

LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL DENGAN TEKNIK *PROBLEM SOLVING* UNTUK MENINGKATKAN *SELF CONTROL* SISWA KELAS X DI SMAN 1 CIREUNGHAS

Leni Meilani¹, Wikaningsih², Azni Nurul Fauzia³

¹lenimailani94@gmail.com, ²wikaningsih@ikipsiliwangi.ac.id, ³Azni@ikipsiliwangi.ac.id

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan
IKIP Siliwangi

Abstract

The research carried out was motivated by the phenomenon of students who have not been able to manage self-control in the teaching and learning process or in managing emotions and decision-making in everyday life. The study aims to determine the influence, process and constraints of implementing classical guidance services with problem solving techniques to improve self-control of grade X students at SMAN 1 Cirebon. The success rate of classical guidance services with problem solving techniques on student self-control. This research method is Mix Methods using The Explanatory Sequential Design with One Group Pretest-Posttest Design. The sample in the study was grade X students of SMAN 1 Cirebon consisting of 32 students. Data collection techniques are self-control questionnaires with a reliability of 0.877, observations, interviews, and other supporting documentation. Based on the results of the Paired T-Test test values of $0.000 < 0.05$ shows that H_0 's hypothesis is rejected and H_a is accepted, which means that classical guidance services with problem solving techniques affect the improvement of self-control of grade X students of SMAN 1 Cirebon so that it can be concluded that the application of classical guidance services with problem solving techniques can have an effect on improving self control of grade X students at SMAN 1 Cirebon.

Keywords: *Self control, classical guidance, technique problem solving*

Abstrak

Penelitian yang dilaksanakan dilatarbelakangi oleh fenomena siswa yang belum dapat mengelola pengendalian diri dalam proses belajar mengajar ataupun dalam mengelola emosi dan pengambilan keputusan dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh, proses dan kendala penerapan layanan bimbingan klasikal dengan teknik *problem solving* untuk meningkatkan *self control* siswa kelas X di SMAN 1 Cirebon. Tingkat keberhasilan layanan bimbingan klasikal dengan teknik *problem solving* terhadap *self control* siswa. Metode penelitian ini adalah *Mix Methods* menggunakan *The Explanatory Sequential Desain* dengan *One Group Pretest-Posttest Design*. Sampel dalam penelitian adalah siswa kelas X SMAN 1 Cirebon yang terdiri dari 32 siswa. Teknik pengumpulan data yaitu angket *self*

control dengan reliabilitas yaitu 0,877, observasi, wawancara, serta dokumentasi pendukung lainnya. Berdasarkan hasil *Uji Paired T-Test* bernilai $0,000 < 0,05$ menunjukkan bahwa hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti layanan bimbingan klasikal dengan teknik *problem solving* berpengaruh terhadap peningkatan *self control* siswa kelas X SMAN 1 Cireunghas sehingga dapat disimpulkan bahwa penerapan layanan bimbingan klasikal dengan teknik *problem solving* dapat berpengaruh terhadap peningkatan *self control* siswa kelas X di SMAN 1 Cireunghas.

Kata Kunci: *Self Control*, Layanan Bimbingan Klasikal, Teknik *Problem Solving*

PENDAHULUAN

Menurut Mudyahardjo Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran yang memungkinkan peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya. sesuai dengan Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003, Pasal 1 Angka 1. Hal ini mencakup perolehan kemampuan yang dimiliki seseorang. yang dibutuhkan oleh masyarakat, negara, dan bangsa. Seperti kekuatan spiritual, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, dan akhlak yang tinggi (Noor, 2018). Oleh karenanya, pendidikan dihargai tinggi karena menawarkan perspektif, informasi, dan pengalaman baru selain manfaat akademis.

Santrock (dalam Marsela & Supriatna, 2019) menjelaskan bahwa masa remaja merupakan masa perubahan biologis, kognitif, dan emosional yang terjadi seiring perkembangan seseorang dari masa kanak-kanak hingga dewasa. Setiap fase transisi mempunyai kesulitan-kesulitan yang unik dan permasalahan-permasalahan yang kadang-kadang muncul. Menurut Hurlock (dalam Fathoni & Asiyah, 2021) ada beberapa masalah yang dialami remaja yaitu. Masalah pribadi, yaitu masalah-masalah yang berhubungan dengan situasi dan kondisi di rumah, sekolah, kondisi fisik, penampilan, emosi, penyesuaian sosial, tugas dan nilai-nilai. Kemudian ada masalah khas remaja, yaitu masalah yang timbul akibat status yang tidak jelas pada remaja, seperti masalah pencapaian kemandirian, kesalahpahaman atau penilaian berdasarkan stereotip yang keliru, adanya hak-hak yang lebih besar dan lebih sedikit kewajiban dibebankan oleh orangtua. Kepribadian peserta didik di SMA umumnya masih labil, gampang dipengaruhi

oleh faktor-faktor yang dapat menyeret mereka kepada hal-hal yang dapat merugikan diri mereka sendiri seperti kurangnya kesadaran mereka tentang pengendalian

Permasalahan-permasalahan yang sering muncul salah satunya adalah masalah yang diakibatkan rendahnya pengendalian diri yaitu ketidakmampuan mengendalikan emosi dan dorongan-dorongan dalam diri. Calhoun dan Acocella (Faijin, 2020) Menambahkan bahwa pengendalian diri mencakup berbagai aspek perilaku, termasuk perilaku sosial, spiritual, budaya, kerja, dan bermasyarakat. Pengendalian diri yang rendah dapat menyebabkan perilaku tidak terkendali dan berisiko tinggi, termasuk perilaku kriminal.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Arumsari (2016) rendahnya tingkat pengendalian diri pada remaja berdampak pada ketidakmampuan mereka untuk mengatur dan mengarahkan perilaku mereka, sehingga menyebabkan tindakan yang tidak terkendali, seperti kecenderungan merokok. Penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengendalian diri yang rendah dapat menjadi faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja. Sejalan dengan pendapat tersebut Penelitian yang dilakukan Wahyuni (2022) Fenomena perilaku peserta didik dewasa ini seperti tawuran, penyalahgunaan obat-obat terlarang (narkoba), perilaku seks menyimpang, degradasi moral, pencapaian hasil belajar yang tidak memuaskan, tidak lulus UAN, gagal ujian dan lain sebagainya yang diakibatkan dari rendahnya kemampuan pengendalian diri. Kesimpulan dari kedua penelitian terdahulu tersebut menunjukkan bahwa tingkat pengendalian diri pada remaja berperan penting dalam membentuk perilaku mereka.

Berdasarkan hasil temuan di lapangan, ditemukan bahwa siswa di SMAN 1 Cireunghas menunjukkan tingkat pengendalian diri yang rendah. Hal ini terlihat dari banyaknya siswa yang tidak mematuhi peraturan sekolah, melakukan kegiatan lain selama jam belajar, dan kurang disiplin terhadap jadwal istirahat dan pulang. Mereka cenderung anti sosial dan terlibat dalam kenakalan yang melanggar norma atau aturan. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan Ibu Gemintang Ratu Triyadi, S.Pd., guru bimbingan dan konseling di SMAN 1 Cireunghas, ditemukan bahwa siswa kelas sepuluh masih dalam tahap penyesuaian dari SMP, yang menyebabkan berbagai masalah akibat kurangnya pemahaman pengendalian diri yang baik.

Salah satu layanan yang dapat digunakan dalam membantu siswa mengembangkan pengendalian diri adalah layanan bimbingan klasikal. Menurut

Sukmadinata (dalam Faijin, 2020) menyatakan bahwa dalam pemberian layanan bimbingan klasikal kebutuhan dan masalah yang bersifat umum dihadapi oleh seluruh atau sebagian besar, dan tidak selalu bersifat pribadi, dengan demikian dapat dibantu dengan layanan bantuan secara klasikal atau kelompok besar yang biasanya bersifat informatif, sehingga dapat segera diberikan oleh guru BK.

Sejalan dengan pendapat tersebut menurut Rohmah, Wikaningsih, Septian., (2021) layanan bimbingan klasikal mampu memberikan dukungan yang positif dan bisa membantu para siswa yang mempunyai kepercayaan diri rendah. Meningkatkan potensi belajar untuk mencapai kesuksesan di masa yang akan datang.

Pada penelitian, peneliti menggunakan Layanan Bimbingan Klasikal dengan Teknik *Problem Solving*. Kelebihan teknik tersebut adalah Teknik *problem solving* merupakan suatu proses kreatif individu untuk menilai perubahan pada diri dan lingkungan, membuat pilihan-pilihan baru, keputusan-keputusan atau penyesuaian yang selaras dengan tujuan dan nilai-nilai hidupnya Nurhidayati (dalam Hananto et al., 2023). Sejalan dengan pendapat tersebut Suharman (dalam Rosidah, 2017) *Problem-solving* atau pemecahan masalah adalah suatu proses mencari dan menemukan jalan keluar terhadap suatu masalah atau kesulitan yang sedang dihadapi dalam kehidupan dirinya.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian ini adalah *Mix Method* dengan *the explanatory sequential design*. Metode tersebut dipilih sesuai dengan karakteristiknya karena pertanyaan penelitian yang hendak dijawab meliputi *outcomes* dan proses yang melibatkan penggabungan data kuantitatif dan kualitatif. Menurut Subagyo (2020) menyatakan. Penelitian yang memadukan dua metode penelitian, misalnya penelitian kuantitatif dan kualitatif, disebut dengan metode penelitian gabungan. Penelitian ini juga dapat digambarkan sebagai penelitian yang dimulai dengan analisis data, mengintegrasikannya untuk menghasilkan temuan, dan kemudian sampai pada suatu kesimpulan. Lestari (dalam Indrawan & Jalilah, 2021) menyatakan bahwa peningkatan terkait pada penelitian kuantitatif dan kualitatif adalah teknik kombinasi. Penelitian didasarkan pada pemikiran bahwa penggabungan metode kuantitatif dan kualitatif akan menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif dibandingkan hanya menggunakan satu metode dalam merumuskan masalah. Setiap

metode penelitian mempunyai kelebihan dan kekurangan, sehingga peneliti harus berhati-hati dalam menerapkannya.

Adapun desain yang digunakan Penelitian ini adalah *the explanatory sequential design* hal tersebut dikarenakan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah penelitian kuantitatif dahulu kemudian dilanjut data kualitatif yang diinterpretasi diakhir. Desain tersebut digunakan karena menurut Sugiyono (2016) Menurut paradigma penelitian langkah pertama pengumpulan dan analisis data adalah kuantitatif, dan tahap kedua adalah pengumpulan dan analisis data kualitatif. Penelitian beroperasi dengan asumsi bahwa pengumpulan data terbaik yang tersedia akan menghasilkan gambaran akurat tentang permasalahan yang sedang diselidiki. Data kualitatif diperoleh dari observasi, wawancara, dan dokumentasi, sedangkan data kuantitatif dikumpulkan melalui kuesioner dan *One-Group Pretest-Posttest Design* yang membandingkan keadaan sebelum dan sesudah perlakuan.

Populasi Dalam penelitian merupakan siswa kelas X yang ada di SMAN 1 Cireunghas Yang terdiri dari lima kelas yang masing-masing kelasnya berisi 32 siswa dengan demikian jumlah keseluruhan kelas X yang ada di SMA Negeri 1 Cireunghas adalah 160 siswa. Apabila populasi kurang dari 100 maka dapat diambil seluruhnya akan tetapi, apabila populasi berjumlah lebih dari 100 orang, dengan demikian pengambilan sampel dapat diambil dengan jumlah 10 - 15% atau 20 - 25% atau lebih dari populasi (Arikunto Suharsimi, 2013). Penelitian dilaksanakan di SMAN 1 Cireunghas yang memiliki peserta didik pada Tingkat kelas X sebanyak 160 peserta didik maka sampel yang diambil sebanyak 20% dari jumlah populasi sampel yang dapat diambil berdasarkan perhitungan $\frac{20}{100} \times 160 = 32$ maka dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah 32 orang dalam satu kelas. Kelas yang digunakan sebagai sampel adalah kelas X1 alasan peneliti melakukan penelitian di sekolah tersebut karena subjek yang ada di sekolah tersebut sangat mendukung judul artikel peneliti yang sedang dilakukan. Pada penelitian kualitatif deskriptif, pengumpulan data atau instrumen yang digunakan adalah dengan pedoman observasi, pedoman wawancara, dan dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil penelitian pelaksanaan layanan bimbingan klasikal dengan teknik *problem solving* untuk meningkatkan *self control* siswa kelas X di SMAN 1 Cireunghas, yang diperoleh dari hasil pengumpulan data melalui angket, wawancara observasi dan dokumentasi diantaranya sebagai berikut:

Pengaruh Penerapan Layanan Bimbingan Klasikal Dengan Teknik *Problem Solving* Untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas X Di SMAN 1 Cireunghas.

Pada pertemuan pertama sesuai dengan jadwal yang disediakan sekolah dan disepakati dengan siswa kelas X1 dimulai dengan melakukan pre-test dengan menyebarkan angket kepada seluruh siswa kelas X1 untuk mengetahui kategori siswa dalam pengendalian diri.

Dari hasil penelitian diperoleh data hasil *pre-test* angket pengendalian diri atau *self control* siswa kelas X memiliki nilai rata-rata yaitu sebesar 69.86 yang masuk dalam kategori sedang. Setelah pengambilan data melalui angket dan kemudian mendapat hasil. Peneliti melanjutkan penelitian dengan memberikan treatment atau perlakuan, dalam hal tersebut berupa layanan bimbingan klasikal dengan Teknik *problem solving* sebanyak dua kali pertemuan dalam rentan waktu dua minggu.

Kemudian peneliti melanjutkan tahapan penelitian dengan memberikan angket yang sama kepada siswa (*post-test*) kepada kelas X1 untuk menentukan apakah ada peningkatan yang diperoleh dari hasil layanan yang telah dirikan. Dari hasil distribusi angket diperoleh hasil rata-rata variabel *self control* siswa kelas X adalah 84.44 yang masuk dalam kategori tinggi.

Proses penerapan Layanan Bimbingan Klasikal Dengan Teknik *Problem Solving* Untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas X Di SMAN 1 Cireunghas

Proses yang dilakukan peneliti kepada siswa SMAN 1 Cireunghas Kabupaten Sukabumi terlebih dahulu peneliti melakukan *building rapport* dan membangun hubungan baik dan kerjasama dengan peserta didik agar merasa nyaman lalu peneliti memberikan surat ketersediaan berpartisipasi dalam penelitian dari awal sampai akhir. Dilanjutkan dengan pengukuran awal dengan cara menyebarkan angket kepada siswa (*pre-test*), kemudian peneliti memberikan layanan bimbingan klasikal *self control* atau

pengendalian diri kepada sampel penelitian. Layanan dilakukan sebanyak dua kali pertemuan dan setelah pemberian layanan selesai, peneliti melakukan pengukuran *self control* dengan memberikan angket yang sama (*post-test*) kepada peserta didik yang menjadi sampel penelitian untuk melihat perbedaan dari hasil pengukuran sebelum dan sesudah pemberian layanan yang dilakukan peneliti. Kemudian peneliti melakukan tindak lanjut atau *follow up* dengan mengirimkan materi berupa poster yang diharamkankan melalui pesan kepada seluruh siswa dengan materi Disiplin yang merupakan aspek dari penelitian yang merupakan aspek yang hasilnya terendah dibandingkan dengan aspek yang lain.

Kendala yang Dihadapi oleh Guru dan Siswa Kelas XII di SMAN 1 Cireunghas dalam *Self Control* Siswa dengan Menggunakan Layanan Bimbingan Klasikal dengan Teknik *Problem Solving*

Berdasarkan hasil kegiatan layanan bimbingan klasikal dengan Teknik *problem solving* untuk meningkatkan *self control* yang dilaksanakan di SMAN 1 Cireunghas terdapat beberapa kendala dan hambatan saat melaksanakan layanan bimbingan klasikal dengan Teknik *problem solving* diantaranya adalah kendala siswa yang pasif dan tidak ikut berperan aktif dalam layanan bimbingan klasikal meskipun telah diberikan rangsangan-rangsangan dan kesempatan untuk menjawab tepi respon dari siswa tersebut tidak ada, kendala selanjutnya yang ditemukan di lapangan saat penelitian adalah ketidakhadiran beberapa peserta didik dikarenakan sakit dan izin keperluan lain sehingga materi layanan tidak dapat langsung tersampaikan pada peserta didik, dan yang terakhir adalah waktu layanan pertama yang hanya diberi waktu selama 1 x 45 menit layanan dirasa belum maksimal dalam pelaksanaannya karena disaat siswa sedang antusias dalam sebuah pembahasan peneliti terpaksa mengakhiri pertemuan di karena waktu telah habis.

Pembahasan

Pengaruh Penerapan Layanan Bimbingan Klasikal Dengan Teknik *Problem Solving* Untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas X Di SMAN 1 Cireunghas.

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* dilakukan pada siswa kelas X1 SMAN 1 Cireunghas ditemukan adanya peningkatan hasil pada pengendalian diri siswa. Hasil dari pengambilan *pre-test* ditemukan bahwa rata-rata *self control* siswa kelas X1 ada apa nilai

69.68 yang berarti ada pada kategori sedang. Sedangkan, setelah diberikan layanan bimbingan klasikal dengan Teknik *problem solving* dan kemampuan *self control* siswa kelas XI meningkat. Hal tersebut diketahui dari *post-test* yang dilakukan bahwa nilai rata-rata *self control* siswa 84.44 yang ada pada kategori tinggi, yang artinya bahwa terdapat peningkatan dari hasil layanan yang diberikan, dengan menunjukkan perbedaan dari skor rata-rata *pre-test* dan *post-test* yang menunjukkan bahwa nilai *posttest* lebih tinggi dibandingkan dengan nilai *pre-test*. Berdasarkan temuan uji *paired t test* dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima karena nilai $\text{sig} < 0,05$. Oleh karena itu, *self control* siswa kelas X di SMAN 1 Cireunghas sangat dipengaruhi oleh layanan bimbingan klasikal yang menggabungkan teknik *problem solving*. Peneliti menunjukkan bagaimana layanan klasikal dengan metode *problem solving* dan instrumen pengumpulan data khususnya kuesioner dapat secara efektif meningkatkan pengendalian diri. Untuk memastikan keakuratan data yang dikumpulkan, peneliti juga melakukan observasi dan wawancara kepada pihak-pihak yang terlibat dalam permasalahan tersebut.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan (Hananto et al., 2023) Menyatakan bahwa Keterampilan dan kemampuan pemecahan masalah tumbuh dan meningkat sebagai hasil dari program pelatihan dan pendampingan strategi layanan *problem solving* SMA Muhammadiyah 2 Kota Magelang. Selain itu, siswa akan memiliki mental yang tangguh dan cukup percaya diri untuk memecahkan tantangan. Oleh karenanya, diharapkan dapat ditemukan solusi yang baik atas permasalahan tersebut. Penelitian lain yang dilakukan (Fajjin, 2020) Menyatakan bahwa penggunaan bimbingan klasikal dapat membantu siswa lebih mengembangkan *self control*. Dengan menggunakan bimbingan ini, siswa dapat belajar menerima keadaan dan orang-orang di lingkungannya, bertindak dengan cara yang tidak memperbesar amarahnya, dan mengambil keputusan yang tepat sesuai situasi yang dihadapi oleh siswa itu sendiri. Siswa dalam unit kelas menerima bimbingan klasikal ini dari guru bimbingan dan konseling atau konselor sekolah, dan berlangsung di dalam kelas. Bantuan dapat diberikan dalam kelompok besar atau secara klasikal untuk kebutuhan dan permasalahan yang umum bagi semua atau sebagian besar siswa dan tidak selalu bersifat pribadi.

Proses penerapan Layanan Bimbingan Klasikal Dengan Teknik *Problem Solving* Untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Kelas X Di SMAN 1 Cireunghas

Melihat dari hasil penelitian di SMAN 1 Cireunghas, bimbingan klasikal menjadi salah satu bidang layanan yang ada di sekolah. Dari hasil wawancara bersama Guru bimbingan dan konseling bimbingan klasikal di kelas X sering diberikan dan cukup efektif diberikan kepada peserta didik. Dikatakan efektif karena peserta didik merespon baik dan mengikuti secara maksimal proses pemberian layanan ini. proses layanan bimbingan klasikal Melalui teknik *problem solving* terhadap meningkatnya pengendalian diri siswa atau keterampilan *self control* pada peserta didik kelas X di SMAN 1 Cireunghas berjalan cukup optimal. dibuktikan dengan hasil data kuantitatif yang dilakukan dengan sebaran angket *pre-test* dan *post-test* serta hasil wawancara dan observasi kepada Guru bimbingan dan konseling dan juga kepada peserta didik kelas X.

Dalam penelitian Rafisa (2017). Menyatakan bahwa layanan bimbingan klasikal terbukti efektif karena siswa memahami materi yang dibahas terbukti dengan siswa yang memahami materi yang disampaikan selama layanan dan antusias siswa selama layanan berlangsung. Maka dengan demikian layanan bimbingan klasikal cukup efektif dan memiliki peran yang cukup penting dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa.

Berdasarkan temuan penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa proses pengintegrasian layanan bimbingan klasikal dengan teknik *problem solving* mempunyai dampak yang cukup besar terhadap *self control* siswa, siswa dapat secara efektif mengatasi dan menyelesaikan permasalahannya. *Problem solving* juga dapat mendorong pola pikir yang bijaksana dalam beraktivitas sehari-hari.

Kendala yang Dihadapi oleh Guru dan Siswa Kelas XII di SMAN 1 Cireunghas dalam *Self Control* Siswa dengan Menggunakan Layanan Bimbingan Klasikal dengan Teknik *Problem Solving*

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal yang diberikan oleh guru BK kepada siswa dalam membantu memecahkan permasalahannya tidak selalu berhasil baik adapun faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan dalam pemberian layanan bimbingan klasikal. Kendala yang dihadapi siswa adalah kurangnya pengetahuan dan pemahaman akan apa itu *self control* dan bagaimana cara pengendalian diri di situasi yang

tidak diinginkan, siswa juga kebingungan disaat berdiskusi akan apa penyebab dirinya tidak dapat mengendalikan diri di situasi yang tidak diharapkan, dan siswa juga tidak menyadari bahwa apa yang dilakukannya akan menimbulkan dampak yang buruk dimasa yang akan datang seperti tidak merasa benar kita melakukan hal-hal dan kegiatan yang tidak disiplin, tidak menjaga Kesehatan, tidak berhati-hati dan tidak konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Kendala lainnya adalah siswa merasa layanan bimbingan dan konseling di sekolah tidaklah berpengaruh dalam bidang akademiknya sehingga cenderung abai. Namun, setelah peneliti menjelaskan bahwa fungsi BK merupakan penggerak Pendidikan yang membantu siswa dalam bidang akademiknya siswa menjadi paham dan merasa tertarik ditandai dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan kepada peneliti. Kemudian kendala yang dialami guru BK dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal adalah kurangnya pemahaman isi materi yang disampaikan, hal ini dapat diatasi dengan penjelasan berulang-ulang dan pengawasan dalam aspek-aspek penting yang disampaikan sehingga siswa mengerti dan memahami isi dari materi pembahasan yang sedang dilakukan.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Pratiwi (2022). Bahwa kendala yang dialami saat kegiatan layanan bimbingan klasikal adalah siswa belum memahami apa itu layanan bimbingan klasikal dan kurangnya pemahaman materi yang disampaikan dalam kegiatan bimbingan klasikal.

SIMPULAN

Terdapat pengaruh yang signifikan pada penerapan layanan bimbingan klasikal dengan Teknik *problem solving* untuk meningkatkan *self control* siswa. Hal ini dapat dilihat dari nilai hasil *pre-test* rata-rata 69.68 yang ada pada kategori sedang dan nilai rata-rata *post-test* 84.44 yang ada pada kategori tinggi. yang artinya bahwa terdapat peningkatan dari hasil layanan yang diberikan, dengan menunjukkan perbedaan dari nilai rata-rata *pre-test* dan *post-test* sebesar 14.76 yang menunjukkan bahwa nilai *post-test* lebih tinggi dibandingkan dengan nilai *pre-test*.

Dilihat dari uji normalitas signifikansi lebih besar dari 0,05 terdapat hasil pada *pre-test* sebesar 0,67 dan pada *post-test* sebesar 0,72 dimana nilai yang berarti bahwa data variabel berdistribusi normal. Serta *uji paired t test* terdapat nilai sig < dari 0,05 diketahui bahwa nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0.000. Karena Sig. (2-tailed) 0.000 < dari 0,05 dapat

disimpulkan bahwa hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa penerapan layanan bimbingan klasikal dengan teknik *problem solving* berpengaruh meningkatkan *self control* siswa kelas X SMAN 1 Cirebonghas.

Proses penerapan layanan klasikal dengan teknik *problem solving* berpengaruh meningkatkan *self control* siswa kelas X SMAN 1 Cirebonghas mendapat respon yang baik dari siswa kelas X SMAN 1 Cirebonghas. Respon dari kelas X1 yang berjumlah 32 siswa saat mengikuti kegiatan bimbingan klasikal dengan teknik *problem solving* sangat aktif dan antusias, siswa dapat berinteraksi dengan baik dan mengikuti setiap proses tahapan layanan dengan baik.

Kendala yang dihadapi oleh Guru BK dan siswa dalam melaksanakan layanan bimbingan klasikal dengan teknik *problem solving* yaitu ada beberapa siswa yang kehilangan fokus saat penyampaian layanan ditandai dengan respon siswa yang terlambat dan memainkan telepon genggamnya saat layanan berlangsung. Namun hal tersebut dapat diatasi dengan baik, sehingga layanan bimbingan klasikal berjalan dengan lancar.

REFERENSI

- Arikunto Suharsimi. (2013). Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik. In *Jakarta: Rineka Cipta* (p. 172). <http://r2kn.litbang.kemkes.go.id:8080/handle/123456789/62880>
- Arumsari, C. (2016). Konseling Individual Dengan Teknik Modeling Simbolis Terhadap Peningkatan Kemampuan Kontrol Diri. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 2(1).
- Faijin, F. (2020). Implementasi Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan Self Control Pada Peserta Didik. *Guiding World (Bimbingan Dan Konseling)*, 3(1), 1–10. <https://doi.org/10.33627/gw.v3i1.275>
- Fathoni, A., & Asiyah, S. N. (2021). Hubungan Kontrol Diri dan Kesepian dengan Nomophobia pada Remaja. *Indonesian Psychological Research*, 3(2), 63–74. <https://doi.org/10.29080/ipr.v3i2.542>
- Hananto, I., Setiawati, R., & Rosyidah, H. '. (2023). Strategi Pemberian Bantuan Problem Solving Bagi Siswa. *Jurnal Pengabdian Pedagogika*, 01(01), 57–66.
- Indrawan, D., & Jalilah, S. R. (2021). Metode Kombinasi/Campuran Bentuk Integrasi Dalam Penelitian. *Jurnal Studi Guru Dan Pembelajaran*, 4(3), 735–739. <https://doi.org/10.30605/jsgp.4.3.2021.1452>
- Noor, T. (2018). Rumusan Tujuan Pendidikan Nasional Pasal 3 Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No 20 Tahun 2013 Melalui Pendekatan Nilai-Nilai Yang Terkandung Dalam Ayat 30 Surah Ar-Ruum dan Ayat 172 Surah Al-'Araaf. *Universitas Singaperbangsa Karawang*, 20, 123–144.
- Pratiwi, S. A., Hendriana, H., & Pahlevi, R. (2022). Penerapan Layanan Bimbingan Klasikal Melalui Teknik Sosiodrama Terhadap Perilaku Agresi. *FOKUS (Kajian*

- Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan*), 5(2), 134.
<https://doi.org/10.22460/fokus.v5i2.8447>
- Rafisa, W. & D. D. (2017). Penerapan Layanan Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Kelas VIII SMP Negeri 29 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018. *Pembagian Harta Waris Dalam Adat Tionghoa Di Kecamatan Ilir Timur I Kota Palembang*, 1(14 June 2007), 1–13.
<https://core.ac.uk/download/pdf/11715904.pdf>
- Rohmah, D. S., Wikanengsih, W., & Septian, M. R. (2021). Layanan Bimbingan Klasikal Untuk Siswa Kelas X Yang Memiliki Kepercayaan Diri Rendah Sma Asshiddiqiyah Garut. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(1), 81.
<https://doi.org/10.22460/fokus.v4i1.6213>
- Rosidah, A. (2017). Layanan Bimbingan Klasikal untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa Underachiver. *Jurnal Fokus Konseling*, 3(2), 154.
<https://doi.org/10.26638/jfk.53.2099>
- Subagyo, A. (2020). aplikasi metode riset: praktik penelitian kualitatif, kuantitatif & Mix methods. *Inteligensia Media*.
- Sugiyono. (2016). *Metode Metode Penelitian Manajemen (Pendekatan Kuantitatif, Kuantitatif, Penelitian Kombinasi, Dan Pelitian Tindakan dan penelitian evaluasi)*. Alfabeta.
- Wahyuni, S., & Control, S. (2022). *Implementasi Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan Self Control Pada Peserta Didik Implementation of Classical Guidance to Improve Self Control in Students*. 05(November).