang lain, (4)

mempunyai tanggung jawab atas apa yang di kemukakan, (5) mampu mengontrol diri dan menahan emosi (gejolak kejiwaan yang bersifat negative). (6) mempunyai tenggang rasa, (7) menjalin keakraban satu dengan yang lainnya, (8) membahas masalah atau topik topik umum yang dirasakan atau menjadi kepentingan bersama, (9) bisa saling membantu memecahkan masalah pribadi yang di kemukakan kelompok.

Dari penjelasan diatas dapat dipahami bahwa *self control* mempunyai kaitan dengan bimbingan kelompok dimana salah satu tujuan dari bimbingan kelompok yakni mampu mengontrol diri dan menahan emosi yang bersifat negative. Dari hal ini lah peneliti tertarik untuk memberikan sebuah layanan bimbingan kelompok kepada siswa dengan tujuan untuk meningkatkan kontrol diri siswa. Layanan bimbingan kelompok yang akan diberikan dengan menggunakan teknik *role playing* (bermain peran). Teknik *role playing* merupakan teknik dimana individu memerankan situasi yang imajinatif dan berhubungan dengan dunia nyata dengan tujuan untuk membantu tercapainya pemahaman diri sendiri, meningkatkan keterampilan, menganalisis prilaku atau menunjukkan kepada orang lain bagaimana prilaku seseorang harus berperilaku (Santrock, 1995).

Hal ini di perkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Nugraha & Ajie (2019) tentang Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Siodrama Terhadap Kontrol Diri menunjukan bahwa, hasil perhitungan uji t-test diperoleh hasil t hitung $3,62 > t$ tabel $2,100$ maka H_0 ditolak dan H_a

diterima jadi dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan kontrol diri siswa kelas X SMK Nusa Bangsa Demak karena memiliki perbedaan yang signifikan dilihat dari hasil perhitungan uji t sejalan dengan itu penelitian yang dilakukan oleh Murti (2021) tentang efektivitas layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *homeroom* untuk meningkatkan *self regulated learning* menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* dapat meningkatkan *self-regulated learning* siswa. Hal ini dapat dilihat dari hasil rata-rata skor *posttest self-regulated learning* pada siswa kelompok eksperimen sebesar 153.2 yang berada pada kategori yang sangat tinggi, sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 137,5 yang berada pada kategori tinggi. Sedangkan penelitian yang di lakukan oleh Novias (2022) tentang efektivitas layanan bimbingan kelompok gestalt untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa menunjukkan bahwa *self confidence* / kepercayaan diri siswa meningkat setelah diberikan perlakuan yaitu layanan bimbingan kelompok Gestalt.

Dari uraian di atas, peneliti menilai bahwa layanan bimbingan kelompok dapat digunakan sebagai *treatment* dalam rangka peningkatan *Self control* siswa SMP, oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik *Role Playing* Untuk Meningkatkan *Self-Control* Siswa.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi dalam beberapa masalah sebagai berikut :

1. Terdapat siswa yang belum memiliki kemampuan mengontrol diri di lingkungan sekolah.
2. Terdapat siswa yang menunjukkan perilaku menyimpang seperti, kurangnya sikap sopan santun siswa kepada guru, perangkat sekolah dan teman.
3. Terdapat siswa yang kurang dapat memahami keadaan orang lain, kurangnya pemikiran yang matang sebelum melakukan suatu tindakan, bersikap tergesa-gesa dalam melakukan kegiatan.
4. Terdapat siswa yang sulit dalam memutuskan keputusan sendiri serta untuk memutuskan sesuatu sering dipengaruhi oleh lingkungan.
5. Belum optimal pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan *self control*.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah diatas, maka peneliti membatasi masalah ini pada efektivitas layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *role playing* untuk meningkatkan *self control* siswa.

D. Rumusan Masalah

1. Bagaimana *Self-control* siswa SMP sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *role playing*?

2. Bagaimana *Self-control* siswa SMP setelah diberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *role playing*?
3. Bagaimana efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *role playing* untuk meningkatkan *self-control* siswa SMP N 29 kota Padang.

E. Asumsi Penelitian

Adapun asumsi dalam penelitian ini adalah:

1. Kemampuan kontrol diri (*self control*) siswa diperlukan dalam menjalankan kehidupan sehari - hari siswa.
2. kontrol diri (*self control*) dipengaruhi oleh berbagai faktor.

F. Tujuan Penelitian

Untuk menjawab pertanyaan dalam penelitian ini, maka tujuan penelitian ini, yaitu:

1. Mendeskripsikan kemampuan kontrol diri siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok.
2. Mendeskripsikan kemampuan kontrol diri siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok.
3. Menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *role playing* untuk meningkatkan (*self-control*) siswa SMP.

G. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak yang terkait. Adapun manfaat yang diperoleh melalui hasil penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Hasil Penelitian tentang efektivitas layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan *self control* peserta didik ini dapat memberikan sumbangan ilmiah pada pengembangan ilmu bimbingan dan konseling dalam bidang bimbingan belajar khususnya tentang pengendalian diri (*self control*) dengan layanan bimbingan kelompok

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

- a. Bagi Jurusan Bimbingan dan Konseling, diharapkan penelitian ini dapat menambah kepustakaan bimbingan dan konseling tentang efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam peningkatan *self control*.
- b. Bagi siswa, penelitian yang dilakukan ini diharapkan dapat meningkatkan *self control* siswa.
- c. Bagi Konselor atau guru bimbingan dan konseling, sebagai bahan untuk memberikan layanan bimbingan kelompok kepada siswa untuk meningkatkan *self control*.

- d. Bagi peneliti, menambah wawasan dan pengetahuan mengenai efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam peningkatan *self control*.
- e. Bagi Peneliti selanjutnya, dapat dijadikan bahan rujukan untuk meneliti lebih lanjut khususnya mengenai pengaruh bimbingan kelompok terhadap *self control*.