



**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK BERBASIS  
REGULASI DIRI DALAM MENINGKATKAN KEDISIPLINAN  
BELAJAR SISWA DI SMP NEGERI 1 X KOTO DIATAS**

**TESIS**

*Ditulis Sebagai Syarat untuk Penyelesaian Studi (S-2)  
Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*

*Oleh:*

**YORI FIRMANSYAH**  
**NIM. 1702051023**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
PENDIDIKAN ISLAM  
PROGRAM PASCASARJANA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
BATUSANGKAR  
2021**

## PERNYATAAN KEASLIAN TESIS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini;

Nama : Yori Firmansyah  
NIM : 1702051023  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tesis yang berjudul: "PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK BERBASIS REGULASI DIRI DALAM MENINGKATKAN KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA DI SMP NEGERI 1 X KOTO DIATAS" adalah hasil karya sendiri, bukan plagiat. Apabila dikemudian hari terbukti plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Batas akhir: Agustus 2021  
Yang membuat pernyataan

  
YORI FIRMANSYAH  
NIM BKPI. 1702051023

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Pembimbing proposal tesis atas nama Yori Firmansyah, NIM: BKPL1702051023, judul: **PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK BERBASIS REGULASI DIRI DALAM MENINGKATKAN KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA DI SMP NEGERI 1 X KOTO DIATAS**, memandang proposal yang bersangkutan telah memenuhi syarat ilmiah dan dapat dilanjutkan untuk ke sidang *monograph*.

Demikianlah persetujuan ini diberikan untuk dapat digunakan sepenuhnya.

Pembimbing I,



**Dr. Maxril, M.Pd., Kons**  
NIP. 19620610 199303 1 002

Batusangkar, Agustus 2021  
Pembimbing II,




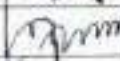



**Dr. Wahidah Fitriani, S.Psi., MA.**  
NIP. 19790916 200312 2 003

### PENGESAHAN TIM PENGUJI

Tesis atas nama Yori Firmansyah, NIM: 1702051023, Judul: **PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK BERBASIS REGULASI DIRI DALAM MENINGKATKAN KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA DI SMP NEGERI 1 X KOTO DIATAS**. Telah diuji dalam sidang munaqasyah Program Pascasarjana IAIN Batusangkar yang dilaksanakan pada tanggal 7 Agustus 2021

Demikian persetujuan ini diberikan untuk dapat digunakan sepenuhnya.

No	Nama /NIP Penguji	Jabatan	Tanggal Persetujuan	Tanda Tangan
1	Dr. Silvanetri, M.Pd.,Kons NIP:19711226002122003	Ketua sidang	20/8 2021	
2	Dr. Masril, M.Pd.,Kons NIP: 19620610 199303 1 002	Pembimbing I/Penguji III	20/8 - 2021	
3	Dr. Wahidah Fitriani S.Psi, MA NIP: 19790916 200312 2 003	Pembimbing II/Penguji IV	20/8 2021	
4	Dr. Ardimen, M.Pd., Kons NIP: 19720505 200112 1 003	Penguji I	20/8 2021	
5	Dr. Irman, S.Ag, M.Pd NIP: 19710201 200604 1 016	Penguji II	20/8 2021	

Batusangkar, Agustus 2021  
Mengetahui  
Direktur Program Pascasarjana  
IAIN Batusangkar

  
Dr. Suswati Hendriani, M.Pd., M.Pd  
NIP: 19660914 199203 2 003

## ABSTRAK

**YORI FIRMANSYAH, NIM. 1702051023** dengan judul tesis **“Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Berbasis Regulasi Diri dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa di SMP Negeri 1 X Koto Diatas”** Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Program Pascasarjana Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar tahun 2021.

Permasalahan pokok dalam tesis ini adalah apakah Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Berbasis Regulasi Diri dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa di SMP Negeri 1 X Koto Diatas. Karena kondisi siswa di daerah tempat SMP ini berdiri mempunyai latar belakang yang heterogen sehingga perlunya konseling kelompok berbasis regulasi diri dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa di SMP Negeri 1 X Koto Diatas. Agar siswa memiliki kedisiplinan belajar. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh konseling kelompok berbasis regulasi diri dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa di SMP Negeri 1 X Koto Diatas.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen, dengan *one group pretest and posttest design*. Dalam penelitian ini penulis memberikan *treatment* konseling kelompok berbasis regulasi diri kepada 10 orang siswa di SMP Negeri 1 X Koto Diatas.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan tingkat kedisiplinan belajar siswa setelah diberikan *treatment* konseling kelompok berbasis regulasi diri dengan Hasil *paired t test* menunjukkan bahwa  $t_o (6,275) > t_t (1,833)$  pada *alpha* 0,05 dan *df* 9 dan nilai *n-gain* tingkat kedisiplinan belajar siswa setelah mendapatkan konseling kelompok berbasis regulasi diri yaitu 0,43 atau 43% berada pada kategori sedang. Hal ini memberikan bukti bahwa ada perbedaan yang signifikan tingkat kedisiplinan belajar siswa setelah mendapatkan intervensi konseling kelompok berbasis regulasi diri. Bukti statistik ini mendukung hipotesis dalam penelitian ini, yaitu  $H_o$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya konseling kelompok berbasis regulasi diri berpengaruh meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.

## ABSTRACT

**YORI FIRMANSYAH, NIM. 1702051023** with the thesis title "**The Effect of Self-Regulatory-Based Group Counseling Services in Improving Student Learning Discipline at SMP Negeri 1 X Koto Above**" Islamic Education Guidance and Counseling Study Program Postgraduate Program of the State Islamic Institute (IAIN) Batusangkar in 2021.

The main problem in this thesis is what is the effect of Self-Regulatory-Based Group Counseling Services in Improving Student Learning Discipline at SMP Negeri 1 X Koto Above. Because the condition of students in the area where this junior high school is located has a heterogeneous background, so there is a need for group counseling based on self-regulation in improving student learning discipline at SMP Negeri 1 X Koto Diatas. So that students have the discipline of learning. This study aims to see the effect of self-regulation-based group counseling in improving student learning discipline at SMP Negeri 1 X Koto Diatas.

This study uses an experimental research type, with one group pretest and posttest design. In this study, the authors provided self-regulation-based group counseling treatment to 10 students at SMP Negeri 1 X Koto Diatas.

The results showed that there was an increase in the level of student learning discipline after being given treatment for group counseling based on self-regulation with the results of the paired t test showing that  $t(6,275) > t_t(1,833)$  at alpha 0.05 and df 9 and the n-gain value for the level of learning discipline students after getting self-regulation-based group counseling that is 0.43 or 43% are in the medium category. This provides evidence that there is a significant difference in the level of student learning discipline after getting a group counseling intervention based on self-regulation. This statistical evidence supports the hypothesis in this study, namely  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted. This means that self-regulation-based group counseling has an effect on increasing student learning discipline.

## **KATA PENGANTAR**

Segala puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT. Yang melimpahkan rahmat dan karunia kepada penulis sehingga dapat menyusun Tesis ini. Shalawat serta salam kepada Nabi Muhammad SAW. Selaku penutup segala Nabi dan Rasul yang diutus dengan sebaik-baik agama, sebagai rahmat untuk seluruh manusia, sebagai personifikasi yang utuh dari ajaran Islam dan sebagai tumpuan harapan pemberi cahaya syari'at di akhirat kelak.

Penulisan Tesis ini adalah untuk melengkapi syarat-syarat dan tugas untuk mencapai gelar Magister Pendidikan (M.Pd) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Program Pascasarjana Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar.

Selanjutnya, dalam penulisan Tesis ini banyak bantuan, motivasi, serta bimbingan dari berbagai pihak, baik moril maupun materil yang penulis terima. Dalam konteks ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Marjoni Imamora.,M.Sc selaku Rektor IAIN Batusangkar
2. Ibuk Dr. Suswati Hendriani,M.Pd.,M.Pd, selaku Direktur Pascasarjana IAIN Batusangkar.
3. Bapak Dr. Masril, M.Pd. Kons. selaku Pembimbing 1
4. Ibuk Dr. Wahidah Fitriani, S.Psi., MA Selaku Pembimbing 2
5. Bapak/Ibuk Dosen Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Akhirnya, kepada Allah SWT penulis berserah diri, semoga bantuan, motivasi dan bimbingan serta nasehat dari berbagai pihak menjadi amal ibadah yang ikhlas hendaknya, dan dibalas oleh Allah SWT. Dengan balasan yang berlipat ganda. Semoga Tesis ini dapat memberi manfaat kepada kita semua. *Amin.,*

Batusangkar, 03 Agustus 2021  
Penulis,

**YORI FIRMANSYAH**  
**NIM. BKPI 1702051023**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL.....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING.....</b>	<b>iii</b>
<b>PENGESAHAN TIM PENGUJI.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latang Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat dan Luaran Penelitian.....	7
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. Disiplin Belajar.....	9
1. Pengertian Disiplin Belajar.....	9
2. Fungsi Disiplin Belajar.....	11
3. Macam-Macam Disiplin Belajar.....	12
4. Faktor yang Mempengaruhi Kedisiplinan Belajar.....	15
B. Regulasi Diri.....	16
1. Pengertian Regulasi Diri.....	16
2. Aspek-Aspek Regulasi Diri.....	17
3. Bentuk-Bentuk Regulasi Diri.....	19
C. Konseling Kelompok.....	20

1. Pengertian Konseling Kelompok.....	20
2. Tujuan Konseling Kelompok.....	21
3. Komponen dalam Konseling Kelompok.....	23
4. Asas dalam Konseling Kelompok.....	25
5. Tahapan Konseling Kelompok.....	26
6. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konseling Kelompok Berbasis Regulasi Diri.....	27
D. Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Berbasis Regulasi Diri Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar.....	30
E. Penelitian Relevan.....	31
F. Kerangka Berfikir.....	33
G. Hipotesis.....	34
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	35
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	36
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	36
D. Definisi Operasional.....	37
E. Teknik Pengumpulan Data.....	39
F. Pengembangan Instrumen.....	40
1. Pengujian Instrumen.....	42
a. Validasi.....	42
b. Reliabilitas.....	45
G. Teknik Pengolahan Data dan Analisis Data.....	46
1. Teknik Pengolahan Data.....	46
2. Analisis Data.....	50
a. Uji Prasyarat.....	50

b. Analisis Komparasi dengan Uji t.....	51
c. Uji Pengaruh N-gain.....	52
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data.....	53
1. Deskripsi Data Pre Test.....	53
2. Pelaksanaan Treatment Konseling Kelompok.....	55
3. Deskripsi Data Post Test.....	63
B. Perbandingan Data Pre Test dan Post Test.....	64
C. Analisis Data.....	66
1. Uji Prasyarat.....	66
2. Pengujian Hipotesis Penelitian.....	68
3. Uji n-gain.....	69
D. Pembahasan.....	72
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan.....	74
B. Implikasi.....	74
C. Saran.....	74
<b>DAFTAR KEPUSTAKAAN</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

1. Tabel III.1 Jumlah Populasi	36
2. Tabel III.2 skala kedisiplinan belajar	40
3. Tabel III.3 Kisi-kisi disiplin belajar	40
4. Tabel III.4 Validitas item / analisis butir	44
5. Tabel III.5 Uji Reliabilitas	46
6. Tabel III.6 Skor alternatif jawaban	47
7. Tabel III.7 Klasifikasi skor kedisiplinan belajar	48
8. Tabel III.8 Klasifikasi dan Kriteria n-gain	52
9. Tabel IV.1 Hasil pre-test kedisiplinan belajar siswa	53
10. Tabel IV.2 Hasil Pre-test	54
11. Tabel IV.3 Hasil post-test kedisiplinan belajar siswa	63
12. Tabel IV.4 Hasil post-test	64
13. Tabel IV.5 Perbandingan data pre-test dan post-test	65
14. Tabel IV.6 Perbandingan rata-rata data pre-test dan post-test	66
15. Tabel IV.7 Hasil Uji Normalitas	67
16. Tabel IV.8 Hasil Uji Homogenitas	68
17. Tabel IV.9 Hasil Uji Paired t Test	69
18. Tabel IV.10 Pembagian Skor n-gain	70
19. Tabel IV.11 Skor n-gain	71

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Disiplin adalah ketaatan dan kepatuhan terhadap nilai-nilai yang diterima untuk melakukan pekerjaan tertentu yang merupakan tugas mereka. Menurut Mulyasa (dalam Telaumbanua, 2018:25) menyatakan bahwa disiplin adalah keadaan sistematis, ketika individu yang bergabung dengan suatu sistem dengan senang hati tunduk pada peraturan saat ini. Dalam proses pembelajaran, penting untuk memiliki kedisiplinan. Seperti yang diindikasikan oleh Daryanto (dalam Telaumbanua, 2018:25) ada 2 makna belajar, yaitu pembelajaran adalah suatu proses interaksi untuk memperoleh pengetahuan dalam informasi, kemampuan, kecenderungan dan perilaku, pembelajaran adalah kewenangan memperoleh informasi atau kemampuan dan bimbingan.

Mengingat komentar pakar diatas dalam perihal disiplin belajar, hingga bisa diperjelas kalau disiplin belajar merupakan perilaku, sikap, kegiatan, serta kecenderungan yang menampilkan kepatuhan serta taat terhadap ketentuan yang berlaku baik di rumah, sekolah, ataupun di sekolah. warga yang tumbuh dari dalam siswa buat menggapai pergantian yang lebih baik dalam pendidikan.

Dalam kegiatan pembelajaran berkelanjutan, siswa akan melakukan tindakan untuk melihat bagaimana mereka belajar dan bekerja untuk diri mereka sendiri. Setiap orang perlu dapat menangani dan mengontrol dirinya sendiri, karena ini adalah hal yang akan menentukan pencapaian dalam hidupnya. Keberhasilan interaksi pembelajaran bergantung pada variabel dan kondisi yang mempengaruhi proses pembelajaran. Pembelajaran yang baik adalah kegiatan yang dapat memudahkan siswa dalam memahami topik pembelajaran yang diajarkan dan disampaikan oleh pendidik.

Dalam pembelajaran berlangsung, siswa akan melakukan tindakan untuk melihat bagaimana mereka belajar dan bekerja untuk diri mereka sendiri. Setiap orang perlu dapat menangani dan mengontrol dirinya sendiri

karena ini adalah hal yang akan menentukan pencapaian dalam hidupnya. Pencapaian interaksi pembelajaran bergantung pada variabel dan kondisi yang mempengaruhi proses pembelajaran. Model pembelajaran yang layak merupakan model yang dapat memudahkan siswa dalam memahami topik yang diajarkan dan disampaikan oleh pendidik. Model pembelajaran itu mencoba menyatukan antara pikiran, perasaan dan tindakan yang mengarah kepada tujuan pembelajaran terutama mengatasi kesulitan dalam belajar yang disebut dengan regulasi diri.

Regulasi diri (*self regulation*) adalah kemampuan seseorang mengontrol diri dalam mencapai tujuan. Masril (2016:493) menyatakan regulasi diri (*self regulation*) merupakan mental secara kompleks, meliputi pikiran, perasaan, perasaan, keinginan, tindakan yang satu sama lain saling menguatkan. Menurut Pintrich (dalam M.Yasdar dan Muliyadi, 2018:52) regulasi diri (*self regulation*) merupakan metode belajar siswa mengelola aktivitas orang buat menggapai tujuan tertentu dengan metode pengontrolan perilaku, memotivasi diri sendiri serta memakai kognitifnya dalam melaksanakan aksi. Regulasi diri ialah campuran kemampuan belajar akademik serta pengendalian diri dalam membuat pendidikan terasa lebih gampang, sehingga siswa sangat termotivasi (Glynn, Aultman, & Owens, 2005).”

Berpijak uraian diatas dapat dipahami bahwa regulasi diri merupakan kombinasi yang meliputi pikiran, perasaan, keinginan, tindakan yang saling mendukung satu sama lainnya serta adanya pengontrolan perilaku, motivasi untuk mewujudkan tujuan tertentu dalam hal ini yang peneliti maksud adalah kedisiplinan belajar siswa.

Kedisiplinan belajar siswa dengan memanfaatkan regulasi diri sangat diperlukan saat ini, apalagi bagi siswa yang rentan memiliki pemasalahan belajar. Berhubungan dengan regulasi diri ini, Masril (dalam Dewi Satria Ahmar, 2016:10) menerangkan kalau kegagalan serta keberhasilan seorang dalam mencapai tujuan hidupnya bukan cuma dipengaruhi tingginya kecerdasan intelektual ataupun Intelligence Quotient(IQ), melainkan pula

dipengaruhi oleh kemahiran non Intelligence Quotient(IQ) yang diucap regulasi diri. Regulasi diri (*self regulation*) terkait dengan bagaimana siswa tersebut memiliki tanggung jawab untuk mencapai tujuan belajar sehingga mempunyai semangat menyelesaikan latihan-latihan menuju kesuksesan dalam belajarnya. Ini bisa terwujud dengan melatih siswa memiliki strategi diri yang disebut dengan regulasi diri yang mendukung tugas-tugas perkembangannya.

Siswa harus memiliki kemampuan untuk mengatur diri sendiri (regulasi diri), yaitu kemampuan individu untuk menghadapi pencapaian dan aktivitasnya sendiri, menetapkan tujuan untuk dirinya sendiri, mengevaluasi keberhasilannya saat mencapai tujuan tersebut, dan memberi penghargaan pada dirinya sendiri untuk mencapai tujuan tersebut. Manusia memiliki kemampuan berpikir dan menggunakan kemampuan ini untuk memanipulasi lingkungan, sehingga terjadi perubahan lingkungan akibat aktivitas tersebut. Regulasi diri adalah proses pengaktifan pikiran, perilaku, dan perasaan secara terus menerus dalam upaya mencapai tujuan yang telah ditentukan (Mu'min, 2016).

Hal ini dapat diwujudkan melalui konseling kelompok, Latipun (2015: 57) mengatakan bahwa“konseling kelompok adalah bentuk layanan bimbingan dan konseling yang menggunakan kelompok untuk memberikan bantuan, memberikan umpan balik, dan belajar dari pengalaman. Menurut Novriyeni dalam Prayitno, konseling kelompok merupakan kegiatan yang dilaksanakan oleh sekumpulan individu dengan menggunakan kekuatan yang ada di dalam kelompok. Artinya, setiap orang dalam konseling dapat saling berkomunikasi, bebas menyampaikan pendapat, menanggapi, dan memberikan saran yang bermanfaat bagi peserta sendiri dan peserta lainnya. Konseling kelompok adalah untuk memberikan kemudahan bagi pertumbuhan dan perkembangan pribadi. Ini berarti konseling kelompok mendorong dan memotivasi individu untuk memberikan permainan penuh pada potensi mereka untuk membuat perubahan dan menyadari diri mereka sendiri. (Sasmita dkk, 2018: 3).

Wadarti dan Jauhar (2011: 78) berpendapat bahwa kondisi dalam konseling kelompok merupakan lingkungan berbasis demokratis, yang bergantung pada rasa menerima, kepercayaan dan keamanan serta memberikan kebebasan kepada anggota kelompok untuk memberikan masukan dan mempraktikkan perilaku baru yang baik. Kondisi ini memungkinkan anggota kelompok untuk mencari cara bagaimana mengelola, mengekspresikan dan menguasai emosi atau pemikirannya. Maka dari itu konseling kelompok itu metode untuk belajar dan juga memperoleh kondisi nyaman dan tenang serta suasana demokrasi.

Berdasarkan penilaian para pakar di atas, konseling kelompok merupakan jenis layanan dengan menggunakan dinamika kelompok dalam mengatasi dan mengentaskan masalah setiap anggota kelompok. Suasana yang nyaman dapat memberikan kebebasan kepada individu untuk mengakui satu sama lain dan memberikan pemikiran, perasaan, dukungan dan bantuan kepada individu yang berbeda. Suasana seperti ini juga bisa membuat seseorang menilai seperti apa kondisi yang mereka miliki setelah pembelajaran di lingkungan sekolah ataupun di lingkungan rumah.

Pendekatan dalam kegiatan konseling kelompok memiliki fungsi menitikberatkan kegiatan konseling kelompok kepada hasil serta tujuan yang akan diraih dan terarah dengan baik. Penggunaan dan pemanfaatan strategi juga melihat kepada karakter pemimpin kelompok yang merupakan seorang konselor. Penggunaan strategi yang akan diterapkan dalam proses kegiatan konseling kelompok berbasis regulasi diri (*self regulation*). peneliti menggunakan regulasi diri (*self regulation*) disebabkan strategi ini membuat seorang siswa sangat bebas menyelesaikan sendiri dan memutuskan arah keputusan yang perlu mereka capai dalam rangka membangun diri untuk lebih baik. Menurut Fiske dan Taylor (dalam Dwarawati, 2015:194) regulasi diri mempunyai susunan bagian-bagian yang esensial yaitu kesiapan kognitif (pikiran) dalam berperilaku serasi dengan tujuan yang mau dicapai, monitoring serta evaluasi terhadap seluruh aktifitas untuk meraih tujuan yang sudah diinginkan. Regulasi diri (*self regulation*) diperlukan untuk

mempengaruhi kedisiplinan belajar siswa, sehingga kedisiplinan belajar menjadi lebih baik.

Berkaitan dengan regulasi diri, Allah SWT berfirman dalam al-Qur'an Surat Al Hasyr (59) ayat 18:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ

اللَّهُ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

*Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah Setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, Sesungguhnya Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan”*

Menurut Allah dalam Surah Al-Hasyr (59), ayat 18, menekankan bahwa manusia memiliki rencana yang baik untuk semua tindakan selama mereka berada di dunia, sehingga mereka akan menerima keselamatan di masa depan. Perhatikan apa yang mereka lakukan untuk masa depan, yaitu orang tersebut harus memiliki rencana agar hidupnya memiliki arah dan tidak jatuh ke lubang yang sama.

Berdasarkan pernyataan di atas, maka fenomena tersebut ada terjadi di SMP Negeri 1 X Koto Diatas tentang masalah belajar siswa dari wawancara peneliti dengan guru BK di SMP Negeri 1 X Koto Diatas. Hasil wawancara, terungkap adanya masalah terjadi di sekolah yang berkaitan dengan kedisiplinan belajar, seperti: Siswa malas mengerjakan tugas, datang sering terlambat, sering keluar masuk ketika jam pembelajaran serta tidak patuh terhadap peraturan sekolah. Maka masalah ini harus cepat ditangani dan diatasi karena akan berakibat kepada tidak tercapainya tujuan pendidikan secara maksimal serta pengembangan potensi siswa yang optimal (Wawancara, 7 Oktober 2019).

Fakta-fakta di atas menunjukkan bahwa siswa belum menerapkan budaya belajar yang kreatif dan efektif, tekanan psikologis siswa akan mempengaruhi pola bagaimana sikap siswa menghadapi tuntutan belajar yang mereka jalani. Syarat pembelajaran adalah peserta didik harus dapat belajar lebih mandiri, disiplin dalam manajemen waktu, dan melakukan kegiatan pembelajaran yang lebih fokus dan intens yang dapat memungkinkan peserta didik menjadi efektif, kreatif dan inovatif.

Berdasarkan latar belakang dan fenomena di lapangan, peneliti sangat tertarik melakukan penelitian dalam bentuk karya ilmiah yang berjudul **“Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Berbasis Regulasi Diri dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa di SMP Negeri 1 X Koto Diatas”**

## **B. Identifikasi Masalah**

Melihat gambaran permasalahan yang dikemukakan pada latar belakang di atas dapat diidentifikasi masalah-masalah sebagai berikut:

1. Penyebab siswa malas mengerjakan tugas
2. Penyebab siswa sering datang terlambat
3. Pemahaman siswa tentang tata tertib sekolah
4. Tingkat regulasi diri siswa untuk disiplin dalam belajar
5. Pengaruh konseling kelompok berbasis regulasi diri dalam meningkatkan disiplin belajar.

## **C. Batasan Masalah**

Untuk memastikan pembahasan dalam penelitian ini terfokus dan tidak meninggalkan masalah yang ada, maka batasan masalah dalam penelitian ini adalah pengaruh layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa di SMP Negeri 1 X Koto Diatas.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berpijak dari batasan masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri berpengaruh dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa di SMP Negeri 1 X Koto Diatas?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri berpengaruh dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa di SMP Negeri 1 X Koto Diatas.

#### **F. Manfaat dan Luaran Penelitian**

##### **1. Manfaat Penelitian**

##### **a. Bagi Perguruan Tinggi IAIN Batusangkar**

Hasil penelitian ini bisa dimanfaatkan oleh IAIN Batusangkar sebagai salah satu persembahan gagasan dan dapat dijadikan bahan rujukan untuk peneliti selanjutnya.

##### **b. Bagi Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)**

Penelitian ini dapat di manfaatkan sebagai penunjang dalam pembelajaran tentang bagaimana sebuah organisasi menjalankan tugas dengan tujuan yang akan dicapai.

##### **c. Bagi Lembaga Pendidikan SMP Negeri 1 X Koto Diatas**

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan bagi lembaga tersebut untuk memberikan yang lebih lagi dan memberikan kontribusi pemikiran atas layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa di SMP Negeri 1 X Koto Diatas.

d. Bagi Penulis

Penelitian ini sebagai tambahan pengetahuan tentang penelitian dan sebagai penambah wawasan serta sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi magister.

2. Luaran Penelitian

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi artikel yang diterbitkan pada jurnal terakreditasi dan dapat digunakan sebagai bahan rujukan bagi pembaca serta bisa diseminarkan dalam forum seminar nasional.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Disiplin Belajar**

##### **1. Pengertian Disiplin Belajar**

Kata disiplin sering diucapkan dan menjadi bahasa sehari-hari di dalam kehidupan. Dalam bahasa Inggris kata disiplin adalah *discipline* yang berarti tertib. Sedangkan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2016) kata disiplin berarti tata tertib, ketaatan (kepatuhan), dan bidang studi yang memiliki objek dan sistem tertentu. Slameto (2013: 2) mengungkapkan bahwa belajar adalah siklus kemajuan yang diperoleh dari upaya yang dilakukan oleh individu untuk mendapatkan perubahan dalam tingkah laku secara menyeluruh, sebagai hasil pengalaman sendiri dengan keadaannya saat ini. Sementara itu Moenir (2010: 94-96) mengungkapkan disiplin merupakan bentuk ketaatan untuk menetapkan peraturan, baik yang tertulis maupun tidak. Ada 2 jenis disiplin lebih dominan seperti yang ditunjukkan oleh kebutuhan individu, yaitu; disiplin berkaitan dengan waktu dan pekerjaan atau disiplin perbuatan.

Disiplin waktu dan perbuatan yang dikemukakan oleh Moenir tersebut adalah bentuk saling keterikatan antara keduanya dan saling mempengaruhi. Sehingga apabila disiplin waktu dan perbuatan tidak sejalan maka menyebabkan tujuan yang akan dicapai tidak optimal, misalnya seorang siswa hadir tepat waktu, masuk lokal sebelum waktu pembelajaran dimulai, namun sampai di dalam lokal tidak langsung belajar dan membuka buku pelajaran namun siswa tersebut asyik bercerita dengan temannya. Itu bentuk tindakan yang merugikan diri sendiri, karena disiplin waktu dan perbuatan tidak sejalan. Kedua bagian disiplin tersebut akan

mendorong siswa untuk belajar dengan sungguh-sungguh di sekolah, di rumah ataupun di lingkungan sekitar.

Disiplin sangat penting dalam sistem pembelajaran. Disiplin akan membuat iklim belajar yang terlindungi, menyenangkan dan menguntungkan. Salah satu unsur yang mempengaruhi prestasi belajar adalah disiplin. Hal ini sesuai dengan penilaian Anneahira (2012:27) yang mengungkapkan bahwa dalam ranah pelatihan, disiplin adalah nilai yang layak yang harus dibayar oleh siswa. Jika seorang siswa memiliki mentalitas yang terkendali dalam kegiatan pembelajarannya, kepatuhan dan ketekunannya dalam belajar akan terus berkembang sehingga prestasi belajarnya juga akan meningkat.

Sesuai yang diungkapkan Tu'u (2004:163) bahwa disiplin belajar akan sangat mempengaruhi keberadaan siswa, memberdayakan mereka untuk mengetahui bagaimana berlatih dalam kehidupan sekolah dan memiliki pilihan untuk menyesuaikan diri. Meskipun demikian, disiplin di sekolah bukanlah upaya untuk membuat anak-anak menjaga perilaku yang tidak diakui di sekolah, melainkan upaya untuk menghadirkan teknik atau pertemuan baru, yang pada akhirnya mendorong anak untuk menahan perilaku yang berkembang dari dalam. Menurut Asy (2000: 88) disiplin adalah perhatian untuk menyelesaikan sesuatu secara sistematis dan metodis sesuai aturan yang sesuai dengan tugas penuh tanpa paksaan dari siapapun. Disiplin adalah mentalitas, perilaku, kegiatan dan kecenderungan yang menunjukkan konsistensi dan persetujuan terhadap prinsip-prinsip yang berlaku baik di rumah, sekolah dan masyarakat tempat siswa dalam mencapai perubahan yang lebih baik dalam belajar.

Masalah disiplin juga telah ada dalam al-Qur'an Surat al-Jumu'ah (62) ayat 9 disana Allah SWT berfirman:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا نُودِيَ لِلصَّلَاةِ مِنْ يَوْمِ الْجُمُعَةِ فَاسْعَوْا إِلَىٰ

ذِكْرِ اللَّهِ وَذَرُوا الْبَيْعَ ۚ ذَٰلِكُمْ خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ ﴿٦١﴾

*Artinya: “Hai orang-orang beriman, apabila diseru untuk menunaikan shalat Jum'at, Maka bersegeralah kamu kepada mengingat Allah dan tinggalkanlah jual beli yang demikian itu lebih baik bagimu jika kamu mengetahui.”*

Dilihat dari sudut pandang para ahli di atas, disiplin belajar adalah mentalitas siswa yang berdedikasi dalam belajar yang muncul dengan menyetujui prinsip-prinsip yang relevan di mana mereka berada baik di sekolah dan di rumah, sehingga mereka dapat menunjukkan bahwa mereka dapat menyesuaikan diri dengan kondisi mereka saat ini untuk membentuk pribadi yang baik. . layak dan andal bergerak dengan cara yang juga ditumbuhkan sehingga prestasi belajar yang menawan dapat dicapai.

## **2. Fungsi Disiplin Belajar**

Disiplin belajar suatu hal sangat penting bagi siswa karena memiliki kemampuan dalam pencapaian siswa tersebut. Tu'u (2004:37) mengungkapkan bahwa ada beberapa unsur disiplin belajar, lebih spesifiknya:

- a. Disiplin yang muncul sebagai hasil kemauan (perhatian) mereka sendiri akan mendorong siswa untuk efektif dalam belajar mereka. Lagi pula, siswa yang suka menyalahgunakan aturan dan tata tertib sekolah akan mengakibatkan keterlambatan dalam mencapai kapasitas laten (potensi) dan prestasi ideal mereka.

- b. Disiplin yang mantap bisa membuat sekolah serta ruang kelas kondusif dalam pembelajaran, karena disiplin memberikan ketenangan dan ketertiban dalam proses pembelajaran.
- c. Disiplin senantiasa membentuk siswa menjadi individu yang teratur, tertib dan disiplin baik di sekolah, di rumah maupun di lingkungan masyarakat.
- d. Disiplin adalah langkah untuk siswa meraih kesuksesan dalam pembelajaran dan ketika bekerja nantinya.

Selain itu, Rachman dalam Tu'u (2004:35) juga mengungkap fungsi disiplin bagi siswa adalah sebagai berikut:

- 1) Menawarkan bantuan untuk pembentukan perilaku yang tidak salah.
- 2) Membantu siswa dalam menyesuaikan dan memahami diri dengan permintaan lingkungan.
- 3) Pendekatan untuk menjawab permintaan yang perlu ditunjukkan oleh siswa untuk situasi mereka saat ini.
- 4) Untuk mengontrol keseimbangan keinginan individu dengan individu lain.
- 5) Menjauhkan siswa dari melakukan hal-hal yang dilarang oleh sekolah

Berdasarkan gambaran di atas, tindakan disiplin tidak mau tercipta tanpa kesadaran yang merupakan faktor utama dalam pengaturan sikap disiplin siswa. Itu dilakukan dengan latihan terus-menerus. Disiplin belajar tidak mau terwujud jika siswa tidak memikirkan mentalitas disiplin yang bermanfaat untuk membantu prestasi belajarnya.

### **3. Macam-Macam Disiplin Belajar**

Menurut Moenir (2016:95) disiplin terbagi menjadi 2 bahagian ialah disiplin perbuatan dan disiplin waktu yang saling mempengaruhi. Sehingga tercapai tujuan baik barang atau jasa dalam suatu organisasi. Dilain hal Arikunto (dalam Sari dan Hadijah,

2017:233) juga membagi disiplin menjadi 3 macam yaitu; Kedisiplinan dalam kelas, lingkungan sekolah, dan di rumah.

Mencermati penilaian para ahli di atas, cenderung beralasan bahwa disiplin belajar mencakup disiplin waktu dan disiplin aktivitas yang terkandung dalam kedisiplinan sekolah baik di ruang belajar maupun lingkungan sekolah serta kedisiplinan di rumah. Hal ini dapat digambarkan sebagai berikut:

a. Disiplin Belajar di sekolah

1) Datang ke sekolah tepat waktu

Disiplin belajar siswa bisa di nilai dari kedatangan siswa hadir di sekolah dengan tepat waktu. Itu merupakan sistem nilai yang terikat dan untuk mengendalikan perilaku anak sehingga mau tunduk dan mentaatinya. Jadi kedisiplinan siswa dapat diketahui salah satu kualitasnya, khususnya masuk kelas yang ditunjukkan dengan jadwal yang telah ditentukan (Setiawan, 2017).

2) Aktif mengikuti pelajaran di kelas

Pelaksanaan pembelajaran itu akan berjalan optimal apabila adanya umpan balik atau interaksi antara guru dan siswa. Hal itu yang membuat suatu hidup dalam kegiatan pembelajaran. Ini sejalan pendapat Kompri (2017) yang menyatakan adanya hubungan (kerjasama) yang setara antara pengajar dan siswa yang selanjutnya dapat mengembangkan terwujudnya siswa sehingga dapat mencapai hasil yang ideal.

3) Taat mengikuti aturan di kelas maupun di sekolah

Aktifitas dan sekolah diatur sedemikian rupa dalam seperangkat peraturan sekolah yang disusun melalui kegiatan musyawarah majelis guru dan personil sekolah lainnya dalam kegiatan lokakarya. Peraturan yang telah dibuat itu diharapkan mampu dijalankan siswa di dalam lingkungan sekolah, karena tujuan ketaatan kepada aturan itu bermuara kepada hasil

belajar yang maksimal. Norma atau aturan yang ditetapkan dalam situasi belajar diharapkan ditaati siswa sehingga siswa dapat tenang mengikuti pembelajaran dan umumnya akan mendapatkan hasil terbesar (Rohiat, 2010)

4) Memanfaatkan waktu luang

Disiplin itu membuat seseorang bisa menghargai. Menurut Unarajan (dalam Yuliyantika, 2017) siswa yang mengenal disiplin belajar akan memanfaatkan waktunya sebaik-baiknya seperti yang diharapkan di rumah dan di sekolah sehingga mereka akan menunjukkan ketersediaannya dalam proses pembelajaran di sekolah.

b. Disiplin Belajar di rumah

1) Belajar setiap hari

Belajar merupakan kewajiban masing-masing individu, belajar tidak mengingot waktu dan usia, sehingga ada pepatah mengatakan belajar sepanjang hayat (*long life education*). Proses belajar bisa dilaksanakan secara berkelanjutan (*kontiniu*), walaupun hanya beberap menit saja setiap hari. Penting untuk diingatkan kepada anak-anak bahwa berkonsentrasi setiap hari meskipun hanya selama 30 menit akan memiliki hasil yang lebih baik dibandingkan dengan membaca selama 4 jam, tetapi satu kali dalam seminggu (Kompri, 2017)

2) Mengerjakan pekerjaan rumah yang diberikan

Untuk mendukung kegiatan belajar di sekolah terkadang guru memberikan tugas yang dikerjakan dirumah yang disebut dengan pekerjaan rumah (PR). Menurut Slameto (2013) tugas itu mencakup mengerjakan pekerjaan rumah (PR).

3) Membuat laporan

Siswa menyampaikan laporan tugas dan menjawab pertanyaan yang sesuai dengan tugas yang telah mereka kumpulkan (Dimiyati dan Mudjiono, 2015).

4) Belajar kelompok

Belajar kelompok merupakan salah bentuk kegiatan siswa untuk membantu keberhasilan dalam belajar, karena di dalam kelompok terdapat dinamika kelompok dalam menuntaskan tugasnya. Hal ini selaras dengan Gunarsa (2012). Dengan memeriksa kelompok ada banyak percakapan, anak-anak mendapatkan kesempatan untuk mengatasi masalah mereka dengan pertemuan teman-teman mereka.

#### **4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kedisiplinan Belajar**

Kedisiplinan tidak akan berkembang dengan sendirinya, namun hal itu membutuhkan perhatian, latihan, dan kesadaran diri. Faktor pentingnya belajar dalam kehidupan menimbulkan kedisiplinan peserta didik. Menurut Tu,u (dalam Lomu dan Adi Wibowo, 2018:748) ada empat komponen yang membentuk dan sangat mempengaruhi disiplin yaitu:

a. Kesadaran diri

Kedisiplinan itu akan terbentuk atas kesadaran seseorang individu, seorang yang mempunyai kesadaran diri yang tinggi tidak merasa terpaksa dan merasa terhukumi oleh kedisiplinan yang diterapkan.

b. Ketaatan dan Pengikutan

Ketaatan dan pengikutan sebagai tahap implikasi dan praktikum atas aturan yang mengawasi tingkah laku individu. Hal ini adalah kontinuitas dari kehadiran perhatian yang diciptakan oleh kemauan dan kemampuan yang kokoh.

c. Alat pendidikan

Perlengkapan pembelajaran buat pengaruhi, mengganti, mendesak serta membentuk sikap cocok dengan nilai- nilai yang dikarakterisasi ataupun dianjurkan.

d. Hukuman

Disiplin adalah dorongan buat mengakui, meluruskan serta membenarkan kesalahan agar individu kembali melakukan perbuatan yang serasi dengan asumsi dan harapan.

Melihat pernyataan diatas dapat dipahami dengan baik bahwa tatanan pembelajaran tidak berkembang tanpa orang lain, namun faktor utamanya adalah perhatian tunggal yang digabungkan dengan peningkatan inspirasi dari diri sendiri dan iklim umum.

## **B. Regulasi Diri**

### **1. Pengertian Regulasi Diri**

Regulasi diri dalam bahasa Inggris adalah *self regulation*. artinya diri dan *regulation* adalah terkelola. Sesuai dengan Bandura dalam (Ghufro dan Risnawati, 2014) mengenai regulasi diri bahwa orang tidak dapat menyesuaikan diri dengan keadaan mereka saat ini selama mereka dapat menangani siklus mental dan perilaku mereka.

Horward dan Miriam menemukan bahwa regulasi diri adalah interaksi di mana seseorang dapat menangani pencapaian dan aktivitas mereka sendiri. Tetapkan fokus untuk diri mereka sendiri, nilai pencapaian mereka dalam mencapai tujuan ini dan harga diri mereka sendiri untuk mencapai tujuan ini (Friedman dan Schustack, 2008).

Menurut Printich (dalam Yasdar dan Mulyadi 2018:52) regulasi diri adalah cara belajar siswa mengelola kegiatan individu untuk mencapai tujuan tertentu dengan cara pengontrolan perilaku, memotivasi diri sendiri dan menggunakan kognitifnya dalam melakukan tindakan.

Mengingat pendapat ahli yang diungkapkan di atas, regulasi diri merupakan kemampuan untuk mengarahkan, mengontrol, menilai dan memutuskan tanggapan diri terhadap kemenangan dan kekecewaan yang dicapai.

Firman Allah SWT dalam al-Qur'an surah Ar Ra'd (13) ayat 11 yaitu:

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ

لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا

مَرَدَّ لَهُ<sup>ج</sup> وَمَا لَهُمْ مِّنْ دُونِهِ<sup>هـ</sup> مِنْ وَالٍ ﴿١١﴾

*Artinya: "bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merobah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merobah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, Maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia."*

Dari ayatt diatas dapat kita pelajari bahwa sesungguhnya perubahan pada diri seseorang itu bisa terwujud bermula dari keinginan dalam diri individu sendiri serta dinyatakan dengan perbuatan untuk menjadi lebih baik. Konsep itulah yang disebut dengan regulasi diri.

## 2. Aspek-Aspek Regulasi Diri

Zimmerman, dalam (Ghufron&Rini Risnawati,2014) regulasi diri(*self regulation*) memasukkan tiga sudut pandang yang diterapkan dalam pembelajaran, yaitu:

- a. Metakognitif, khususnya kesepakatan dan keakraban dengan siklus psikologis atau renungan tentang penalaran. Metakognisi adalah interaksi yang penting, karena informasi seseorang tentang kesadaran dapat mengendalikan orang yang bersangkutan dalam menyelesaikan atau mengkoordinasikan saat-saat yang akan dihadapi serta memilih prosedur yang tepat untuk meninggikan kemampuan psikologis di kemudian hari.
- b. Motivasi, merupakan komponen pengendalian yang kebutuhan mendasar dan diidentikkan dengan kapasitas yang ada pada setiap orang. Kemudian, sudut pandang inspirasi adalah prosedur yang digunakan orang untuk mengelola tekanan dan perasaan yang dapat menciptakan upaya untuk mengalahkan kekecewaan dan kemajuan dalam pembelajaran. Selain itu, menurut Zimmerman, yang diingat dari sudut perilaku adalah pengorganisasian ekologis, pencatatan dan pengecekan, evaluasi tulisan, catatan, dan tes (Mulyana, 2016: 3).
- c. Perilaku, usaha tunggal untuk mengatur diri mereka sendiri, memilih, dan memanfaatkan hanya sebagai membangun iklim yang menjunjung tinggi latihan mereka.

Bersumber pada penggambaran di atas, hingga bisa disimpulkan kalau regulasi( self regulation) mempunyai 3 aspek di dalamnya, spesialnya metakognisi, motivasi, serta sikap. Siswa yang dikira tercantum jenis( self regulation) merupakan siswa yang dinamis dalam pendidikan, baik secara metakognitif, motivasi, serta sikap. Mereka menciptakan pemikiran, perasaan, serta kegiatan buat menggapai tujuan pendidikan mereka. Secara metakognitif, mereka bisa mempunyai prosedur tertentu yang bisa digunakan dalam menanggulangi informasi. Buat sedangkan, motivasi mangulas semangat pendidikan. Tingkah laku yang ditunjukkannya selaku kegiatan asli dalam belajar..

### 3. Bentuk-bentuk Regulasi Diri

Menurut Brown dan Ryan (2004) ada beberapa bentuk regulasi diri berdasarkan pada teori determinasi diri yaitu:

a. *Regulasi Motivasi (Amotivation Regulation)*

Keadaan ketika individu merasa tidak ada hubungan antara aktivitas dan konsekuensi aktivitas. Orang-orang dalam posisi ini memiliki semangat rendah bertindak.

b. *Regulasi Eksternal (Eksternal Regulation)*

Tingkah laku individu yang dipengaruhi oleh faktor luar seperti hadiah dan batasan. Tingkah laku yang diperlihatkan bukan dari kemauan sendiri, namun dibatasi oleh sumber yang berbeda. Seperti kesadaran akan harapan orang lain atau faktor yang menekan.

c. *Regulasi Yang Diintrojeksi (Introjected Regulation)*

Orang menjadikan inspirasi di luar dirinya sebagai inspirasi sendiri melalui siklus faktor penekan dari dalam, seperti gugup dan bersalah.

d. *Regulasi Yang Teridentifikasi (Identified Regulation)*

Perilaku muncul sebagai keputusan individu bukan untuk pemenuhan dan kesenangan, melainkan untuk mencapai tujuan. Orang merasa dirinya dikoordinasikan oleh tujuan.

e. *Perilaku Yang Dimotivasi Secara Intrinsik (Intrinsically Motivated Behavior)*

Muncul secara ikhlas tanpa ada keterkaitan dengan faktor luar karena masyarakat merasakan adanya pergerakan yang signifikan (Hidayat, 2013: 7).

Bersumber pada penjelasan di atas, bisa disimpulkan kalau regulasi diri (*self regulation*) mempunyai bentuk- bentuk regulasi bersumber pada teori determinasi diri ialah Regulasi Motivasi (*Amotivation regulation*), Regulasi Eksternal (*External regulation*),

Regulasi Yang Diintrojeksi (*Introjected regulation*), Regulasi Yang Teridentifikasi(*Identified regulation*), Sikap Yang Dimotivasi Secara Intrinsik(*Intrinsically motivated behavior*). Jenis- jenis regulasi diri ini menerangkan kalau wujud regulasi diri dipengaruhi oleh gagasan inspirasi, yang diawali dengan tidak termotivasi, setelah itu inspirasi asing( ekstrinsik), dan motivasi dari dalam( instrinsik).

## **C. Konseling Kelompok**

### **1. Pengertian Konseling Kelompok**

Konseling kelompok adalah salah satu jenis layanan bimbingan konseling dengan memanfaatkan dinamika kelompok menyelesaikan masalah yang terjadi pada anggota kelompok. Dwarawati (2015:197) menyatakan Konseling kelompok adalah jenis pemberian layanan dengan menggunakan peran kelompok dalam membantu, memberi masukan dan pengalaman untuk terbiasa menggunakan prinsip dan dinamika. Menurut Mungin (2019: 56) konseling kelompok adalah suatu bentuk pembinaan yang memanfaatkan perkumpulan untuk membantu, memberi masukan dan pengalaman belajar.

Bagi Latipun( 2010: 31) konseling kelompok merupakan sesuatu proses interpersonal dinamis yang memusatkan pada usaha dalam bertindak serta berfikir, dan mengaitkan peranan penyembuhan yang dimungkinkan serta berorientasi pada kenyataan- kenyataan, mensterilkan jiwa, sama- sama yakin, pemeliharaan, penafsiran, penerimaan serta pertolongan.

Bagi Pauline Harrison( dalam Kurnanto, 2013: 7) aktivitas konseling kelompok bisa membicarakan berbagai wujud permasalahan antara lain keahlian dalam membangun ikatan serta komunikasi, pengembangan harga diri, serta keahlian dalam menanggulangi

permasalahan yang dilaksanakan terdiri dari 4- 8 konseli dengan 1- 2 konselor.

Berpijak dari pendapat ahli di atas dapat dipahami bahwa konseling kelompok adalah kegiatan pemberian layanan dengan menggunakan banyak elemen untuk menemukan gagasan sendiri dari setiap anggota kelompok. lingkungan yang nyaman dapat memberikan kebebasan kepada individu untuk saling menerima dan memberikan pemikiran, emosi, dukungan dan bantuan kepada individu yang lain. Lingkungan yang nyaman juga dapat membuat seseorang menilai seperti apa konsep diri yang mereka miliki.

## **2. Tujuan Konseling Kelompok**

Winkel (2004:592) berpendapat ada beberapa tujuan dari konseling kelompok diantaranya:

- a. Tiap anggota kelompok menguasai serta mendeteksi dirinya sendiri dengan baik. Mengingat uraian diri ini, ia lebih dapat mengakui dirinya sendiri serta lebih terbuka pada aspek positif dari karakternya
- b. Tiap anggota kelompok mengembangkan keahlian berbicara satu sama lain sehingga mereka bisa bersama membagikan pertolongan dalam menuntaskan tugas- tugas pertumbuhan yang khas pada fase pertumbuhan mereka.
- c. Tiap anggota kelompok memperoleh keahlian mengendalikan dirinya sendiri serta memusatkan hidupnya sendiri yang mula- mula kontra antar individu di dalam kelompok serta setelah itu pula dalam kehidupan tiap hari di luar kehidupan kelompoknya.
- d. Tiap anggota kelompok jadi lebih paham terhadap kemauan orang lain serta lebih sanggup menghayati perasaan orang lain. Kepekaan serta penghayatan ini hendak lebih membuat mereka lebih sensitif pula terhadap kebutuhan- kebutuhan serta perasaan- perasaan sendiri.

- e. tiap anggota kelompok memastikan sesuatu tujuan yang hendak dicapai serta direalisasikan dalam perilaku dan tingkahlaku yang lebih konstruktif.
- f. Tiap anggota kelompok tidak khawatir dalam melangkah ke depan serta menerima efek yang masuk ide dalam berperan, dibanding dengan senantiasa diam serta duduk diam saja.
- g. Tiap anggota kelompok lebih paham serta mendalami nilai serta kehidupan manusia selaku kehidupan bersama yang memiliki tuntutan menerima orang lain serta harapan hendak diterima orang lain.
- h. Tiap anggota kelompok terus menjadi mengenali kalau hal- hal yang memprihatinkan untuk dirinya sendiri sering pula memunculkan rasa prihatin dalam hati orang lain. Dengan demikian ia tidak merasa terisolir ataupun seolah- olah cuma dialah yang hadapi ini serta itu.

Anggota kelompok belajar berdialog dengan orang yang berbeda secara lugas, menghargai satu sama lain serta fokus. Pengalaman kalau komunikasi semacam itu bisa dibayangkan hendak mempengaruhi keberadaan individu- individu terdekat di setelah itu hari.

Seperti yang ditunjukkan oleh Gerald Corey( dalam W. S. Winkel dan M. M Sri Hastuti, 2007: 592) secara universal tujuan dari konseling merupakan selaku berikut:

- a. Tiap konseli menguasai dirinya dengan lebih baik serta lebih terbuka pada bagian positif dari karakternya.
- b. Konseli membangun keahlian buat berdialog satu sama lain, sehingga mereka bisa membagikan dorongan bersama buat menuntaskan tugas pertumbuhan yang eksplisit ke sesi pertumbuhan mereka.

- c. Para konseli memperoleh keahlian buat mengendalikan diri serta memusatkan kehidupan mereka sendiri, awal dalam kontak antar individu di dalam komunitas serta setelah itu pula dalam kehidupan tiap hari di luar komunitas.
- d. Konseli jadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain serta lebih siap buat hidup dengan sensasi orang lain.
- e. Tiap konseli menetapkan tujuan yang butuh mereka capai, yang ditunjukkan dalam perspektif serta aplikasi yang lebih menolong.

Muara konseling kelompok bukanlah untuk memiliki kelompok yang sukses tetapi sekelompok kepuasan. Alasan untuk konseling kelompok adalah untuk mengatasi masalah dan menawarkan beberapa nilai untuk setiap bagian yang penting dalam kelompok tersebut. Prayitno (2012: 63) memisahkan hasil akhir dari konseling kelompok pada arah yang luas (universal) dan eksplisit (spesial). Tujuan yang luas (universal) dari konseling kelompok ialah peningkatan kompetensi sosial individu. Kemudian tujuan khususnya ialah untuk membidik pembicaraan tentang masalah individu anggota dalam memberikan alternatif saran dalam kegiatan konseling.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, konseling kelompok mempunyai arah untuk membangun pemahaman tentang jati individu mereka sendiri ataupun individu lain dan bisa menjadi metode untuk memecahkan dan menangani masalah bagi konseli dengan menggunakan layanan konseling kelompok.

### **3. Komponen dalam Konseling Kelompok**

Komponen dalam Konseling Kelompok meliputi:

- a. Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok adalah seseorang yang memandu dan mengatur jalannya kegiatan konseling mulai dari permulaan sampai kepada akhir kegiatan. Pemimpin kelompok itu disebut dengan konselor. Bagi Gale serta Austin (dalam mungin,2019: 406)

pemimpin kelompok merupakan konselor handal yang mempunyai ciri pengenal organisasi profesi, pemakaian kode etik serta standar etik dan pengakuan dari tubuh akreditasi yang mengendalikan pelatihan, sertifikat, serta pesan izin praktek.

b. Anggota Kelompok

Anggota konseling bisa mandiri dan beraktifitas langsung dalam bentuk memperhatikan, menyelami, dan merespon layanan konseling. Anggota bisa menimbulkan kebersamaan yang diwujudkan dalam tingkah laku antara lain pembinaan keakraban dan keterlibatan emosi, kepatuhan terhadap aturan kelompok, saling memahami, memberikan kesempatan dan bertatakrama untuk mensukseskan kegiatan kelompok.

c. Jumlah Anggota Kelompok

Efektifitas konseling kelompok ditentukan juga oleh banyaknya anggota dalam kelompok tersebut. Sherze dan Stone (dalam Mungin, 2019:58) berpendapat bahwa 6 orang adalah jumlah yang optimal, anggota kelompoknya dengan kisaran 4 -12 orang. Jadi jumlah yang ideal dalam kegiatan konseling kelompok tidak lebih dari 10 orang.

d. Homogenitas Kelompok

Pergantian yang intensif serta mendalam membutuhkan sumber-sumber yang bervariasi. Konseling kelompok membutuhkan anggota kelompok bermacam- macam. Anggota yang homogen (kesamaan) kurang efisien, sebaliknya anggota heterogen (bervariasi) hendak jadi sumber yang kaya buat pencapaian arah layanan. Hal ini bukan merupakan syarat spesial, tetapi dapat disesuaikan dengan keahlian pemimpin kegiatan konseling(konselor) dalam mengelola kegiatan konseling kelompok.

e. Waktu Pelaksanaan Konseling

Durasi kegiatan konseling kelompok tergantung kepada seluk-beluk persoalan dilihat oleh kelompok tersebut. Pendapat Latipun, durasi kegiatan konseling kelompok berkisar 8-20 kali layanan dengan frekuensi di suatu tempat dalam kisaran 1-3 kali seminggu dengan jangka waktu 60-90 menit (Latipun, 2010: 157).

Berdasarkan penjelasan diatas bahwa elemen dari konseling kelompok adalah adanya pemimpin, anggota, jumlah anggota, homogenitas dan waktu pelaksanaan dari konseling kelompok.

#### 4. Asas Konseling Kelompok

Pendapat Prayitno (2012: 98) didalam aktifitas konseling kelompok ada berbagai azas - azas atau aturan yang menjadi pertimbangan oleh individu, lebih spesifiknya ialah:

a. Azas Kerahasiaan

Dalam konseling kelompok ini sangat berperan penting karena permasalahan yang dibahas pada konseling kelompok yang ada dalam diri anggota kelompok, sehingga setiap orang dari pertemuan diminta untuk mengamankan semua (pembicaraan atau kegiatan) pada kegiatan konseling kelompok dan tidak boleh dibocorkan kepada siapa pun selain individu. yang mengikuti konseling kelompok.

b. Azas Kesukarelaan

Anggota kelompok diharapkan dengan suka rela mengikuti kegiatan, pendapat, memberikan gagasan, atau respon dan tanggapan dari anggota kelompok.

c. Azas Keterbukaan

Anggota dalam kelompok sangat diminta mau spontan dan terbuka menyampaikan segala ide serta gagasan yang diperlukan untuk kelancaran kegiatan konseling. Hal ini membantu keterlaksanaan kegiatan konseling kelompok secara optimal.

d. Azas Kenormatifan

Setiap anggota kelompok menjunjung tinggi nilai norma-norma yang ada, sehingga antara anggota kelompok saling menghargai pendapat pendapat dan ide pendapat lainnya.

e. Azas Kekinian

Pembahasan yang dibicarakan pada konseling kelompok adalah masalah terkini. Artinya, persoalan yang dikaji adalah persoalan yang saat ini sedang mumpuni, mengganggu kehidupan sehari-hari, membutuhkan tujuan yang cepat, bukan persoalan dua tahun sebelumnya atau bahkan persoalan yang terjadi waktu masa kecil.

Melihat klarifikasi di atas, maka dapat diperjelas dengan sangat baik bahwa terdapat beberapa azas pada layanan konseling kelompok yang harus ada, diantaranya azas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, kegiatan, kenormatifan dan kekinian.

## **5. Tahapan Konseling Kelompok**

Ada enam bagian tahapan-tahapan konseling kelompok berdasarkan Corey dan Yalom dalam Namora Lumongga Lubis Hasnida (2016:80) yaitu:

a. Prakonseling

Pada tahap ini masih menyiapkan segala persiapan sebelum dimulainya konseling kelompok. Kegiatan disini adalah menyiapkan kelompok mulai dari anggota kelompok, waktu dan tempat pelaksanaannya.

b. Tahapan Permulaan

Di sini kelompok sudah ada dengan komponennya, ada anggota kelompok dan pemimpin kelompok. Pemimpin kelompok sudah mulai mengarahkan anggota kelompok dengan memberikan informasi tentang aturan dan norma dalam kegiatan konseling kelompok.

c. Tahapan Transisi

Kalau menurut Prayitno tahapan adalah tahapan peralihan. Disini pemimpin kelompok menuntun anggota kelompok serta meneguhkan hasrat dan mulai mengarahkan serta membuka anggota kelompok mengutarakan masalah-masalah yang akan menjadi pembahasan dalam kelompok.

d. Tahapan Kerja

Tahapan ini juga disebut dengan tahapan kegiatan. Tahapan ini anggota kelompok diminta menggali masalah yang dibahas sesuai dengan arah dari pemimpin kelompok serta memberikan solusi dan sederetan alternatif tindakan yang akan dilaksanakan (Lubis, 2011: 216).

e. Tahapan Akhir

Tahapan ini merupakan tahapan anggota kelompok mengambil kesimpulan serta alternatif bentuk kegiatan yang dilakukan untuk menuntaskan permasalahan yang dihadapi anggota kelompok tersebut sebagai pilihan penyelesaian masalah.

f. Pasca Konseling

Ini adalah tahap setelah berakhirnya rangkaian kegiatan konseling kelompok. Apapun bentuk keputusan yang disepakati dalam akhir kegiatan konseling kelompok hendaknya menjadi rujukan bagi seluruh anggota kelompok dalam menyelesaikan masalah, karena fokus dari konseling kelompok adalah mewujudkan tujuan bersama. (Lubis, 2011: 216)

**6. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konseling Kelompok Berbasis Regulasi Diri**

Sepuluh (10) faktor terapeutik menurut Yalom (2005: 87), ada yaitu:

a. Membangkitkan harapan

Harapan akan membuat sensasi niat baik pada orang tersebut untuk memiliki pilihan dalam menangani masalah tersebut. Keikutsertaan kelompok juga akan memperkuat keinginan individu dalam kelompok. .

b. Universalitas

.Universal akan menurunkan tingkat kegugupan diri dengan menyadari bahwa bukan dia saja yang mempunyai permasalahan. Semua individu juga memiliki permasalahan, meskipun dengan berbagai ukuran. Masalah manusia itu rumit, namun ada hal-hal tertentu yang serupa.

c. Penyampaian informasi

Segala informasi bisa didapatkan dari ketua kelompok (konselor) atau anggota kelompok lainnya. Informasi ini penting untuk keberadaan setiap orang dan pengalaman anggota kelompok, konseling atau pemikiran kritis yang diberikan oleh anggota kelompok. Anda dapat memverifikasi bahwa pengajuan harus dilakukan.

d. *Altruism*

Dalam proses konseling, para anggota kelompok melakukan hal yang sama bagi mereka yang merasa bahwa pertemuan itu telah memberi mereka informasi dan belas kasihan. Hal ini menimbulkan kritik interpersonal (umpan balik).

e. Rekapitulasi korektif kelompok keluarga primer

Hal ini diharapkan dapat membangun kedekatan yang penuh semangat antara individu yang berkelompok dan pemimpin kelompok. Anggota kelompok dimohonkan dapat merasa menjadi bagian dari keluarga yang mendukung dan berfokus pada satu sama lain seperti hubungan kerabat.

f. Pengembangan teknik sosialisasi

Kemampuan sosial yang hebat akan membuat energi kooperatif untuk saling membantu, menghargai, fokus, berpikiran dan memiliki rasa lingkungan sekitar satu sama lain. Semua individu yang berkumpul akan merasa memiliki bantuan sosial yang dapat mengurangi masalah mental yang mereka hadapi.

g. Perilaku

Anggota kelompok bisa memperoleh data lain berkaitan perilaku sosial yang tidak sesuai yang tidak mengakui bahwa perilaku sosial yang salah adalah penyebab dari persahabatan yang buruk.

h. Belajar Interpersonal

Pembelajaran relasional adalah faktor terpuetik yang ekspansif dan kompleks yang berisi komponen-komponen yang membantu dalam terapi individu seperti pengetahuan (pemahaman), bekerja melalui transaksi, dan pertemuan yang antusias untuk memperbaiki, seperti kegiatan yang umum dalam pengaturan terapi anggota kelompok.

i. Kohesivitas Kelompok

Kohesivitas kelompok adalah efek atau efek samping dari semua kekuatan yang memengaruhi semua individu yang berkumpul untuk tetap berada dalam pengumpulan. Ketika kekompakan telah terbentuk, semua individu yang berkumpul akan benar-benar ingin bekerja sama secara ideal dan tidak ada jika, dan atau tetapi memberi masukan dalam pertemuan.

j. Chatharsis

Semua individu dalam kelompok sebagai pemegang keluhan sekelompok individu yang mengungkapkan berbagai sentimen, perasaan atau perenungan yang mengganggu mereka. Ketika Anda telah berkomunikasi tanpa hambatan dan

menceritakan berbagai pertimbangan, itu akan terasa lebih ringan meskipun masalah belum diselesaikan.

#### **D. Pengaruh Layanan Konseling Kelompok berbasis Regulasi Diri dalam Meningkatkan Disiplin Belajar**

Disiplin belajar di sekolah merupakan ukuran yang diambil oleh siswa. Siswa yang disiplin dan tidak disiplin ditentukan sesuai dengan peraturan sekolah. Terbukti masih ada siswa yang terlambat masuk sekolah. Indikator yang dipersepsikan siswa adalah tidur larut, kondisi fisik tidak sehat, orang tua berangkat kerja, jika ada mata pelajaran yang tidak disukai, jika tidak mengerjakan tugas, jika malas bangun pagi, jika tidak makan di pagi hari. Dan seterusnya. Beberapa siswa dari indikator tersebut ditemukan di SMP Negeri 1 X Koto Diatas, yang dibuktikan dengan hasil wawancara dengan guru BK. Di sisi lain, menurut Moenir (2016: 94), ada dua jenis disiplin: disiplin waktu dan disiplin perilaku yang saling mempengaruhi. Hal ini memungkinkan Arikunto melihat disiplin dalam tiga hal. Yaitu, disiplin kelas, pemanfaatan lingkungan sekolah, dan disiplin rumah.

Upaya guru BK yang mengedepankan konseling individu, namun belum sepenuhnya menyelesaikan masalah disiplin siswa dalam belajar siswa. Konsultasi individu tidak terlalu efektif dalam mengurangi masalah ini. Oleh karena itu, perlu adanya layanan konseling kelompok yang dapat lebih efektif mengatasi kedisiplinan belajar siswa sekolah.

Konseling kelompok merupakan satu bentuk layanan yang termasuk dalam bimbingan dan konseling untuk meringankan masalah yang dihadapi oleh setiap anggota kelompok dan dibahas dalam kelompok. Menurut Corey (2012:28), kelompok konseling berfokus pada pencegahan atau peningkatan bidang pribadi, sosial, pendidikan dan profesional yang relevan. Konseling kelompok berfokus secara

khusus pada komunikasi interpersonal pikiran, perasaan, dan perilaku, baik sekarang maupun di masa sekarang.

Selain itu, konseling kelompok dilakukan sesuai dengan regulasi diri. Pengaturan diri adalah proses penyesuaian diri, disertai dengan motivasi dan perilaku metakognitif untuk mencapai tujuan. Zimmerman menjelaskan bahwa ada tiga perspektif yang berlaku untuk pembentukan regulasi diri. Metakognisi (refleksi dan penalaran) dan motivasi dan perilaku (pengaturan diri).

Konseling kelompok self-regulation adalah dukungan untuk meringankan masalah yang dialami anggota kelompok dengan mengarahkan guru BK/pimpinan kelompok untuk mengatur pencapaian diri, menentukan tujuan, dan mengevaluasi kemajuan menuju pencapaian tujuan. Penggunaan teknik pengaturan diri untuk memoderasi disiplin belajar siswa karena melibatkan pengamatan diri, penilaian diri, dan reaktivitas diri. Diharapkan pelaksanaan konseling kelompok yang sesuai dengan self-regulation tidak hanya dapat mengatasi permasalahan yang dihadapi siswa, tetapi juga dapat memberikan efek positif bagi siswa dan self-regulation yang lebih baik.

Peneliti akan melakukan penelitian tentang pengaruh konseling kelompok terhadap self-regulation disiplin belajar siswa, peningkatan disiplin belajar siswa, berdasarkan deskripsi layanan yang digunakan dan teknologi yang digunakan dalam penelitian. Menyelenggarakan konseling kelompok sesuai regulasi diri, ditujukan kepada siswa yang kurang terlatih belajar dan dapat meningkatkan kedisiplinan belajar. Hasil konseling kelompok mengikuti regulasi diri dapat memberikan efek positif bagi siswa, meringankan masalah yang dialami, serta mengatur siswa menjadi lebih baik.

#### **E. Penelitian Relevan**

Adapun penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Adam Rendi (2014) dengan judul “Penerapan konseling kelompok dengan latihan

regulasi diri untuk meningkatkan kemampuan pengelolaan waktu pengurus OSIS dan pengurus ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Tuban”. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa kita mendapatkan nilai  $N = 7$  dan  $X = 0 = 0,008$ . Harga = kurang dari 0,05, di zona penolakan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya ada perbedaan antara nilai hasil pre-test dan post-test. Dengan demikian, hipotesis yang diterima adalah “penerapan konseling kelompok dengan latihan regulasi diri dapat meningkatkan kemampuan pengelolaan waktu pengurus OSIS dan pengurus Ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Tuban tahun 2014”.

Penelitian yang dilakukan oleh Dinda Dwarawati (2015) dengan judul “Pengaruh konseling kelompok regulasi diri terhadap peningkatan regulasi diri pada penderita pembelian kompulsif”. Hasilnya, setelah melakukan 5 sesi konseling kelompok, Konseli 1 (AP) dan Konseli 3 (MM) mengalami peningkatan skor regulasi diri sebelum dan sesudah konseling kelompok, namun kriterianya masih dalam kategori sedang. konseli 2 (ABF) mengalami peningkatan skor regulasi diri sebelum dan sesudah konseling kelompok dan peningkatan kategori dari kategori sedang ke tinggi.

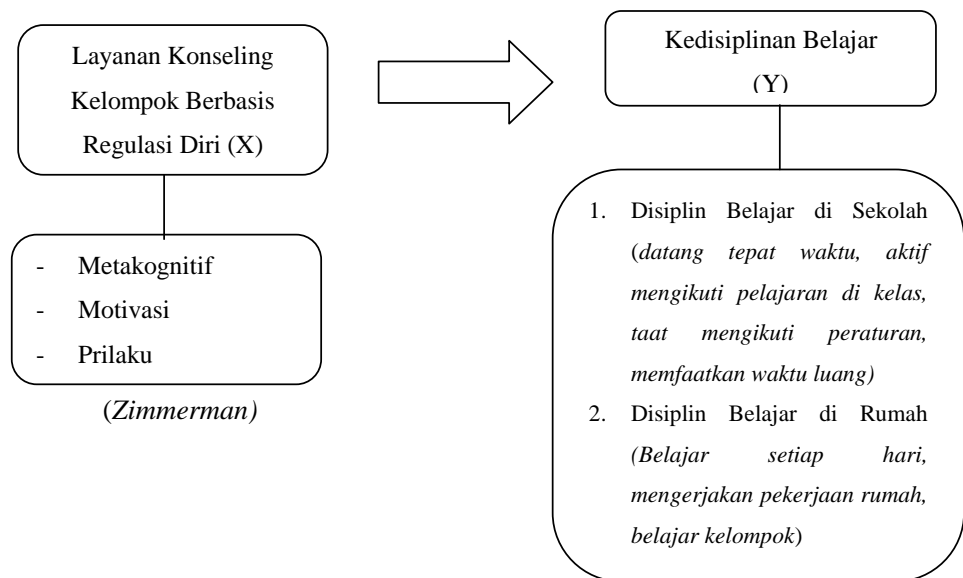
Penelitian yang dilakukan oleh Risa Rahayu (2017) dengan judul “Hubungan antara regulasi diri dengan prestasi belajar siswa”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan analisis data menunjukkan bahwa ada hubungan antara regulasi diri dengan prestasi belajar siswa yang signifikan dengan indeks  $\alpha = 0,000 < \alpha = 0,05$ ; maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dengan nilai koefisien korelasi r hitung  $0,843 > r_{tabel} 0,2423$ . Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan prestasi belajar pada siswa kelas x SMA Negeri 1 Seputih Raman tahun ajaran 2016/2017.

Penelitian yang dilakukan Lisa Sasmita (2018) dengan judul “Peningkatan regulasi diri dalam belajar menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik pekerjaan rumah Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok menggunakan teknik pekerjaan rumah dapat

meningkatkan koordinasi diri. Hal ini terlihat dari hasil analisis data menggunakan uji nama belakang Wilcoxon. Nilai z-hitung = -2,226 yang akan dibandingkan dengan z tabel = 1,645. Apabila z hitung kecil dari z tabel  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diperbolehkan. Hasilnya, ditemukan bahwa regulasi diri dalam pembelajaran menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik pekerjaan rumah diperkuat untuk siswa kelas 7 SMP IT Nurul Ilmi Bandar Lampung tahun 2017/2018.

Isi dari keempat penelitian di atas berbeda dengan judul yang peneliti teliti, ialah melihat sebesar apa pengaruh layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa di SMPN 1 X Koto Diatas.

#### F. Kerangka Berfikir



Gambar 1

#### **Kerangka Berfikir Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Berbasis Regulasi Diri dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa di SMP Negeri 1 X Koto Diatas**

Berdasarkan kerangka berfikir di atas dapat dijelaskan bahwa variabel X (konseling kelompok berbasis regulasi diri) melalaui tahap dan kegiatan konseling kelompok dimulai dari tahap persiapan, tahap permulaan, tahap transisi, tahap kegiatan (kerja), tahap akhir (memberikan

dukungan terhadap rencana-rencana yang akan dilakukan atau keputusan baru anggota kelompok dan mendorongnya mencapai keinginan dan tujuan hidupnya), efektif terhadap variabel Y (kedisiplinan belajar) yaitu meliputi Disiplin Belajar di Sekolah (datang ke sekolah tepat waktu, aktif mengikuti pelajaran di kelas, taat mengikuti peraturan di kelas dan memanfaatkan waktu luang) Disiplin Belajar di Rumah (Belajar setiap hari, mengerjakan pekerjaan rumah (PR) dan belajar kelompok).

### G. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah:

$H_0$  = Tidak terdapat pengaruh yang signifikan layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa di SMP Negeri 1 X Koto Diatas.

$H_a$  = Terdapat pengaruh yang signifikan layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa di SMP Negeri 1 X Koto Diatas.

Bentuk hipotesis statistiknya adalah:

$$H_0 = t_0 \leq t_t$$

$$H_a = t_0 > t_t$$

## BAB III

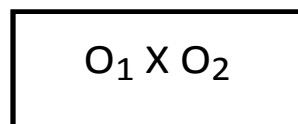
## METODE PENELITIAN

### A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain pre-eksperimen dengan tipe *one group pre-test-post-test*. Menurut Christensen (Dalam Seniati, Yulianto dan Setiadi, 2015: 118), desain dimanipulasi setelah subjek yang diukur pada awal penelitian dan pada subjek diukur kembali. Menurut Arikunto (2010: 124), desain pretest posttest kelompok memberikan pretest sebelum menerima perlakuan dan posttest akhir setelah menerima perlakuan, peneliti menyebutnya sebagai kegiatan penelitian sehingga peneliti bisa melakukannya sehingga melihat dampak dari eksperimen yang dilakukan.

Melihat pemahaman tersebut, kita dapat menyimpulkan bahwa kita dapat lebih akurat mengetahui hasil pengobatan karena kita dapat membandingkannya dengan situasi sebelum menerima pengobatan. Penggunaan desain ini dikoordinasikan untuk menemukan tujuan, layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri (*self-regulation*) untuk meningkatkan disiplin belajar sebelum dan sesudah perlakuan.

Desain pre-test dan post-test satu kelompok ini terdiri dari satu kelompok yang ditentukan tanpa kelompok kontrol. Menurut Sugiyono (2018:74), pola belajar metode *one-group pre-test post-test* design adalah sebagai berikut:



$O_1$  = nilai pretest (sebelum perlakuan)

X = konseling kelompok berbasis *regulasi diri*

$O_2$  = nilai posttest (setelah diberi perlakuan)

Pada desain ini, pengujian dilakukan dua kali, sebelum dan sesudah perlakuan. Tes yang dilakukan sebelum menerima perlakuan disebut pre-test ( $O_1$ ). Setelah dilakukan pre-test, penulis menjalani

treatment berupa layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri (X), dan pada tahap akhir penulis melakukan post-test (O2).

## B. Tempat dan Waktu Penelitian

Adapun tempat penelitiannya yaitu di SMP Negeri 1 X Koto Diatas Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok Propinsi Sumatera Barat. Waktu penelitian yaitu bulan Januari 2021 sampai dengan bulan Juli 2021.

## C. Populasi dan Sampel Penelitian

### a. Populasi

Populasi adalah area generalisasi yang terdiri dari individu/subjek dengan jumlah dan karakteristik tertentu, dan diterapkan oleh peneliti untuk menyelidiki dan menarik kesimpulan (Sugiyono, 2018:215). Populasi yang disurvei berjumlah 164 atau lebih siswa SMP Negeri 1 X Koto Diatas sebagaimana tabel dibawah ini

**Tabel III.1**  
**Jumlah Populasi**

No	Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah
		Laki-Laki	Perempuan	
1	Kelas VII	28	25	53
2	Kelas VIII	28	30	58
3	Kelas IX	25	28	53
Jumlah		81	83	164

(Sumber : SMP Negeri 1 X Koto Diatas)

### b. Sampel

Sampel adalah bagian dari karakteristik yang dapat dimiliki oleh suatu populasi (Sugiyono, 2018:215) dan sampel adalah bagian atau perwakilan dari populasi yang diselidiki (Arikunto, 2010:174). Berdasarkan jumlah populasi 164 siswa, dalam penelitian ini peneliti

mengambil hanya 10 siswa dengan disiplin belajar rendah setelah membagikan angket menerima perlakuan menggunakan layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri.

c. Teknik Sampling

Metode pengambilan sampel adalah metode sampling. Berbagai teknik pengambilan sampel telah digunakan untuk menentukan sampel yang digunakan dalam penelitian (Sugiyono, 2018: 217). Dalam penelitian ini, metode pengambilan sampel yang digunakan penulis adalah *Purposive Sampling*. Pengambilan *Purposive Sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang secara khusus dipertimbangkan untuk digunakan sebagai sampel (Juliansyah Noor, 2016: 155).

**D. Definisi Operasional**

Menghindari perbedaan penafsiran, perlu didefinisikan konsep berikut ini:

**1. Konseling kelompok**

Konseling kelompok adalah jenis layanan konseling yang menggunakan tenaga penggerak kelompok untuk mendiskusikan masalah-masalah yang dialami dan dirasakan oleh para anggota kelompok guna memecahkan masalah-masalah yang terjadi pada para anggota kelompok. Menurut Latipun (2010: 149), konseling kelompok adalah proses interpersonal dinamis yang menitikberatkan pada upaya berpikir dan bertindak, menyucikan jiwa, saling percaya, memelihara, memahami, menerima, membidik realitas. Termasuk fungsi terapeutik diciptakan dalam lingkungan kelompok kecil melalui kontribusi individu dari konseling dengan sesama anggota kelompok. Oleh karena itu, konseling kelompok terdiri dari 4 sampai 8 individu dan dilakukan dalam bentuk kelompok menembak dan mitigasi. Konselor berinteraksi satu sama lain dalam konseling kelompok untuk memperdalam pemahaman dan mengambil tindakan regulasi diri yang

baik sehingga memungkinkan seseorang untuk membuat keputusan sendiri dan bisa disiplin dalam belajar.

## **2. Regulasi Diri**

Regulasi diri adalah kemampuan untuk mengarahkan, mengontrol, mengevaluasi dan menentukan reaksi seseorang terhadap kemenangan dan kekecewaan. Menurut Bandura (Santrock, 2008). Sedangkan menurut (Mu`min, 2016:5), regulasi adalah proses pengaktifan pikiran, tindakan dan emosi secara terus menerus untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Oleh karena itu, pengaturan diri yang dimaksud dalam penelitian ini memungkinkan siswa untuk mengontrol dan menyesuaikan diri dengan baik, terutama dalam hal pembelajaran.

## **3. Disiplin Belajar**

Disiplin belajar adalah sikap patuh siswa dalam belajar yang muncul dengan mematuhi standar yang berlaku dimana mereka berada di sekolah dan di rumah sehingga menunjukkan bahwa mereka dapat menyesuaikan diri dengan keadaan mereka saat ini untuk membentuk karakter yang layak baik dan secara konsisten bergerak dengan cara yang dikembangkan lebih lanjut sehingga prestasi belajar yang menyenangkan dapat di capai. Menurut Moenir (1995:94) disiplin terbagi menjadi 2 jenis yaitu disiplin waktu dan disiplin perbuatan yang saling mempengaruhi. Sehingga tercapai tujuan baik barang atau jasa dalam suatu organisasi. Dilain hal Arikunto (1990) membagi disiplin menjadi 3 macam yaitu; Kedisiplinan di dalam kelas, Kedisiplinan di lingkungan sekolah, Kedisiplinan di rumah. Jadi kedisiplinan belajar yang dimaksud merupakan bentuk kepatuhan dan ketaatan siswa dalam menjalankan peraturan-peraturan yang telah ditetapkan oleh sekolah, dengan terciptanya kedisiplinan belajar dalam diri siswa diharapkan mampu bertingkah laku sesuai peraturan.

Berdasarkan kutipan di atas, dapat dikemukakan bahwa konseling kelompok berbasis regulasi diri kegiatan layanan konseling yang

dilaksanakan untuk mengkolaborasikan antara pemikiran, perilaku dan perasaan dalam mencapai suatu tujuan yang telah direncanakan. Tujuan yang direncanakan itu adalah kedisiplinan belajar siswa.

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Alat pengumpulan data yang digunakan adalah survei. Menurut Ridwan (2005:71), angket adalah daftar pertanyaan yang diberikan kepada orang lain (responden) yang bersedia menjawab sesuai dengan kebutuhan pengguna. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner tertutup, dimana responden diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang disediakan. Tim peneliti menggunakan kuesioner berupa skala metrik (pengukuran). Untuk memperoleh data dari subjek penelitian, peneliti terlebih dahulu harus melakukan langkah persiapan pada instrumen. Menurut Nurkencana (1993: 219), tahapan a) menentukan jenis dan pola alat. b) Tentukan isi alat. c) Siapkan kisi-kisi. d) Buat entri. e) Uji alat. Berdasarkan kutipan tersebut dapat dipahami bahwa terdapat lima langkah dalam menyusun instrumen yaitu,

##### **a. Jenis Alat dan Penentuan Pola**

Setting alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah model Likert dari skala disiplin belajar.

##### **b. Tetapkan Konten Alat Isi skala**

Ini harus relevan dengan data yang Anda kumpulkan dan dapat didasarkan pada satu teori atau kombinasi dari beberapa teori.

##### **c. Tempatkan kisi.**

Untuk menyusun kisi skala ada beberapa item yang disertakan yaitu:

- 1) Variabel Terukur atau Layar
- 2) Sub-variabel atau Rincian pada Layar Pengukur
- 3) Indikator dapat memberikan petunjuk atau informasi tentang sesuatu dalam sub-variabel
- 4) Jumlah item yang digunakan untuk mengukur setiap indikator

Menurut Sugiyono (2018:92), alat ukur digunakan untuk mengukur pendapatan data kuantitatif karena skala ukur merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai kriteria untuk menentukan panjang jarak pendek dari alat ukur.

Peneliti menggunakan skala likert untuk memudahkan responden menjawab pertanyaan survei dan kalimat. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi individu atau kelompok terhadap fenomena sosial (Sugiyono, 2018: 93) Kuesioner selalu (SL), sering (SR), kadang-kadang (KD), jarang Menggunakan format untuk. (JR) dan tidak pernah (TP). Tingkat respon responden alat dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel III.2**  
**Skala Kedisiplinan Belajar**

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SL	SR	KD	JR	TP
1.						

**F. Pengembangan Instrumen**

Menurut Arikunto (2002:160), instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data, yang mempermudah pekerjaan, sehingga menghasilkan hasil yang lebih baik, lebih akurat, lengkap, sistematis dan lebih mudah untuk diolah. Menurut Sugiyono(2018:102), instrumen penelitian adalah alat untuk mengukur fenomena alam atau sosial yang diamati, dan angket (instrumen) digunakan sesuai dengan data yang diperlukan.

**Tabel III.3**  
**Kisi-Kisi Disiplin Balajar**

Variable	Sub Variabel	Indikator	No Item	
			+	-

Variable	Sub Variabel	Indikator	No Item	
			+	-
Kedisiplinan Belajar	Disiplin Belajar di Sekolah	a. Datang ke sekolah tepat waktu	10	29
				37
				33
		b. Aktif mengikuti pelajaran di kelas	1	14
			2	
	20			
	23			
		24		
		25		
		34		
	5			
	c. Taat mengikuti aturan di kelas	15	9	
		40	26	
		4	21	
		16	31	
		6	39	
	d. Memanfaatkan waktu luang	12	32	
		3		
		13		
Kedisiplinan Belajar di Rumah	Disiplin Belajar di Rumah	a. Belajar setiap hari	38	8
			7	
		11		
	b. Mengerjakan Pekerjaan Rumah (PR)	18	22	
17		30		
		35		

Variable	Sub Variabel	Indikator	No Item	
			+	-
		c. Belajar Kelompok	19	28
			27	36
<b>Jumlah</b>			<b>23</b>	<b>17</b>
<b>Jumlah Total</b>			<b>40</b>	

## 1. Pengujian Instrumen

### a. Validasi

Sebelum digunakan, angket terlebih dahulu harus divalidasi. Menurut Ridwan (2005:97), validasi adalah mengukur apa (derajat) yang ingin diukur. Artinya alat ukur itu mengukur sesuatu sesuai dengan apa yang akan diukurnya.

#### 1) Validitas Isi

Validitas isi dilakukan pada tahap mengkaji dan mengoreksi butir pernyataan/pertanyaan berdasarkan pendapat profesional (*profesional judgment*) para penelaah. Menurut Retnawati (2016:19) bahwa pada validitas isi, jika indeksnya kurang dari atau sama dengan 0.4 dikatakan validitasnya kurang, 0.4 - 0.8 dikatakan validitasnya sedang dan jika lebih dari 0.8 dikatakan sangat valid. Pelaksanaan validitas ini penulis dibimbing oleh dua orang pembimbing yaitu Dr. Masril, M.Pd., Kons., Dr. Wahidah Fitriani, S.Psi., M.A.

#### 2) Validitas Konstruk

Menurut Sugiyono (2018:125), validitas konstruk adalah dapat dilakukan dengan berkonsultasi dengan para ahli. (*Judgment expert*). Para ahli akan memberikan pendapat dan masukan apakah skala yang dibuat tersebut bisa digunakan tanpa perbaikan, perbaikan atau dirombak total. Dalam penelitian ini peneliti meminta kesediaan 2 orang doktor yang berkompeten dalam bidang keilmuan bimbingan dan konseling. Doktor yang menjadi validator skala penulis adalah Dr. Irman, S.Ag.,M.Pd dan Dr. Dasril S.Ag., M.Pd. dan Dr. Silvianetri, M.Pd., Kons.

### 3) Validitas Item / Analisis Butir

Menurut Widoyoko (2012: 145146), item alat (skala angket) valid jika memberikan kontribusi yang signifikan terhadap skor keseluruhan. Dengan kata lain, skor pertanyaan cukup tinggi, sejajar dengan skor total.. Kesejajaran dapat diartikan dengan korelasi, sehingga untuk menguji atau mengetahui validitas butir digunakan rumus korelasi *product moment* dengan angka kasar.

Adapun rumus *product moment* dengan angka kasar adalah:

$$r = \frac{n \sum XY - (\sum X) (\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

r = Koefisien korelasi

X = Jumlah skor dalam sebaran x

$\sum Y$  = Jumlah skor dalam sebaran y

$\sum XY$  = Jumlah hasil kali skor x dengan skor y yang berpasangan

$\sum X^2$  = Jumlah skor yang dikuadratkan dalam sebaran x

$\sum Y^2$  = Jumlah skor yang dikuadratkan dalam sebaran y

n = banyaknya subjek skor x dan skor y yang berpasangan

Penerapan validitas konsep konstruk dengan analisis faktor semakin banyak digunakan oleh para peneliti, terutama untuk

kemudahan layanan komputer. Banyak program komputer tersedia untuk melakukan analisis faktor ini, dan program yang populer dalam studi sosial adalah *Perangkat Lunak SPSS 22 untuk Windows*. Dengan jumlah siswa yang digunakan 45 orang siswa yaitu pada SMP Negeri 1 X Koto Diatas. Menurut Azwar (2011:65) menyatakan bahwa apabila item memiliki indek daya diskriminasi besar sama dari 0.30, maka memiliki daya diskriminasi tinggi atau dinyatakan valid. Senada dengan itu Sugiyono (2018:126) menyatakan apabila korelasi tiap faktor tersebut besar dari 0,30 maka item tersebut dinyatakan valid dengan keterangan sebagai berikut:

Dikatakan Valid apabila  $\geq 0.30$

Dikatakan Tidak Valid apabila  $< 0.30$

**Tabel III.4**

**Validitas Item / Analisis Butir**

<b>Item</b>	<b>r hitung</b>	<b>Keterangan</b>
1	0.321	Valid
2	0.310	Valid
3	0.330	Valid
4	0.323	Valid
5	0.694	Valid
6	0.342	Valid
7	0.482	Valid
8	0.321	Valid
9	0.311	Valid
10	0.490	Valid
11	0.510	Valid
12	0.672	Valid
13	0.493	Valid
14	0.377	Valid
15	0.553	Valid
16	0.407	Valid
17	0.640	Valid

<b>Item</b>	<b>r hitung</b>	<b>Keterangan</b>
18	0.439	Valid
19	0.429	Valid
20	0.714	Valid
21	0.361	Valid
22	0.569	Valid
23	0.321	Valid
24	0.566	Valid
25	0.618	Valid
26	0.717	Valid
27	0.330	Valid
28	0.320	Valid
29	0.499	Valid
30	0.609	Valid
31	0.542	Valid
32	0.445	Valid
33	0.310	Valid
34	0.622	Valid
35	0.515	Valid
36	0.546	Valid
37	0.573	Valid
38	0.442	Valid
39	0.472	Valid
40	0.310	Valid

Berdasarkan Tabel III.3 di atas, dapat disimpulkan bahwa 40 item skala telah dinyatakan valid dan dapat digunakan..

b. Reliabilitas

Selain validitas, suatu instrumen (angket) juga harus diuji reliabilitasnya. Reliabel artinya dapat dipercaya dan dapat diandalkan. Menurut Sugiyono (2018: 130), reabilitas menunjukkan bahwa peralatan tersebut sudah baik dan dapat digunakan sebagai alat pendataan. Alat yang andal menghasilkan data yang andal. Jika data itu benar dalam kenyataan, itu akan

tetap sama tidak peduli berapa kali Anda membawanya. Keandalan menunjukkan tingkat keandalan sesuatu. Pengujian reliabilitas alat penelitian dilakukan dengan menggunakan teknik Alpha Cronbach dengan menggunakan program software SPSS 22 for Windows. Suatu konstruk atau variabel dikatakan reliabel jika memberikan nilai Alpha Cronbach  $\geq 0,30$ .

Adapun hasil uji reliabilitas yang telah dilakukan terhadap kedisiplinan belajar kepada 45 orang siswa di SMP Negeri 1 X Koto Diatas sebagaimana terdapat pada tabel berikut ini.

**Tabel III.5**  
**Uji Reliabilitas**

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,898	40

Kesimpulan: Hasil di atas menunjukkan bahwa kolom Cronbach`s Alpha = 0,898 > 0,30, sehingga angket dapat dipercaya (reliabel). Artinya alat skala kedisiplinan belajar ini handal dan cocok digunakan sebagai alat pengumpulan data penelitian.

**G. Teknik Pengolahan dan Analisis Data**

**1. Teknik Pengolahan Data**

- a. Membuat pedoman pemberian skor untuk masing-masing jawaban responden. Adapun pedoman pemberian bobot terhadap jawaban responden seperti:

**Tabel III.6**

### Skor Alternatif Jawaban

<b>Jenis Pernyataan</b>	<b>Alternatif Jawaban</b>				
	<b>Selalu (SL)</b>	<b>Sering (S)</b>	<b>Kadang-Kadang (K)</b>	<b>Jarang (J)</b>	<b>Tidak Pernah (TP)</b>
<i>Favorable</i> (pernyataan positif)	5	4	3	2	1
<i>Unfavorable</i> (pernyataan negatif)	1	2	3	4	5

- b. Memberikan skor (*scoring*), yaitu pemberian skor atau bobot pada masing-masing jawaban responden. Contohnya, apabila responden memilih alternatif jawaban selalu pada item yang bersifat positif, maka diberikan skor 5. Begitu juga sebaliknya, apabila responden memilih alternatif jawaban selalu pada item yang bersifat negatif, maka diberikan skor 1.
- c. Menjumlahkan skor dari masing-masing jawaban responden

Untuk menentukan kriteria tingkat kedisiplinan belajar siswa maka digunakan rumus sebagai berikut

$$Ji = \frac{t - r}{JK} \times 100$$

- Keterangan :
- t : skor tertinggi ideal dalam skala
  - r : skor terendah idela dalam skala
  - JK : jumlah kelas interval.

Berdasarkan rumus tersebut maka interval kriteria dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut,

- Skor tertinggi : 5 x 40 = 200
- Skor terendah : 1 x 40 = 40
- Rentang : 200 – 40 = 160
- Banyak kriteria : 5 tingkat
- Panjang kelas interval : 160 : 5 = 32

**Tabel III.7**

### Klasifikasi Skor Kedisiplinan Belajar

No	Rentang Skor	Klasifikasi
1	169 – 200	Sangat Tinggi
2	137 – 168	Tinggi
3	105 – 136	Sedang
4	73– 104	Rendah
5	40 – 72	Sangat Rendah

- d. Setelah klasifikasi skor didapatkan maka dilanjutkan dengan pemberian perlakuan (*treatment*).
- e. Memberikan perlakuan (*treatment*), pendekatan *realitas* dalam konseling kelompok untuk meningkatkan regulasi diri siswa. Dalam studi eksperimental, peneliti menemukan bahwa setidaknya 6 sesi dapat diberikan selama tiga minggu dan dua sesi per minggu (Myrick 2003). Langkah-langkah yang diambil dalam melakukan konseling kelompok berbasis regulasi diri ialah:
  - a. Tahap Persiapan  
Melengkapai segala persiapan yang dibutuhkan untuk kegiatan konseling kelompok berbasis regulasi diri.
  - b. Tahap Pelaksanaan
    - 1) Tahap Awal
      - a) Membuka kegiatan konseling
        - ✓ Menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terima kasih
        - ✓ Memimpin berdoa
      - b) Membina keakraban dengan anggota kelompok
        - ✓ membantu konseli mengenal anggota yang lain
        - ✓ mengatur dinamika kelompok secara positif
      - c) Menjelaskan konsep konseling kelompok berbasis regulasi diri

- d) Tanya jawab tentang kesiapan anggota kelompok untuk kegiatan lebih lanjut
  - e) Mengenali suasana apabila anggota kelompok secara keseluruhan /sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya, dan mengatasi suasana tersebut.
- 2) Tahap Pertengahan/ tahap kegiatan (memanfaatkan teknik konseling kelompok regulasi diri)
- a) Menjelaskan konsep tentang regulasi diri sebelum anggota kelompok mengemukakan latar belakang mereka bermasalah dalam kedisiplinan belajar.
  - b) Menanyakan kepada anggota kelompok tentang masalah kedisiplinan belajar.
  - c) Membahas masalah individu dalam kelompok yang berkaitan dengan kedisiplinan belajar.
- 3) Tahap Akhir/ tahap penutupan
- a) Tahap ini ditandai oleh beberapa hal di antaranya:
    - Klien berbagi tentang hal yang telah dibahas dalam konseling kelompok (apa yang didupatkannya dalam diskusi, bagaimana mereka berubah, serta bagaimana rencana mereka untuk menggunakan apa yang telah mereka pelajari).
  - b) Menjelaskan bahwa konseling kelompok akan diakhiri dan dilanjutkan pada pertemuan selanjutnya
  - c) Doa.
  - d) Mengucapkan salam dan terima kasih.
- c. Tahap penutupan
- a) Menutup kegiatan layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri secara keseluruhan untuk semua fase kegiatan.
  - b) Menjelaskan bahwa kegiatan ini sudah berakhir.
- f. Melakukan *post-test*, setelah perlakuan (*treatment*) diberikan pada kelompok eksperimen, *post-test* dilakukan dengan memberikan skala

yang sama pada pemberian tes awal: ini dilakukan untuk melihat apakah konseling kelompok berbasis regulasi diri berpengaruh dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.

- g. Setelah itu lakukan analisis data yang telah didapatkan dari pre-test dan post-test.

## 2. Analisis Data

Analisis data merupakan langkah penting dalam menyelesaikan kegiatan ilmiah. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian kuantitatif adalah analisis statistik berupa angka-angka. Sugiyono (2018: 243) penggunaan analisis data pada penelitian kuantitatif sudah jelas yaitu menjawab rumusan masalah atau menguji hipotesis yang telah dirumuskan.

Berdasarkan komentar di atas, dapat disimpulkan bahwa analisis adalah proses pengklasifikasian data. Data yang sudah diolah berlanjut pada proses interpretasi data atau interpretasi data. Ini sangat berguna untuk menjawab temuan penelitian yang dirancang dalam studi kuantitatif.

### a. Uji Prasyarat

Sebelum melakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat untuk memastikan apakah data yang akan dianalisis telah memenuhi syarat atau belum. Adapun syarat untuk bisa dilakukan analisis uji beda dalam penelitian ini adalah uji normalitas, uji homogenitas.

#### 1) Uji Normalitas

Uji normalitas data adalah uji prasyarat validitas data yang dianalisis menggunakan statistik parametrik atau nonparametrik. Pengujian ini memungkinkan data penelitian dilihat dalam bentuk sebaran data yang berdistribusi normal atau tidak berdistribusi normal. Statistik parametrik dapat digunakan untuk data terdistribusi normal yang lulus uji normalitas. Dalam hal ini peneliti menggunakan metode uji parametrik yaitu *aplikasi SPSS22.0 Statistics ForWindows* dengan *OneSample KolmogorovSmirnovTest*. Untuk signifikansi  $> 0,05$  data terdistribusi normal, tetapi untuk signifikansi  $< 0,05$  data tidak terdistribusi normal.

## 2) uji homogenitas

Uji homogenitas data adalah uji persyaratan analitis untuk kelayakan data yang di analisis, dengan menggunakan uji statistik tertentu. Pengujian ini berkaitan dengan penggunaan uji komparatif (menggunakan ANOVA) dan uji statistik parameter seperti uji t sampel independen. Peneliti menggunakan *aplikasi SPSS 22.0 Statistics for Windows* sebagai dasar pengambilan keputusan dalam uji afinitas bila varians kelompok dua atau lebih populasi data sama jika nilai signifikansi  $> 0,05$ .

### **b. Analisis Komparasi dengan Uji-t**

Metode analisis data kemudian dilakukan dengan membandingkan rerata hasil pre-test dan post-test kelompok eksperimen dengan menggunakan metode statistik uji-t, ini dilakukan dengan Program *Software SPSS 22 For Windows*

Langkah yang akan dilakukan selanjutnya membandingkan antara  $t_0$  dan  $t_t$  dengan patokan sebagai berikut:

- a. Jika  $t_0$  lebih besar nilainya dari  $t_t$  maka hipotesis nihil ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima. Artinya pendekatan konseling kelompok berbasis regulasi diri berpengaruh signifikan untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.
- b. Jika  $t_0$  lebih kecil nilainya dari  $t_t$  maka hipotesis nihil ( $H_0$ ) diterima, dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) ditolak. Artinya pendekatan konseling kelompok berbasis regulasi diri tidak berpengaruh signifikan untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.

Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini merupakan analisis statistik dan digunakan untuk menguji hipotesis penelitian. Karena data yang diolah adalah data sampel, maka dilakukan analisis statistik. Analisis statistik bertujuan untuk menguji hipotesis statistik untuk melihat apakah hipotesis yang diuji hanya pada data sampel dapat berlaku untuk populasi. Pengujian ini untuk mengetahui signifikansinya. Dengan kata lain, hipotesis penelitian yang diuji dalam sampel dapat diterapkan pada populasi.

## 2. Uji Pengaruh Dengan N-gain

Masril (2015:90) menjelaskan bahwa ungkapan berikut analisis N-gain digunakan untuk menguji pengaruh X terhadap Y.

$$g = \frac{\text{Skor Posttest} - \text{Skor Prettest}}{\text{Skor Maximum} - \text{Skor Prettest}}$$

Klasifikasi normalisasi *gain* adalah sebagai berikut:

**Tabel III.8**  
**Kalsifikasi dan Kriteria N-gain**

<b>KLASIFIKASI</b>	<b>KRITERIA</b>
$g \geq 0,70$	Tinggi
$0,30 \leq g < 0,70$	Sedang
$g < 0,30$	Rendah

Sumber Malzer dalam syahfitri, 2008:33

Selain itu, nilai t dihitung dengan membandingkannya dengan harga kritis pada tabel tingkat signifikansi t. Jika t hitung ( $t_o$ ) memiliki nilai yang besar dalam tabel ( $T_t$ ), maka hipotesis nol ( $H_o$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima. Artinya pendekatan konseling kelompok berbasis regulasi diri berpengaruh signifikan terhadap peningkatan disiplin belajar siswa. Namun, jika nilai t hitung ( $t_o$ ) lebih kecil dari nilai t tabel ( $T_t$ ), maka hipotesis nol ( $H_o$ ) diterima dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) ditolak.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari sampai dengan Juli 2021 di SMP Negeri 1 X Koto Diatas tahun ajaran 2021/2022. Sekolah ini beralamat di Jalan Kacang Baririk Sulit Air Dusun Koto Tuo Nagari Sulit Air Kecamatan X Koto Diatas Kabupaten Solok Propinsi Sumatera Barat.

SMP Negeri 1 X Koto Diatas ini adalah salah satu SMP yang ada di kecamatan X Koto Diatas yang terdiri dari tiga tingkatan kelas yaitu, VII, VIII, IX dengan sampel berjumlah 10 orang siswa dari 164 siswa melalui penyebaran angket yang berkaitan dengan kedisiplinan belajar siswa.

## A. Deskripsi Data

### 1. Deskripsi Pre-Test

Dari Hasil penyebaran angket maka diperoleh hasil siswa yang memiliki kedisiplinan belajar rendah. Sehingga dipilihlah 10 orang siswa menjadi satu kelompok yang akan diberikan treatment atau perlakuan.

Hasil penelitian tanggal 12 Juli 2021 terdapat 10 orang siswa yang memiliki skor kedisiplinan belajarnya terendah sebelum diberikan treatment sebagaimana digambarkan dalam tabel dibawah ini.

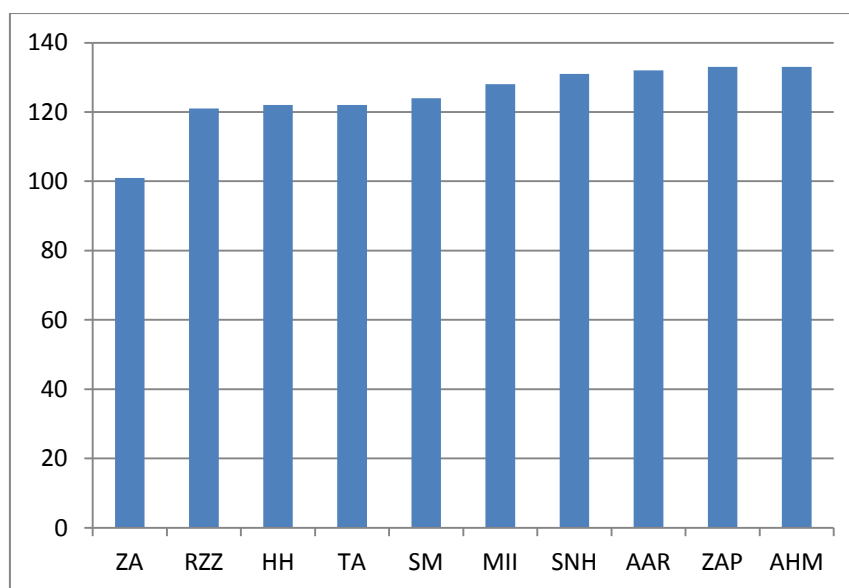
**Tabel IV.1**

**Hasil Pre-test Kedisiplinan Belajar Siswa**

No	Peserta Didik	Skor	Kategori
1	ZA	101	Rendah
2	RZZ	121	Sedang
3	HH	122	Sedang
4	TA	122	Sedang
5	SM	124	Sedang
6	MII	128	Sedang
7	SNH	131	Sedang
8	AAR	132	Sedang

No	Peserta Didik	Skor	Kategori
9	ZAP	133	Sedang
10	AHM	133	Sedang
<b>Jumlah</b>		<b>1247</b>	<b>Sedang</b>
<b>Rata-rata</b>		<b>124,7</b>	

**Tabel IV.2**  
**Hasil Pre-test**



Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa 10 siswa yang dijadikan sampel dalam penelitian ini memiliki kedisiplinan belajar yang berbeda, hal ini dapat dilihat hasil pre-test atau sebelum treatment termasuk dalam kategori sedang. Skor terendah dari 10 siswa itu adalah 101 dan skor tertinggi dari 10 siswa yang dijadikan sampel itu adalah 133. Karena dalam penelitian ini hanya menggunakan 1 kelompok yang akan diberikan treatment maka 10 orang siswa langsung dijadikan 1 kelompok yang akan diberikan treatment atau langsung menjadi kelompok eksperimen.

Selanjutnya 10 orang siswa kelompok eksperimen yang mendapat pre-test diberikan enam perlakuan (treatment), menggunakan teknik regulasi diri dalam kegiatan layanan konseling kelompok tentang

kedisiplinan belajar siswa dan setelah mendapatkan layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri dan akhir dari treatment dilakukan post-test.

## **2. Pelaksanaan Treatment Konseling Kelompok**

### **1. Sesi Pertama**

Hari : Senin  
Tanggal : 12 Juli 2021  
Pukul : 09.00 - 09.45 WIB  
Kegiatan di : Lokal Kelas SMP Negeri 1 X Koto Diatas

Pada sesi pertama dalam kegiatan penelitian ini adalah melakukan *pre-test* pada 10 orang siswa menggunakan *instrumen angket* (skala kedisiplinan belajar) bertujuan melihat potret kedisiplinan belajar siswa sebelum diberikan perlakuan (treatment) dalam konseling kelompok berbasis *regulasi diri*. Kegiatan *Pre-test* ini diberikan terhadap siswa SMP Negeri 1 X Koto Diatas kecamatan X Koto Diatas kabupaten Solok yang berjumlah 164 orang siswa.

Tahap ini merupakan sesi pengenalan dan memupuk sikap konsistensi dan saling memberi dan menerima, menginformasikan tujuan siswa sebelum mendapatkan perlakuan atau mengadakan konseling dan menentukan kondisi awal siswa sebelum mendapatkan perlakuan.

Setelah itu peneliti memberikan informasi tentang pelaksanaan layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri. Disamping itu peneliti juga memberikan penjelasan kepada siswa tentang tata cara pengisian angket/skala kedisiplinan belajar yang akan di isi oleh siswa untuk melihat tingkat kedisiplinan belajar siswa. Kegiatan *pre-test* juga berguna dalam menentukan subjek penelitian ialah mengambil siswa yang mempunyai tingkat kedisiplinan belajar yang rendah.

Pelaksanaan kegiatan pre-test berjalan dengan lancar, siswa yang melakukan pre-test sangat bersungguh-sungguh membaca item demi item pernyataan yang telah di sediakan dalam skala kedisiplinan belajar. Kegiatan pre-test berjalan sesuai dengan petunjuk pengisian yang ada pada lembaran pertama dalam skala kedisiplinan belajar tersebut.

## 2. Sesi Kedua

Hari : Selasa

Tanggal : 13 Juli 2021

Pukul : 09.00 - 09.45 WIB

Kegiatan di : Lokal Kelas SMP Negeri 1 X Koto Diatas

Kegiatan selanjutnya yang peneliti lakukan adalah menganalisis hasil pre-test, hasil analisis itu nanti akan melihat tingkat kedisiplinan belajar siswa mulai dari tingkat kedisiplinan belajar siswa sangat tinggi sampai kepada tingkat kedisiplinan belajar siswa. Dalam hal ini yang menjadi subjek penelitiannya adalah 10 orang siswa yang memiliki tingkat kedisiplinan belajar yang terendah.

Selanjutnya kegiatan yang peneliti lakukan adalah membentuk kelompok yang akan mengikuti layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri. Anggota kelompoknya adalah siswa yang memiliki tingkat kedisiplinan belajar siswa 10 terendah berdasarkan pre-test yang telah dilakukan di SMP Negeri 1 X Koto Diatas Kabupaten Solok. Konselor mulai melaksanakan kegiatan layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri. Kegiatan dimulai dengan mengucapkan salam serta ucapan terima kasih terhadap semua anggota kelompok sudi kiranya meluangkan kesempatannya andil dalam kegiatan layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri. Kemudian konselor mengajak kepada semua anggota kelompok berdo'a semoga kegiatan yang dilaksanakan nanti berjalan lancar dari awal sampai akhir nantinya. Selanjutnya

untuk menimbulkan keakraban antara semua anggota kelompok konselor mengajak semua anggota kelompok untuk memperkenalkan diri, diantaranya nama lengkap, panggilan kesayangan, alamat tinggal, tempat tanggal lahir, negeri asal, hobby dan lain sebagainya yang dilanjutkan oleh anggota kelompok secara bergantian.

Langkah berikutnya konselor membagikan uraian tentang iktikad, tujuan, wujud aktivitas serta asas- asas di dalam aktivitas konseling kelompok berbasis regulasi diri, berikutnya buat memunculkan perasaan rilek serta aman dalam aktivitas konselor mengadakan game ringan di dalam kelompok. Aktivitas dilanjutkan dengan mengenali kesiapan segala anggota kelompok dalam aktivitas layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri sehingga tidak terjalin hambatan di dalam proses kegiatannya nanti.

Pada tahap kegiatan konselor sebagai pemimpin kelompok memberikan kesempatan kepada anggota kelompok mengemukakan ide-ide atau masalah-masalah yang anggota kelompok rasakan tentang kedisiplinan belajar berkaitan dengan pre-test yang telah dilaksanakan. Kemudian diadakan pendalaman terhadap masalah yang dihadapi seluruh anggota kelompok sehingga mendapatkan akar masalah yang dihadapi oleh anggota kelompok tersebut.

Pada tahap pengakhiran kegiatan layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri konselor tidak lupa memberikan kesimpulan terhadap bahasan yang dilaksanakan pada pertemuan kedua ini. Selanjutnya konselor sebagai pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok tentang pelaksanaan kegiatan proses konseling kelompok, hasil yang dapat diambil oleh anggota kelompok, kesan dan pesan serta komitmen untuk anggota kelompok terhadap layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri dan kegiatan ditutup dengan doa serta salam.

### 3. Sesi Ketiga

Hari : Kamis  
Tanggal : 15 Juli 2021  
Pukul : 09.00 - 09.45.00 WIB  
Kegiatan di : Lokal Kelas SMP Negeri 1 X Koto Diatas

Pelaksanaan pertemuan ketiga ini, konselor selaku pemimpin kelompok membuka pertemuan dengan ucapan salam serta ucapan terima kasih terhadap semua anggota kelompok sudi kiranya meluangkan kesempatannya andil dalam kegiatan layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri sesuai dengan kesepakatan yang telah dibuat pada pertemuan sebelumnya. Konselor selaku pemimpin kelompok menanyakan kabar, serta membangun komunikasi yang hangat dengan semua anggota kelompok sehingga tercipta suasana akrab dan nyaman.

Dalam tahap peralihan konselor selaku pemimpin kelompok mempertegas kembali tujuan pelaksanaan konseling kelompok berbasis regulasi diri dan konselor selaku pemimpin kelompok mengemukakan topik pembahasan pada pertemuan ketiga ini. Topik yang menjadi bahasan dalam kelompok pada pertemuan ketiga ini adalah tentang pengelolaan *Emosi Dalam Belajar dan Memonitori Diri Sendiri Dalam Belajar*. Konselor selaku pemimpin kelompok menjelaskan tujuan dari materi ini kepada anggota kelompok yaitu membantu anggota kelompok mengetahui dan memahami bagaimana cara mengelola atau mengatur emosi agar menghasilkan respon yang produktif dalam belajar serta memonitori diri sendiri pada saat melakukan proses kemajuan dalam belajar.

Tahap kegiatan dalam konseling kelompok berbasis regulasi diri konselor selaku pemimpin kelompok menggali pendapat dan masalah dari masing-masing anggota kelompok. Sehingga semua anggota kelompok aktif mengemukakan segala yang mereka

rasakan dan alami dalam menjalani proses pembelajaran di sekolah sehingga menyadari kenapa bisa rendahnya kedisiplinan belajar yang dihadapi semua anggota kelompok. Setelah itu konselor selaku pemimpin kelompok menyimpulkan hasil kegiatan yang telah dilakukan. Setiap anggota kelompok kembali mengatakan komitmen yang akan mereka lakukan dalam diri masing-masing untuk masa yang akan datang serta kesan dan pesan setiap anggota kelompok pada pertemuan ketiga ini. Akhir kegiatan konselor selaku pemimpin kelompok mendorong anggota kelompok untuk bisa hadir kembali pada pertemuan yang keempat dalam layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri. Konselor selaku pemimpin kelompok menutup kegiatan pada pertemuan ketiga ini dengan mengucapkan hamdalah secara bersama-sama dan salam.

#### 4. Sesi Keempat

Hari : Senin  
Tanggal : 19 Juli 2021  
Pukul : 09.00 - 09.45 WIB  
Kegiatan di : Lokal Kelas SMP Negeri 1 X Koto Diatas

Pertemuan keempat ini tetap dimulai dengan tahap pembukaan dalam layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri yaitu konselor selaku pemimpin kelompok membuka pertemuan dengan ucapan salam serta ucapan terima kasih terhadap semua anggota kelompok sudi kiranya meluangkan kesempatannya andil dalam kegiatan layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri sesuai dengan kesepakatan yang telah dibuat pada pertemuan sebelumnya. Konselor selaku pemimpin kelompok menanyakan kabar, serta membangun komunikasi yang hangat dengan semua anggota kelompok sehingga tercipta suasana akrab dan nyaman.

Dalam tahap peralihan konselor selaku pemimpin kelompok mempertegas kembali tujuan pelaksanaan konseling

kelompok berbasis regulasi diri dan konselor selaku pemimpin kelompok mengemukakan topik pembahasan pada pertemuan keempat ini. Topik yang menjadi bahasan dalam kelompok pada pertemuan keempat ini adalah tentang *Standar dan Tujuan yang ditentukan sendiri dan Intruksi Diri*. Konselor selaku pemimpin kelompok menjelaskan tujuan dari topik pembahasan ini yaitu pembahasan *Standar dan Tujuan yang ditentukan sendiri* bertujuan membantu anggota kelompok memahami cara mengatur diri sendiri dalam belajar serta memiliki standar umum untuk perilaku sendiri dalam belajar dan membuat suatu tujuan dan sasaran berperilaku dalam belajar. Pembahasan *Intruksi Diri* bertujuan membantu anggota kelompok memahami dampak positif dan negatif pada diri mereka dan memahami bagaimana mengintruksikan diri dalam berperilaku yang baik agar mendapat citra diri yang baik dalam belajar.

Pada tahap kegiatan konselor selaku pemimpin kelompok menggali pendapat dan ide para anggota kelompok tentang pokok bahasan yang telah ditetapkan di awal kegiatan pada pertemuan keempat ini. Di pertengahan kegiatan supaya konseling kelompok berbasis regulasi diri tetap nyaman maka dilaksanakan dulu selingan dulu berbentuk permainan yang menyegarkan kembali pikiran anggota kelompok. Kemudian dilanjutkan kembali kegiatannya yaitu konselor selaku pemimpin kelompok meminta kesimpulan masing-masing anggota kelompok. Setelah itu konselor selaku pemimpin kelompok menyimpulkan dari semua pendapat anggota kelompok yang berkembang dalam kegiatan konseling kelompok berbasis regulasi diri. Kemudian setiap anggota kelompok kembali mengatakan komitmen yang akan mereka lakukan dalam diri masing-masing untuk masa yang akan datang serta kesan dan pesan setiap anggota kelompok pada pertemuan ketiga ini.

Akhir kegiatan konselor selaku pemimpin kelompok mendorong anggota kelompok untuk bisa hadir kembali pada pertemuan yang kelima dalam layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri. Konselor selaku pemimpin kelompok menutup kegiatan pada pertemuan keempat ini dengan mengucapkan hamdalah secara bersama-sama dan sambil menyanyikan lagu sayonara.

#### 5. Sesi Kelima

Hari : Rabu  
Tanggal : 21 Juli 2021  
Pukul : 09.00 - 09.45 WIB  
Kegiatan di : Lokal Kelas SMP Negeri 1 X Koto Diatas

Pertemuan kelima ini tetap dimulai dengan tahap pembukaan dalam layanan konseling kelompok berbasis regulasi diri yaitu konselor selaku pemimpin kelompok membuka pertemuan dengan ucapan salam serta mengucapkan terima kasih kepada anggota kelompok yang telah meluangkan waktu untuk mengikuti konseling kelompok sesuai dengan kesepakatan yang telah dibuat pada pertemuan sebelumnya. Konselor selaku pemimpin kelompok menanyakan kabar, serta membangun komunikasi yang hangat dengan semua anggota kelompok sehingga tercipta suasana akrab dan nyaman.

Pada tahap peralihan konselor selaku pemimpin kelompok kembali menguatkan dan menegaskan kegiatan serta tujuan dalam kegiatan konseling kelompok berbasis regulasi diri. Kemudian konselor selaku pemimpin kelompok mengemukakan kepada anggota kelompok bahwa topik pembahasan pada pertemuan kelima adalah *Evaluasi Diri Eksplorasi Perencanaan dan Komitmen*. Konselor selaku pemimpin kelompok menjelaskan tujuan dari pembahasan ini adalah setiap anggota kelompok

mampu membangun potensi diri dan merancang konsep dirinya dalam memaksimalkan pengaruh positif dalam masalah belajar serta mampu menyusun rencana perubahan perilaku yang lebih efektif serta mempunyai komitmen yang dapat diaplikasikan dalam belajar.

Pada tahap kegiatan konselor selaku pemimpin kelompok bekerja semaksimal mungkin menghidupkan suasana kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok sehingga setiap anggota kelompok aktif dalam beragumen dan mengeluarkan ide-ide yang cemerlang. Sehingga menemukan suatu pikiran dan ide baru yang mampu diterapkan dalam kegiatan belajar.

Sebelum mengakhiri kegiatan konseling kelompok berbasis regulasi diri, setiap anggota kelompok menyimpulkan hasil kegiatan yang dilakukan dan secara garis besar juga di simpulkan oleh konselor selaku pemimpin kelompok. Konselor selaku pemimpin kelompok meminta komitmen masing-masing anggota kelompok tentang pengalaman baru yang didapatkan dalam kegiatan konseling kelompok ini. Pemimpin kelompok juga meminta langkah yang akan dilakukan anggota kelompok untuk menjadi lebih baik pada masa mendatang dalam mengikuti pembelajaran di sekolah.

Untuk mengakhiri kegiatan konselor selaku pemimpin kelompok mendorong anggota kelompok untuk bisa hadir kembali pada pertemuan yang keenam. Konselor selaku pemimpin kelompok menutup kegiatan pada pertemuan kelima ini dengan mengucapkan hamdalah secara bersama-sama dan sambil bersalaman.

## 6. Sesi Keenam

Hari : Sabtu

Tanggal : 24 Juli 2021

Waktu : 09.00 - 09.45 WIB

Kegiatan di : Lokal Kelas SMP Negeri 1 X Koto Diatas

Pada pertemuan keenam merupakan pertemuan terakhir sesuai perencanaan treatment yang telah peneliti rancang. Pada pertemuan keenam ini siswa yang telah mengikuti kegiatan konseling kelompok berbasis regulasi diri kembali diberikan instrumen skala kedisiplinan belajar yang mana ini disebut dengan kegiatan post-test. Siswa disuruh mengisi sesuai dengan petunjuk dan ketentuan yang telah ditetapkan.

### 3. Deskripsi Post-Test

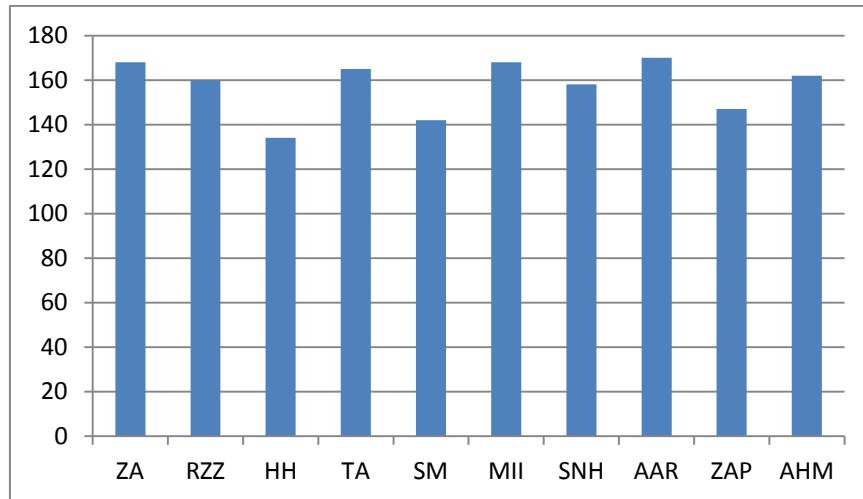
Setelah siswa mendapatkan perlakuan konseling kelompok teknik regulasi diri, selanjutnya dilakukan posttest terhadap siswa. Adapun data hasil posttest sebagaimana pada tabel berikut ini.

**Tabel IV.3**

**Hasil Post-Test Kedisiplinan Belajar Siswa**

No	Peserta Didik	Skor	Kategori
1	ZA	168	Tinggi
2	RZZ	160	Tinggi
3	HH	134	Sedang
4	TA	165	Tinggi
5	SM	142	Tinggi
6	MII	168	Tinggi
7	SNH	158	Tinggi
8	AAR	170	Sangat Tinggi
9	ZAP	147	Tinggi
10	AHM	162	Tinggi
<b>Jumlah</b>		<b>1574</b>	<b>Tinggi</b>
<b>Rata-rata</b>		<b>157,4</b>	

**Tabel IV.4**  
**Hasil Post-Test**



Berdasarkan data pada Tabel IV.2 dan Tabel IV.3 dapat diketahui bahwa setelah diberikan konseling kelompok berbasis regulasi diri dari 10 orang responden mendapat poin tertinggi yaitu 170 dengan kategori sangat tinggi dan poin terendah yaitu 134 dengan kategori sedang. Dilihat dari rata-rata poinnya yaitu 157,4 dengan kategori tinggi.

**B. Perbandingan Data Pre-Test dan Post-Test**

Selanjutnya dapat dijelaskan perbandingan data pretest dan posttest kelompok eksperimen, sebagaimana pada Tabel IV.5 berikut ini.

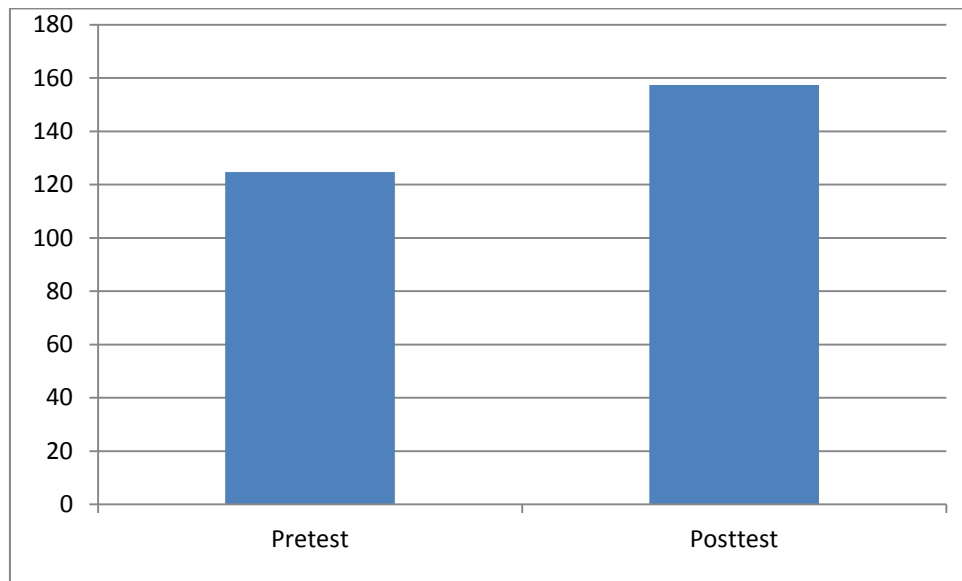
**Tabel IV.5**  
**Perbandingan Data Pre-Test dan Post-Test**  
**Kedisiplinan Belajar Siswa**

No	Responden	Data Pretes		Data posttest		Selisih
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	ZA	101	Rendah	168	Tinggi	67
2	RZZ	121	Sedang	160	Tinggi	39
3	HH	122	Sedang	134	Sedang	12
4	TA	122	Sedang	165	Tinggi	43

5	SM	124	Sedang	142	Tinggi	18
6	MII	128	Sedang	168	Tinggi	40
7	SNH	131	Sedang	158	Tinggi	27
8	AAR	132	Sedang	170	Sangat Tinggi	38
9	ZAP	133	Sedang	147	Tinggi	14
10	AHM	133	Sedang	162	Tinggi	29
<b>Jumlah</b>		<b>1247</b>		<b>1574</b>		<b>327</b>
<b>Rata-rata</b>		<b>124,7</b>	<b>Sedang</b>	<b>157,4</b>	<b>Tinggi</b>	<b>32,7</b>

Berdasarkan Tabel IV.5 di atas tentang perbandingan data pretest dan posttest tentang kedisiplinan belajar siswa dapat dijelaskan terdapat total nilai skor pretest 1247 poin dengan rata-rata 124,7 poin berada dalam kategori sedang dan nilai pada posttest sebanyak 1574 poin dengan rata-rata 157,4 poin berada pada kategori tinggi. Artinya telah terjadi peningkatan total skor kedisiplinan belajar siswa sebanyak 327 poin setelah mendapatkan treatment. Adapun gambaran perbedaan nilai rata-rata skor pretest dan posttest, sebagaimana terdapat berikut ini.

**Tabel IV.6**  
**Perbandingan Rata-Rata Data Pre-Test dan Post-Test**  
**Kedisiplinan Belajar Siswa**



Dari gambar Tabel IV.6 diatas dapat dilihat bahwa perbandingan nilai rata-rata nilai pretest sebanyak 124,7 poin dengan tingkat kedisiplinan belajar siswa berada pada kaetgori sedang dan nilai rata-rata posttest sebanyak 163 poin berada kategori tinggi. Artinya telah terjadi kenaikan rata-rata skor kedisplinan belajar siswa sebanyak 32,7 poin dan juga terjadi perubahan kedisiplinan belajar siswa dari sedang menjadi tinggi.

### C. Analisi Data

#### 1. Uji Prasyarat

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, dilakukan uji prasyarat dan uji asumsi untuk melihat apakah data yang akan dianalisis memenuhi persyaratan. Dalam penelitian ini, syarat untuk melakukan analisis uji lainnya adalah uji normalitas dan uji homogenitas. Uji normalitas dilakukan untuk menguji apakah sebaran data disiplin belajar siswa berasal dari sampel yang mengikuti sebaran normal.

Uji normalitas sebaran data dilakukan dengan menggunakan uji parametrik yaitu uji OneSampleKormogorov-Smirnov. Aturan yang digunakan untuk menentukan apakah sebaran data normal adalah sebaran data normal untuk signifikansi  $> 0,05$ , dan sebaliknya untuk

nilai signifikansi  $< 0,05$ , distribusi data dianggap tidak normal. Hasil uji normalitas ditunjukkan pada tabel berikut.

**Tabel IV.7**

**Hasil Uji Normalitas *One-Sample Kormogorov-Smirnov Test***

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		10
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	,0000000
	Std. Deviation	12,21875721
Most Extreme Differences	Absolute	,250
	Positive	,131
	Negative	,250
Test Statistic		-,250
Asymp. Sig. (2-tailed)		,250
		,076 <sup>c</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan Tabel IV.7 di atas menunjukkan bahwa hasil uji *Kormogorov-Smirnov Test* pada data pre-test dan post-test maka diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,076. Hal ini dapat dimaknai bahwa sebaran datanya normal dan data telah memenuhi asumsi yang menjadi syarat penggunaan metode statistik yang direncanakan.

Pengujian selanjutnya adalah uji homogenitas. Pengujian homogenitas bertujuan untuk memastikan bahwa varians data pre-test dan post-test adalah sama. Ini berarti bahwa homogenitas dan kumpulan data yang kita pelajari memiliki karakteristik yang sama. Homogenitas ini ditentukan berdasarkan *uji homogenisasi Levene*. Aturannya adalah jika uji homogenitas varians Levene menghasilkan nilai taraf signifikansi  $> 0,05$  maka variasi skor disiplin belajar siswa pada masing-masing kondisi dinyatakan homogen. Berdasarkan

perhitungan dengan menggunakan software SPSS22 for Windows, hasilnya ditunjukkan pada Tabel IV.8 di bawah ini.

**Tabel IV.8**

**Hasil Uji Homogenitas Sebaran Pre-Test dan Post-Test**

**Test of Homogeneity of Variances**

Kedisiplinan Belajar Siswa

<b>Levene Statistic</b>	<b>df1</b>	<b>df2</b>	<b>Sig.</b>
1,142	1	18	,299

Berdasarkan Tabel IV.8 diatas, hasil uji homogenitas varians data pra dan pasca test diperoleh nilai signifikansi 0,299. Nilai signifikansinya  $> 0,05$  dapat diartikan bahwa hasil pra dan pasca test serta tingkat kedisiplinan belajar siswa adalah homogen jadi memenuhi asumsi persyaratan untuk menggunakan metode statistik yang direncanakan.

**2. Pengujian Hipotesis Penelitian**

Uji hipotesis dilakukan pada nilai pre-test dan post-test pada tingkat kedisiplinan belajar siswa. Uji hipotesis dijalankan dengan uji-t yang sesuai dengan menggunakan program perangkat lunak *SPSS 22 for Windows*. Asumsi dasar pengambilan keputusan adalah menggunakan tingkat kepercayaan  $5\% = 0,05$  karena 5% toleransi dari 100% terhadap kesalahan dalam kriteria ilmu sosial. Hasil uji-t yang sesuai ditunjukkan pada tabel berikut.

**Tabel IV. 9**

**Hasil Uji Paired T Test**

**Paired Samples Statistics**

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRE TEST	124,7000	10	9,61538	3,04065
	POST TEST	157,4000	10	12,30357	3,89073

**Paired Samples Test**

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 POST-TEST - PRE-TEST	32,70000	16,47928	5,21121	20,91143	44,48857	6,275	9	,000

Pada Tebl IV.9 di atas terlihat bahwa rata-rata skor ideal tingkat kedisiplinan belajar siswa adalah 124,7 dan rata-rata skor posttest sebanyak 157,4. Artinya terjadi perbedaan skor tingkat kesiplinan siswa antara pre-test dan post-test sebesar 32,7. Hasil *paired t test* menunjukkan bahwa  $t_o (6,275) > t_t (1,833)$  pada *alpha* 0,05 dan df 9. Dengan demikian  $H_o$  ditolak. Ini berarti konseling kelompok berbasis regulasi diri berpengaruh untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.

**1. Uji n-Gain**

Konseling kelompok berbasis regulasi diri dapat dilakukan dengan menggunakan teknik ngain untuk melihat seberapa efektif dalam meningkatkan pelatihan belajar siswa.

**Tabel IV. 10**  
**Pembagian Skor N-Gain**

No	Responden	Pre-Test	Post-Test	Selisih	n-Gain
1	ZA	101	168	67	68 %
2	RZZ	121	160	39	49 %
3	HH	122	134	12	15 %
4	TA	122	165	43	55 %
5	SM	124	142	18	24 %
6	MII	128	168	40	56 %
7	SNH	131	158	27	39 %
8	AAR	132	170	38	56 %
9	ZAP	133	147	14	21 %
10	AHM	133	162	29	43 %
<b>TOTAL</b>		<b>1247</b>	<b>1574</b>	<b>327</b>	<b>43 %</b>

Rumus yang digunakan yaitu:

$$g = \frac{\text{Skor Posttest} - \text{Skor Prettest}}{\text{Skor Maximum} - \text{Skor Prettest}}$$

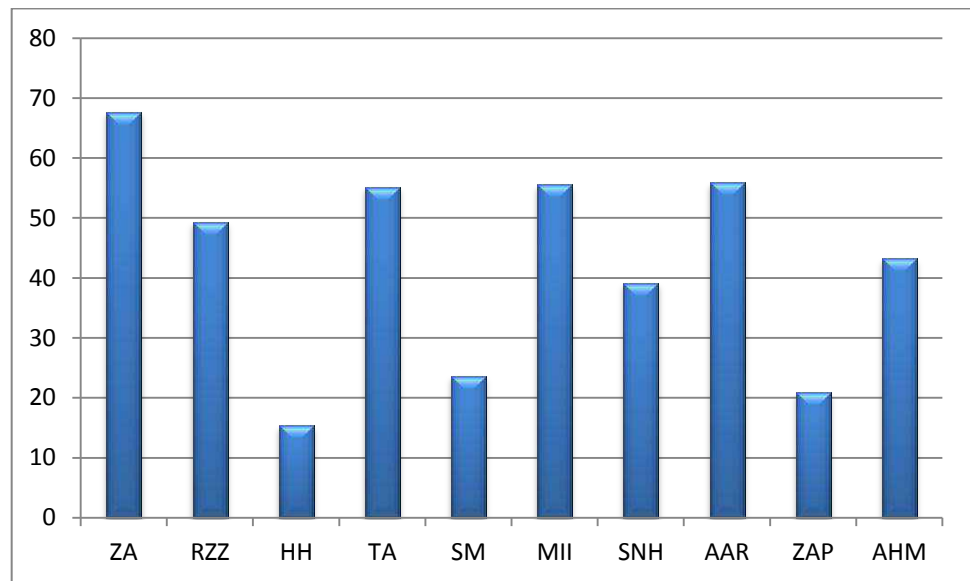
$$g = \frac{1574 - 1247}{2000 - 1247}$$

$$g = \frac{327}{753}$$

$$g = 0,43$$

$$g = 43 \%$$

**Tabel IV. 11**  
**Skor N-Gain**



Berdasarkan uraian diatas tentang uji pengaruh (n-gain) konseling kelompok berbasis regulasi diri untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa diperoleh nilai n-gain sebesar 0,43 atau 43%. Berdasarkan di atas terlihat peningkatan skornya tidak merata, responden HH selisih skor antara pre-test dan post-testnya adalah 12 atau 15 % berada pada kategori rendah. Pada responden ZA selisih skor antara pre-test dan post-test adalah 67 atau 68 % berada pada kategori tinggi. Namun secara keseluruhannya terjadi peningkatan 327 atau 43 % berada pada kategori sedang.

Hal ini dapat dimaknai bahwa konseling kelompok berbasis regulasi diri berpengaruh pada tingkatan sedang terhadap peningkatan kedisiplinan belajar siswa. Hasil ini membuktikan secara statistik bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Artinya konseling kelompok berbasis regulasi diri efektif untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.

#### D. Pembahasan

Konseling kelompok berbasis regulasi diri bertujuan untuk mengurangi masalah yang dialami oleh anggota kelompok dengan menginstruksikan mereka untuk mengatur pencapaiannya, menentukan tujuan, dan mengevaluasi proses pencapaian tujuan dimana Guru BK/Konselor memberikan dukungan. Kegiatan konselingnya menggunakan pendekatan regulasi diri. Berdasarkan data yang peneliti dapatkan dilapangan dan dilakukan pengolahan data secara statistik bahwa konseling kelompok berbasis regulasi diri dapat meningkatkan kedisiplinan belajar siswa. Perubahan tingkah itu bisa dilakukan dengan pendekatan regulasi diri. Ini membuktikan pendapat Santrock (dalam Adam dan Nursalim, 2014:694) regulasi diri mampu untuk memunculkan dan menumbuhkan monitor diri baik secara pikiran, perasaan dan perilaku untuk mencapai tujuan yang terprogram. Disamping itu juga juga membuktikan pendapat zimmerman dalam (Ghufron dan Rini Risnawati, 2014) bahwa regulasi (*self regulation*) memiliki tiga aspek di dalamnya, khususnya metakognisi, motivasi, dan perilaku. Siswa yang dianggap termasuk kategori (*self regulation*) adalah siswa yang dinamis dalam pembelajaran, baik secara metakognitif, motivasi, dan perilaku. Mereka menghasilkan pemikiran, perasaan, dan aktivitas untuk mencapai tujuan pembelajaran mereka. Secara metakognitif, mereka dapat memiliki prosedur tertentu yang dapat digunakan dalam menangani data. Untuk sementara, motivasi membahas semangat pembelajaran. Tingkah laku yang ditunjukkannya sebagai aktivitas asli dalam belajar.

Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Dinda Dwarawati yang meneliti tentang pengaruh konseling kelompok regulasi diri terhadap peningkatan regulasi diri pada penderita pembelian kompulsif terdapat pengaruh pemberian konseling kelompok regulasi diri terhadap peningkat regulasi penderita pembelian kompulsif tersebut. Artinya penelitian yang dilakukan oleh Dinda Dwarawati mendukung

dan memperkuat hasil penelitian yang peneliti lakukan. Karena sejalan dengan teori yang kemukakan oleh para ahli.

Dalam penelitian lain Samita, Rosra dan Mayasari juga melakukan penelitian yang berjudul peningkatan regulasi diri dalam belajar menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik pekerjaan rumah juga mendapatkan kesimpulan juga bahwa regulasi bisa ditingkatkan dengan menggunakan layanan konseling kelompok. Artinya regulasi diri itu bisa ditingkatkan apabila diberikan perlakuan yang terstruktur dan juga regulasi diri mempunyai peran dalam penentuan tingkah laku atau tindakan yang akan dilakukan untuk masa mendatang.

Senada dengan itu Dewi Satria Ahmar juga melakukan penelitian yang melihat hubungan antara regulasi diri dengan kemampuan berpikir kreatif. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi diri menunjang kemampuan berpikir kreatif siswa sehingga siswa semakin kreatif dan mampu menentukan sikap untuk masa yang datang pada dirinya sendiri.

Dalam penelitian lain Rendi Adam dan Mochamad Nursalim juga melakukan penelitian yang mengungkap tentang konseling kelompok regulasi diri regulasi diri untuk meningkatkan kemampuan pengelolaan waktu. Hasil yang ditemukan bahwa penggunaan regulasi diri dapat meningkatkan kemampuan pengelolaan waktu. Menjadi salah satu teknik untuk meningkatkan kemampuan pengelolaan waktu.

Dari beberapa bentuk penelitian yang dilakukan para peneliti terdahulu dan melihat teori yang dimunculkan oleh para pakar bahwa penelitian yang peneliti lakukan sejalan dengan itu sehingga terlihat bahwa regulasi diri mempunyai peran penting dalam kehidupan seseorang. Regulasi diri mampu mewarnai kehidupan untuk menata kedepan.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Beranjak dari hasil analisis data penelitian ini, yaitu : Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Berbasis Regulasi Diri dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa di SMP Negeri 1 X Koto Diatas, dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok berbasis regulasi diri efektif terhadap meningkatkan kedisiplinan belajar siswa di SMP Negeri 1 X Koto Diatas dengan data bahwa rata-rata skor pretest tingkat kedisiplinan belajar siswa adalah 124,7 poin dan rata-rata skor posttest sebanyak 157,4 poin. Artinya terjadi perbedaan skor tingkat kedisiplinan belajar siswa antara pretest dan posttest yaitu 32,7 poin. Hasil paired t test menunjukkan bahwa  $t_o (6,275) > t_t (1,833)$  pada  $alpha$  0,05 dan df 9. Dengan demikian  $H_o$  ditolak. Artinya konseling kelompok berbasis regulasi diri berpengaruh untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.

#### **B. Implikasi**

1. Kepada konselor sekolah / guru BK untuk dapat menggunakan konseling kelompok berbasis regulasi diri dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.
2. Kepada praktisi untuk dapat memanfaatkan dan mengembangkan konseling kelompok berbasis regulasi diri dalam upaya meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.

#### **C. Saran**

Peneliti memberikan beberapa saran kepada :

1. Kepala SMP Negeri 1 untuk lebih mengintegrasikan kegiatan konseling di sekolah dengan adanya konseling kelompok berbasis regulasi diri.
2. Konselor sekolah/ Guru BK agar bisa lebih intensif memberikan layanan konseling kelompok terhadap kedisiplinan belajar siswa.

## DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Abd. Rahman, Fuad. (2011). *“Pengembangan Profesionalitas Guru”* dalam Modul A Pengembangan Profesionalisme Guru. UNSRI Palembang
- Achmadi, U.F. (2012). *Dasar-Dasar Penyakit Berbasis Lingkungan*. Depok: PT. Rajagrafindo Persada
- Adam, Rendi dan Mochamad, Nursalim. (2014). *Penerapan Kelompok Latihan Regulasi Diri untuk Meningkatkan Kemampuan Pengelolaan Waktu Pengurus OSIS dan Pengurus Ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Tuban Tahun 2014*. Jurnal BK UNESA. 4(3):623-700
- Ahmad, Rohani. (2010). *Pengelolaan Pembelajaran*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Ahmar, Dewi Satria. (2016). *Hubungan antara Regulasi Diri dengan Kemampuan Berpikir Kreatif Dalam Kimia Peserta Didik Kelas XI IPA Se-Kabupaten Takalar*. Jurnal Sainsmat. 5(1):7-23
- Anneahira. (2012). *Jurnal Penelitian Ilmiah*. [Online]. Tersedia :<http://www.anneahira.com/jurnal-penelitian.htm>
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asy, Mas’udi. (2000). *Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan*. Yogyakarta: PT Tiga Serangkai.
- Azwar, Saifuddin. (2011). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar
- Brown, Kirk Warren & Richard M.Ryan. (2004). *Fostering Healthy Self Regulation from Within and Without: A Self-Determination Theory Perspective*. Editor: P.Alex Linley dan Stephen Joseph dalam *Positive Psychology in Practice*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Chairani, Lisyana dan Subandi. (2010). *Psikologi Penghafal Al-Qur’an (Peranan Regulasi Diri)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Dimiyati & Mudjiono. (2015). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dwarawati, Dinda. (2015). *Pengaruh Konseling Kelompok Regulasi Diri Terhadap Peningkatan Regulasi Diri pada Penderita Pemberian Kompulsif*. Jurnal Intervensi Psikologi. 7(2):191-214
- Friedman, Howard S dan Schustack, Miriam W. (2008). *Kepribadian Teori Klasik dan Riset Modern Edisi Ketiga*. Surabaya: Erlangga
- Ghufron, M. dan Risnawati, N.R. (2014). *Teori - Teori Psikologi*. Yogyakarta: ArRuzz Media.
- Glynn, S., dkk (2005). *Motivation to Learn in General Education Programs*. The Journals of General of Education. 54 (2), 150- 170.
- Gunarsa, Yulia S.D. & Singgih D.G. (2012). *Psikologi Untuk Keluarga*. Jakarta ; Penerbit Libri.
- Hasnida, Lubis, NL. (2016) *Buku Konseling Kelompok*. Medan:USU
- Hidayat, Akhmad, Faisal. (2013). *Hubungan Regulasi Diri Dengan Prestasi Belajar Kalkulus II*. Jurnal Elektronik Pendidikan Matematika Tadulako, Volume 01 Nomor 01. Palu: Universitas Taduloko

- Husna, Aftina., dkk. (2004). *Regulasi Diri Mahasiswa Berprestasi*. *Jurnal Psikologi Undip vol.13 No. 1*. Semarang
- Kedikbud. (2016). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. [Online]. Tersedia di [kbbi.kemdikbud.go.id](http://kbbi.kemdikbud.go.id)
- Khairinal. Farida dan Fitmilina, Dina. (2020). *Pengaruh Motivasi Belajar, Disiplin Belajar, dan Lingkungan Teman Sebaya Terhadap Hasil Belajar Ekonomi Siswa Kelas XI IPS SMAN Titian Teras*. *Jurnal JMPIS.1(2):379-387*
- Kompri. (2017). *“Belajar; Faktor-faktor yang Mempengaruhi*. Yogyakarta (Media Akademi)
- Kurnanto, Edi. (2014). *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta
- Latipun. (2010). *Psikologi Konseling, Edisi Ketiga*. Malang: UPT Penerbitan Universitas Muhammadiyah Malang
- Latipun. (2015). *Psikologi Eksperimen*. Malang, Universitas Muhammadiyah Malang Press
- Lubis, Abdul Rahim. (2011), *Pencabutan Hak, Pembebasan Hak Dan Pengadaan Tanah*. Bandung: Mandar Maju.
- Masril. (2015). *Model Konseling Realitas Untuk Penguatan Regulasi-Diri Dalam Kesiapan Karir Siswa*. Universitas Pendidikan Indonesia: [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)
- Masril. (2016). *Integrasi dan Interkoneksi Konseling Realitas dan Islam dalam Peningkatan Regulasi Diri*. Batusangkar International Conference I
- Mu'min, Sitti Aisyah. (2016) *Regulasi Dalam Belajar Mahasiswa yang Bekerja*. *Jurnal Al-Ta'dib.5(1):1-20*
- Moenir, H.A.S. (2016). *Manajemen Pelayanan Umum di Indonesia*. Jakarta: PT. Bumi Aksara
- Myrick, R.D. (2003). *Developmental Guidance And Counseling:A Practical Approach*. Neapolis: Educational Media Corporation.
- Palmer, Stephen. (2011). *Konseling dan Psikoterapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Pervin, L. A., dkk. (2010). *Psikologi Kepribadian : Teori dan Penelitian*. Jakarta : Kencana. (edisi kesembilan)
- Pranoto, H.A., dkk (2018). *Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Regulation Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Mahasiswa*. *Indonesian Journal of Educational Counseling*. 2(1):81-112
- Prayitno. (2012). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta: Rineka Cipta
- P. Paul Heppner, dkk. (2008). *Research Design in Counseling*, USA: Thomson Brooks
- Rahayu, R., dkk (2017). *Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Prestasi Belajar Siswa*. *Jurnal ALIBKIN*. 5(5):51-64
- Rasimi, Hamdi, Muhammad. (2018). *Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta: Bumi Aksara
- Ridwan. (2005). *Skala Pengukuran Variable Penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- Rohiat. (2010). *Manajemen Sekolah*. Bandung: Refika Aditama.

- Sasmita, L., dkk (2018). *Peningkatan Regulasi Diri Dalam Belajar Menggunakan Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Pekerjaan Rumah*. Online Published. 1(1):1-15
- Santoso, Singgih. (2014). *SPSS 22 from Essential to Expert Skills*, Gramedia anggota IKAPI, Jakarta
- Seniati, L. Dkk (2015). *Psikologi Eksperimen*. Jakarta:Indeks
- Setiawan, Agung. (2017). *Pengaruh Disiplin Kerja Dan Motivasi Terhadap Kinerja Karyawan Pada Rumah Sakit Umum Daerah Kanjuruhan Malang Agung*. *Ilmu Manajemen* 1(4): 1247.
- Slameto. (2013). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sudijono, Anas. (2005). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung:Alfabeta
- Telaumbanua, Kaminudin. (2018). *Efektifitas Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas XI SMA Negeri Lahusa*. *Jurnal Education and development Institut Pendidikan Tapanuli Selatan*. 4(1):25-31
- Tulus, Tu'u. (2004). *Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Belajar*. Jakarta: Grasindo
- Wardati dan Jauhar, Mohammad. (2011). *Implementasi Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Prestasi Pustaka Karya..
- Wibowo, Mungin E. 2019. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang:Unnes Press
- Widoyoko, Eko P. 2012. *Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Winkel, W. S. (2004). *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Yasdar, M. dan Mulyadi. (2018). *Penerapan Teknik Regulasi Diri (Self Regulation) Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling STKIP Muhammadiyah Enrekang*. *EDUMASPUL*. 2(2):50-60
- Yalom & Leszcz. (2005). *The Theory and Practice of Group Psychotherapy. (edisi kelima)*. New York: Basic Books.
- Yusuf, Syamsul dan Nurihsan, Juntika. (2008). *Landasan bimbingan dan konsling*, Bandung: PT. Bumi Aksara
- Yuliyantika, Siska. (2017). *Analisis Faktor-Faktor yang mempengaruhi disiplin belajar siswa kelas X, XI, dan XII di SMA Bhaktu Yasa Singaraja Tahu 2016/2017*. *Jurnal Pendidikan Ekonomi Undiksha*.9(1):35-44
- Zainal, Aqip. (2013). *Konseling Kesehatan Mental*. Bandung: Yrama widya

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI BATUSANGKAR  
PROGRAM PASCASARJANA

Jl. Sudirman No. 137 Kuburajo Batusangkar 27213  
Telp. (0752) 71150, 574221, 574222 Fax (0752) 71879  
<http://www.iainbatusangkar.ac.id> e-mail: [info@iainbatusangkar.ac.id](mailto:info@iainbatusangkar.ac.id)

B- 141 /In.27/D.1/PP.00 9/07/2021

5 Juli 2021

1 Rangkap

Mohon Rekomendasi Izin Penelitian

Yth. Kepala Kantor KESBANGPOL Kabupaten Solok

di

Tempat

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

Dengan hormat,

Dengan ini disampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa Mahasiswa yang namanya tersebut di bawah ini:

Nama/NIM : YORI FIRMANSYAH/ 1702051023  
Tempat/tanggal Lahir : Tanjung, 05 Maret 1983  
Kartu Identitas : No. KTP. 1302110503830001  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Alamat : Jorong Balai Bungo, Nagari Tanjung, Kec. Sungayang, Kab. Tanah Datar

Akan melakukan pengumpulan data untuk proses penulisan Tesis Magisternya sebagai berikut:

Judul : Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Berbasis Regulasi Diri dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa di SMP Negeri 1 X Koto Diatas  
Lokasi : SMP Negeri 1 X Koto Diatas  
Waktu : Juli 2021

Untuk itu diharapkan kiranya Bapak/Ibu berkenan memberi izin dalam rangka pelaksanaan penelitian mahasiswa bersangkutan.

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

A.n Direktur  
Wakil Direktur



Dr. H. M. Yusuf Salam, S.Ag., MA.

**PEMERINTAH KABUPATEN SOLOK**  
**DINAS PENANAMAN MODAL PELAYANAN TERPADU SATU PINTU DAN TENAGA KERJA**

Komplek Perkantoran Pemerintah Kabupaten Solok  
Jalan Raya Solok-Padang Km. 20 Arosuka Kode Pos 27364 Provinsi Sumatera Barat  
Telepon/Fax (0765) 31447 Email : dpmptspnaker@solokkab.go.id

Arosuka, 08 Juli 2021

070268/1P/CPMPTSPNAKER/VII-2021

Kepada,

Izin Penelitian

Yth. Sdr. Kepala SMP N 1 X Koto Datas

di

Sult Air

Berdasarkan Surat dari Wakil Direktur Pasca Sarjana IAIN Batubangkar Nomor S-141/In.27/D.1.PP.06.9/07/2021 Tanggal 05 Juli 2021 bersama ini kami berikan Izin Penelitian atas nama :

Nama	: Yori Firmansyah
Tempat / Tgl. Lahir	: Tanjung / 05 Maret 1993
Alamat	: Balai Bunge Nagari Tanjung Kecamatan Sungayang Kab. Tanah Datar
Nomor Identitas/HP	: 1302110203630001 / 082169964825
Judul Penelitian	: "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Berbasis Regulasi Diri dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa di SMP Negeri 1 X Koto Datas"
Lokasi Penelitian	: SMP N 1 X Koto Datas
Waktu Penelitian	: 08 Juli 2021 s.d 08 Oktober 2021

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Penelitian tidak boleh menyimpang dari maksud sebagaimana tersebut di atas
2. Memberitahukan kedatangan serta maksud Penelitian dilaksanakan dengan menunjukkan surat kerangan yang berhubungan dengan itu, kepada Pimpinan Instansi setempat (jika dituju) dan **melaporkan diri** sebelum meninggalkan daerah Penelitian kepada Pimpinan Instansi dan Bupati Solok.
3. Memenuhi semua peraturan yang berlaku termasuk norma, adat dan budaya setempat
4. Menghantar hasil Penelitian sebanyak 1 (satu) eksemplar kepada Bupati Solok Cq. Dinas Penanaman Modal, PTSP dan Tenaga Kerja.
5. Bila terjadi suatu penyimpangan / pelanggaran terhadap ketentuan tersebut di atas, maka Izin Penelitian ini akan dicabut kembali.

Semikianlah Izin Penelitian diberikan untuk dapat dipergunakan sepenuhnya.



1. Bupat Bupati Solok di Arosuka (sebagai laporan)  
2. Sdr. Kepala Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olah Raga (DISKIPORA) di Arosuka  
3. Sdr. Kepala Kantor Keabang Poi Kab. Solok di Arosuka  
4. Sdr. Wakil Direktur Pasca Sarjana IAIN Batubangkar di Terrel



## SKALA PENELITIAN KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA

### A. Data Responden

Nama : .....

Kelas : .....

Jenis Kelamin : .....

Tanggal Pengisian: .....

### B. Pendahuluan

Berikut ini terdapat item pernyataan yang menggambarkan tentang Kedisiplinan Belajar. Saudara diharapkan membacanya dengan teliti dan memberikan jawaban sesuai dengan kondisi diri saudara pada salah satu kolom alternatif jawaban. Jawaban saudara tidak akan dinilai benar atau salah dan tidak berpengaruh terhadap nilai saudara, melainkan hanya semata-mata untuk kepentingan penelitian dalam rangka penulisan Tesis. Semua jawaban yang saudara berikan akan dirahasiakan.

### C. Petunjuk Pengisian

1. Isilah terlebih dahulu data dan identitas ananda pada tempat yang telah tersedia dalam lembar jawaban.
2. Jawaban terdiri dari lima alternatif, yakni SL (Selalu), SR (Sering), KD (Kadang-kadang), JR (Jarang), TP (Tidak pernah).
3. Setiap pernyataan diisi dengan satu alternatif jawaban  
Pilihlah jawaban tersusun dalam bentuk:  
SL = Selalu, bila terjadi antara 100%  
SR = Sering, bila terjadi antara 67% sampai 99%  
KD = Kadang-kadang, bila terjadi antara 34% sampai 66%  
JR = Jarang, bila terjadi antara 1% sampai 33%  
TP = Tidak pernah, bila tidak ada terjadi terjadi (0%)
4. Jawablah seluruh pernyataan dengan cara memilih satu alternatif jawaban yang tersedia dengan jujur sesuai dengan keadaan diri ananda yang sesungguhnya, dengan memberi tanda silang (X) pada lembar jawaban.
5. Jika ada yang diragukan, silahkan menanyakan kepada pembimbing.

6. Data dan hasil isian ini tidak ada pengaruhnya sama sekali terhadap penilaian dan semata-mata hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah serta akan dijamin kerahasiannya.
7. Mohon periksalah kembali item pernyataan, jika ada yang belum disilangi sebelum skala ini anda serahkan.

Contoh Pengisian

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SL	SR	KD	JR	TP
1.	Membuat Jadwal Belajar	<del>SL</del>	SR	KD	JR	TP

Keterangan:

Dari contoh diatas, dapat dilihat bahwa siswa selalu membuat dan melaksanakan kegiatan belajar.

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SL	SR	KD	JR	TP
1.	Memperhatikan penjelasan guru	SL	SR	KD	JR	TP
2.	Mengerjakan tugas sesuai petunjuk guru	SL	SR	KD	JR	TP
3.	Pergi ke perpustakaan membaca buku saat waktu luang	SL	SR	KD	JR	TP
4.	Membawa peralatan belajar	SL	SR	KD	JR	TP
5.	Mencatat materi pelajaran yang dijelaskan oleh guru	SL	SR	KD	JR	TP
6.	Setelah mata pelajaran pertama selesai, saya suka bermain dari pada mempersiapkan pelajaran berikutnya	SL	SR	KD	JR	TP
7.	Belajar sesuai jadwal yang telah dibuat	SL	SR	KD	JR	TP
8.	Belajar serius jika ada ulangan	SL	SR	KD	JR	TP
9.	Bermain HP saat pelajaran sedang berlangsung	SL	SR	KD	JR	TP
10.	Datang tepat waktu	SL	SR	KD	JR	TP
11.	Tetap giat belajar walaupun nilai saya sudah memuaskan	SL	SR	KD	JR	TP
12.	Mengerjakan soal-soal sambil menunggu guru datang	SL	SR	KD	JR	TP
13.	Saat jam kosong, saya tetap belajar meskipun tidak ada guru	SL	SR	KD	JR	TP
14.	Membolos saat pelajaran berlangsung	SL	SR	KD	JR	TP
15.	Mengerjakan tugas piket sesuai jadwal	SL	SR	KD	JR	TP

16.	Meminta izin saat keluar kelas	SL	SR	KD	JR	TP
17.	Menggunakan waktu luang untuk belajar dari pada bermain	SL	SR	KD	JR	TP
18.	Tetap belajar meskipun ada acara TV yang saya gemari	SL	SR	KD	JR	TP
19.	Mengulangi pelajaran di rumah secara berkelompok	SL	SR	KD	JR	TP
20.	Mengumpulkan tugas tepat waktu	SL	SR	KD	JR	TP
21.	Keluar kelas saat pelajaran berlangsung	SL	SR	KD	JR	TP
22.	Menunda mengerjakan PR sampai batas waktu sudah dekat	SL	SR	KD	JR	TP
23.	Menyimak pelajaran meskipun tidak menyukai pelajarannya	SL	SR	KD	JR	TP
24.	Mengacungkan tangan meminta kesempatan tampil ke depan mengerjakan soal	SL	SR	KD	JR	TP
25.	Bertanya tentang materi yang belum saya pahami	SL	SR	KD	JR	TP
26.	Suka mencoret-coret meja belajar	SL	SR	KD	JR	TP
27.	Bertanya kepada teman sekelompok tentang pelajaran yang kurang dipahami	SL	SR	KD	JR	TP
28.	Mengandalkan teman untuk mengerjakan tugas kelompok	SL	SR	KD	JR	TP
29.	Terlambat masuk sekolah	SL	SR	KD	JR	TP
30.	Senang menyalin PR milik teman	SL	SR	KD	JR	TP
31.	Berbicara dengan teman sebangku saat guru menjelaskan pelajaran	SL	SR	KD	JR	TP
32.	Tidur waktu istirahat karena malamnya begadang main game	SL	SR	KD	JR	TP
33.	Masuk sekolah karena ada pelajaran yang disukai	SL	SR	KD	JR	TP
34.	Berkonsentrasi mendengarkan materi pelajaran yang disampaikan guru	SL	SR	KD	JR	TP
35.	Tidak mengerjakan Pekerjaan Rumah (PR)	SL	SR	KD	JR	TP
36.	Saya menggunakan waktu belajar kelompok untuk mengobrol sehingga tugas tidak selesai	SL	SR	KD	JR	TP
37.	Tidak masuk sekolah karena ada pelajaran yang tidak	SL	SR	KD	JR	TP

	disukai					
38	Mengulang kembali pelajaran yang telah dipelajari	<b>SL</b>	<b>SR</b>	<b>KD</b>	<b>JR</b>	<b>TP</b>
39	Cuek ketika guru menegur saya ketika melanggar tata tertib sekolah	<b>SL</b>	<b>SR</b>	<b>KD</b>	<b>JR</b>	<b>TP</b>
40	Berpatisipasi aktif mengikuti kegiatan kelompok dalam kelas	<b>SL</b>	<b>SR</b>	<b>KD</b>	<b>JR</b>	<b>TP</b>



## SKALA PENELITIAN KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA

### D. Data Responden

Nama : .....

Kelas : .....

Jenis Kelamin : .....

Tanggal Pengisian: .....

### E. Pendahuluan

Berikut ini terdapat item pernyataan yang menggambarkan tentang pengalaman dalam Kedisiplinan Belajar. Saudara diharapkan membacanya dengan teliti dan memberikan jawaban sesuai dengan kondisi diri saudara pada salah satu kolom alternatif jawaban. Jawaban saudara tidak akan dinilai benar atau salah dan tidak berpengaruh terhadap nilai saudara, melainkan hanya semata-mata untuk kepentingan penelitian dalam rangka penulisan Tesis. Semua jawaban yang saudara berikan akan dirahasiakan.

### F. Petunjuk Pengisian

8. Isilah terlebih dahulu data dan identitas ananda pada tempat yang telah tersedia dalam lembaran jawaban.
9. Jawaban terdiri dari lima alternatif, yakni SL (Selalu), SR (Sering), KD (Kadang-kadang), JR (Jarang), TP (Tidak pernah).
10. Setiap pernyataan diisi dengan satu alternatif jawaban  
Pilihlah jawaban tersusun dalam bentuk:  
SL = Selalu, bila terjadi antara 100%  
SR = Sering, bila terjadi antara 67% sampai 99%  
KD = Kadang-kadang, bila terjadi antara 34% sampai 66%  
JR = Jarang, bila terjadi antara 1% sampai 33%  
TP = Tidak pernah, bila tidak ada terjadi terjadi (0%)
11. Jawablah seluruh pernyataan dengan cara memilih satu alternatif jawaban yang tersedia dengan jujur sesuai dengan keadaan diri ananda yang sesungguhnya, dengan memberi tanda silang (X) pada lembar jawaban.
12. Jika ada yang diragukan, silahkan menanyakan kepada pembimbing.

13. Data dan hasil isian ini tidak ada pengaruhnya sama sekali terhadap penilaian dan semata-mata hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah serta akan dijamin kerahasiannya.
14. Mohon priksalah kembali item pernyataan, jika ada yang belum disilangi sebelum skala ini anda serahkan.

Contoh Pengisian

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SL	SR	KD	JR	TP
1.	Membuat Jadwal Belajar	<del>SL</del>	SR	KD	JR	TP

**Keterangan:**

Dari contoh diatas, dapat dilihat bahwa siswa selalu membuat jadwal belajar

Berikut ini adalah pernyataan-pernyataan tentang kedisiplinan belajar

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SL	SR	KD	JR	TP
1.	Memperhatikan penjelasan guru	SL	SR	KD	JR	TP
2.	Mengerjakan tugas sesuai petunjuk guru	SL	SR	KD	JR	TP
3.	Pergi ke perpustakaan membaca buku saat waktu luang	SL	SR	KD	JR	TP
4.	Membawa peralatan belajar	SL	SR	KD	JR	TP
5.	Mencatat materi pelajaran yang dijelaskan oleh guru	SL	SR	KD	JR	TP
6.	Setelah mata pelajaran pertama selesai, saya suka bermain dari pada mempersiapkan pelajaran berikutnya	SL	SR	KD	JR	TP
7.	Belajar sesuai jadwal yang telah dibuat	SL	SR	KD	JR	TP
8.	Belajar serius jika ada ulangan	SL	SR	KD	JR	TP
9.	Bermain HP saat pelajaran berlangsung	SL	SR	KD	JR	TP
10.	Datang tepat waktu	SL	SR	KD	JR	TP
11.	Tetap giat belajar walaupun nilai saya sudah memuaskan	SL	SR	KD	JR	TP
12.	Mengerjakan soal-soal sambil menunggu guru datang	SL	SR	KD	JR	TP
13.	Saat jam kosong, saya tetap belajar meskipun tidak ada guru	SL	SR	KD	JR	TP
14.	Membolos saat pelajaran berlangsung	SL	SR	KD	JR	TP
15.	Mengerjakan tugas piket sesuai jadwal	SL	SR	KD	JR	TP
16.	Meminta izin saat keluar kelas	SL	SR	KD	JR	TP
17.	Menggunakan waktu luang untuk belajar dari pada bermain	SL	SR	KD	JR	TP
18.	Tetap belajar meskipun ada acara TV yang saya gemari	SL	SR	KD	JR	TP

19.	Mengulangi pelajaran di rumah secara berkelompok	SL	SR	KD	JR	TP
20.	Mengumpulkan tugas tepat waktu	SL	SR	KD	JR	TP
21.	Keluar kelas saat pelajaran berlangsung	SL	SR	KD	JR	TP
22.	Menunda mengerjakan PR sampai batas waktu sudah dekat	SL	SR	KD	JR	TP
23.	Menyimak guru menjelaskan materi pelajaran meskipun tidak menyukai pelajarannya	SL	SR	KD	JR	TP
24.	Mengacungkan tangan meminta kesempatan tampil ke depan mengerjakan soal	SL	SR	KD	JR	TP
25.	Bertanya tentang materi yang belum saya pahami	SL	SR	KD	JR	TP
26.	Suka mencoret-coret meja belajar	SL	SR	KD	JR	TP
27.	Bertanya kepada teman sekelompok tentang pelajaran yang kurang dipahami	SL	SR	KD	JR	TP
28.	Mengandalkan teman untuk mengerjakan tugas kelompok	SL	SR	KD	JR	TP
29.	Terlambat masuk sekolah	SL	SR	KD	JR	TP
30.	Senang menyalin PR milik teman	SL	SR	KD	JR	TP
31.	Berbicara dengan teman sebangku saat guru menjelaskan pelajaran	SL	SR	KD	JR	TP
32.	Tidur waktu istirahat karena malamnya begadang main game	SL	SR	KD	JR	TP
33.	Masuk sekolah karena ada pelajaran yang disukai	SL	SR	KD	JR	TP
34.	Berkonsentrasi mendengarkan materi pelajaran yang disampaikan guru	SL	SR	KD	JR	TP
35.	Tidak mengerjakan Pekerjaan Rumah (PR)	SL	SR	KD	JR	TP
36.	Saya menggunakan waktu belajar kelompok untuk mengobrol sehingga tugas tidak selesai	SL	SR	KD	JR	TP
37.	Tidak masuk sekolah karena ada pelajaran yang tidak disukai	SL	SR	KD	JR	TP
38.	Mengulang kembali pelajaran yang telah dipelajari	SL	SR	KD	JR	TP
39.	Cuek ketika guru menegur saya ketika melanggar tata tertib sekolah	SL	SR	KD	JR	TP
40.	Berpatisipasi aktif mengikuti kegiatan kelompok dalam kelas	SL	SR	KD	JR	TP

Dokumentasi selama penelitian di SMPN 1 X Koto Datas















