

LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK *PROBLEM SOLVING* UNTUK MENINGKATKAN KONTROL DIRI SISWA SMP KELAS VIII SMP KRIDA UTAMA PADALARANG

Firna Soraya Khaerunnisa¹, R Ika Mustika², Wiwin Yuliani³

¹ firnasoraya09@gmail.com, ² mestikasaja@ikipsiliwangi.ac.id, ³ wiwin@ikipsiliwangi.ac.id

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan
IKIP Siliwangi

Abstract

This research focuses on self-control in class VII students at Krida Utama Padalarang Junior High School. Krida Utama Padalarang in the 2023/2024 academic year, this research aims to increase self-control in class VII students through group guidance services with problem solving techniques; Mix Method or a combination method of quantitative research and qualitative research, and accompanied by a sequential explanatory model, with the first stage in quantitative research and followed by qualitative research. The technique used for quantitative research is in the form of a questionnaire that has been validated by experts, while for qualitative data collection it is in the form of interview and observation guidelines with the guidance counselor and six class VII students. The subjects in this research were six respondents. The results of this research indicate that group guidance services using problem solving techniques were implemented with good results to improve the self-control of class VII students at Krida Utama Padalarang Junior High School. Judging from the results of the N-Gain Score test, it shows that the average N-Gain Score value of (65%) is included in the "quite effective" category. Student responses to the application of group learning using problem solving techniques are very good, meaning this service can increase students' self-control and increase, especially with this problem solving technique students can find and solve problems by themselves.

Keywords: *Group guidance, Problem solving, Self control*

Abstrak

Penelitian ini difokuskan pada kontrol diri pada siswa kelas VII di Sekolah Menengah Pertama Krida Utama Padalarang Krida Utama Padalarang dalam tahun ajaran 2023/2024, penelitian ini bermaksud untuk menaikkan kontrol diri pada siswa kelas VII melalui layanan bimbingan kelompok melalui sebuah teknik *problem solving*; *Mix Methode* ialah kombinasi pada penelitian kuantitatif dan penelitian kualitatif, dan diiringi dengan model *explanatory sequential*, dengan tahapan pertama pada penelitian kuantitatif dan dilanjutkan dengan penelitian kualitatif. Teknik yang digunakan bagi penelitian kuantitatif ialah berupa angket yang telah divalidasi oleh para ahli, sedangkan bagi pengumpulan data kualitatif ialah berupa pedoman wawancara dan observasi bersama guru BK dan enam orang siswa kelas VII. Subjek pada penelitian ini berjumlah enam responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik pemecahan masalah dilaksanakan dengan hasil yang baik demi menaikkan pengendalian seutuhnya siswa kelas VII di Sekolah Menengah

Pertama Krida Utama Padalarang. Dilihat dari hasil skor uji N-Gain Score menunjukkan bahwa rata-rata nilai N-Gain Score sebesar (65%) termasuk dalam kategori “cukup efektif”. Respon siswa terhadap penerapan pembelajaran kelompok dengan menggunakan teknik pemecahan masalah sangat baik, artinya layanan ini dapat meningkatkan pengendalian diri siswa dan meningkat, apalagi dengan teknik pemecahan masalah ini siswa dapat menemukan dan menyelesaikan masalah dengan sendirinya.

Kata Kunci: Bimbingan kelompok, *Problem solving*, Kontrol diri

PENDAHULUAN

Pilar pilar paling signifikan dalam proses pembentukan kehidupan seseorang adalah pendidikan. Dalam proses pembentuk kehidupan seseorang adalah pendidikan. Tujuan sasaran pendidikan adalah meningkatkan taraf sumber daya manusia dengan menciptakan manusia yang mandiri, bertanggung jawab baik terhadap dirinya sendiri dari orang lain. Pendidikan adalah meningkatkan taraf sumber daya manusia dengan menciptakan manusia yang mandiri. Lanskap pendidikan di Indonesia sedang mengalami transformasi yang pesat sebagai hasil dari berbagai kemajuan yang disebabkan oleh kekuatan ilmu pengetahuan dan teknologi. mengalami transformasi yang cepat sebagai akibat dari berbagai kemajuan yang disebabkan oleh kekuatan ilmu pengetahuan dan teknologi (Renna, 2022).

Hasil belajar yang tinggi menunjukkan bahwa siswa telah berhasil selama keberlangsungan belajar, menunjukkan bahwa seorang siswa telah berhasil dalam proses belajarnya. Siswa perlu untuk melatih pengendalian, terutama dari dalam ke luar untuk mendorong kecintaan belajar. Menurut (Afifah, 2015) Kontrol diri ini mencakup kemampuan untuk mengendalikan emosi, perilaku, dan keputusan yang diambil, serta kemampuan untuk mengembangkan kesadaran diri dan kepekaan terhadap lingkungan. Hal tersebut sejalan dengan yang telah disampaikan oleh Averill 1973 dalam (Nurhanifa et al., 2020) pengendalian diri ialah kekuatan seseorang dalam mengiringi, memeneg, menyusun dan membidik perwujudan priaku yang bisa mengarahkan ke arah sanksi yang positif. Hal tersebut mencakup (*Behavior Control*), (*Cognitive Control*) dan (*Decesional Control*).

Namun hal tersebut tidak sesuai dengan fakta yang ada dilapangan, kondisi mengenai hambatan-hambatan kontrol diri siswa seperti mengelola emosi terutama saat menghadapi tekanan akademik, perubahan sosial, dan masalah pribadi. Mengendalikan

pemikiran, perhatian, dan pikiran secara sadar guna mencapai tujuan dan menyesuaikan perilaku dengan lingkungan. Mempertimbangan alternatif, dan memilih tindakan yang paling sesuai dengan tujuan dan nilai-nilai.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian dari (Khoiruniisa, 2020) peneliti melakukan menggunakan teknik yang sama untuk menaikkan pengendalian diri siswa, hasilnya adalah 28% dalam hasil pretest sedangkan 65% hasil dari posttest dalam peningkatan perbaikan kontrol diri.. Penelitian terbaru yang dilakukan oleh (Mustofa, 2021) mengalami hasil yang rendah, Peneliti melakukan penelitian dalam upaya meningkatkan kontrol diri, adapun upaya dalam peningkatan tersebut ialah melakukan layanan bimbingan kelompok.

Temuan ini menunjukkan bahwa tingkat kontrol diri siswa memberikan peran penting untuk kelancaran proses pembelajaran. Peneliti melakukan penelitian dalam upaya meningkatkan kontrol diri, adapun upaya dalam peningkatan tersebut ialah melakukan layanan bimbingan kelompok. Menurut Gibson dan Mitchell dalam (Mustakim, 2022) bahwa pengajaran kelompok adalah pengajaran yang mengacu pada kegiatan kelompok yang menitikberatkan pada penambahan pengetahuan dengan program yang termanage dengan baik.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan metode Mix Method atau penelitian kombinasi. Dengan menggunakan desain peneliti yaitu Sequential Explanatory. pernyataan Creswell tentang *Mix Method* ialah pendekatan yang mengkombinasikan dua metode penelitian kualitatif dan kuantitatif. Desain yang digunakan ialah Explanatory Sequential Design dengan proses penelitian kuantitatif diikuti dengan penelitian kualitatif.

Penelitian dilaksanakan di SMP Krida Utama Padalarang yang berada di Kab. Bandung Barat, dengan jumlah sampel 6 responden kelas VIII sebanyak 5 pertemuan. Strategi pengumpulan berkas kuantitatif dilakukan pada cara pemberian kuesioner atau angket kemudian pemberian tes berupa pretest dan post-test. Untuk data kualitatif yaitu dengan cara menjabarkan hasil observasi dan hasil wawancara dengan 6 orang siswa dan 1 guru BK. Kemudian pada pengolahan data yang sudah didapat, diolah menggunakan SPSS versi 26 dan Microsoft Excel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Peningkatan kontrol diri siswa melalui teknik *Problem Solving* kepada peserta didik kelas VIII di SMP Krida Utama Padalarang. Pada proses penelitian dapat dilihat dari pemberian soal pretest dan posttest pada siswa untuk mengetahui adakah peningkatan dalam kontrol diri pada siswa setelah diberikan layanan.

Data hasil adanya peningkat atau pengaruh dalam hasil pretest dan post-test dapat dilihat dengan beberapa uji salah satunya ialah uji paired t-test. Statistika *parametric* ada dua jenis dalam uji normalitas yang banyak dilakukan yaitu Shapiro-wilk $> 0,05$. Hasil dapat ditegaskan bahwa data terdistribusi dengan baik. Dalam uji normalitas yang peneliti lakukan, pretest 0,307 yang berarti $> 0,05$ Hasil dapat ditegaskan bahwa data terdistribusi dengan baik. Kemudian nilai signifikasi untuk nilai posttest 0,009 yang berarti lebih dari 0, Hasil dapat ditegaskan bahwa data terdistribusi dengan baik.

Tabel 1. Output Uji Paired Sampel T-test

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	Pretes - Postes	-19.500	5.857	2.391	-25.646	-13.354	-8.156	5	.000

Berdasarkan tabel menunjukkan hitung 8,156 apabila $0.000 < 0.05$. Berdasarkan dasar keputusan dinyatakan bahawa H_0 diterima terdapat perbedaan sebelum dan sesudah diberikan layanan, layanan yang diberikan memberikan dampak positif. Maka dapat diartikan bahwa teknik tersebut dapat menaikkan kontrol diri pada murid. Hasil Uji N-Gain skor ialah (65%) termasuk dalam kategori “cukup efektif”. Maka dapat diartikan bahwa teknik tersebut dapat menaikkan kontrol diri pada murid.

Selanjutnya juga didapati hasil dari observasi dan wawancara bersama guru Bimbingan dan Konseling di SMP Krida Utama Padalarang mengenai Kendala dalam memberikan Layanan tersebut. Kendala yang ditemukan ialah ruangan yang sangat

terbatas. Kemudian waktu layanan bimbingan kelompok menjadi kendala dikarenakan disekolah ini tidak ada mata pelajaran khusus untuk Guru BK. Guru bimbingan konseling mengalami kendala pada pelaksanaan layanan tersebut dikarenakan guru BK jarang menggunakan teknik ini, dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok guru BK sering menggunakan teknik ceramah, diskusi dan tanya jawab.

Sedangkan terhadap kontrol diri siswa ditemukan kesulitan dalam meningkatkannya karena dikarenakan masa SMP adalah masa pubertas, perkembangan emosi setiap siswa pun akan meningkat dan tentunya mempengaruhi kontrol diri siswa dalam mengendalikan emosi. Selain itu, dalam kegiatan layanan kepada siswa mengalami kesulitan dalam membagi waktu, kemudian ketika proses kegiatan layanan teknik *problem solving* didapatkan siswa selalu tidak fokus saat memperhatikan guru.

Pembahasan

Suatu keterampilan dapat dikatakan baik apabila dilaksanakan secara berkala sesuai dengan indikator yang ada, begitupun dengan kontrol diri pada siswa yang dimana harus sepenuhnya terpenuhi dalam diri pribadi seseorang. Berdasarkan hasil dari kegiatan pemberian layanan kepada siswa dalam lima pertemuan terakhir yang berjalan dengan baik dan lancar, selama kegiatan layanan didapatkan hasil yang sesuai rencana “cukup efektif”, hasil tersebut berlandaskan hasil uji normalitas gain skor, meskipun pada saat pelaksanaan layanan bimbingan kelompok ada sedikit kendala yaitu ruangan yang terbatas dan jam layanan yang mengharuskan menggunakan jam mata pelajaran yang lain dan sedang berlangsung sehingga memerlukan izin terlebih dahulu, pernyataan tersebut sama dengan yang dilakukan oleh (Mustofa, 2021) pada siswa SMP Unggulan Aisyiyah Bantul Yogyakarta teknik *problem solving* dalam layanan tersebut dapat memberikan sebuah point yang baik, kebermanfaat dalam teknik tersebut dalam penerapan layanan dapat menaikkan kontrol diri pada siswa.

Penelitian ini melibatkan wawancara dengan guru BK. Pendidik mengakui adanya tantangan dan kendala dalam menghadapi siswa kelas VII, siswa dalam fase tersebut telah masuk dalam fase pubertas, dalam fase itu siswa akan sangat sulit dalam mengontrol emosi dalam dirinya, menurut Menurut Santrock dan Hurlock (Marsela & Supriatna, 2019) menjelaskan fase remaja menjadi fase yang tingkat pola berfikir dalam menentukan tujuan dan mengontrol emosinya masih labil, hal tersebut disebabkan fase tersebut merupakan posisi tengah dalam fase anak-anak dan fase dewasa.

Kendala dan tantangan yang dihadapi ialah ruangan yang terbatas dan kurang fleksibel dalam menentukan waktu untuk kegiatan berbagai layanan kepada peserta didiknya, tentunya dengan begitu guru akan mengalaih hambatan sehingga akan kurang maksimal dalam memantau dan mengiringi perkembangan kontrol diri pada siswa-siswanya, seperti Hal ini sejalan Buchori (Hasibuan, 2019) guru BK belum mendapatkan tempat yang layak dalam melaksanakan kegiatan layanan, serta tidak ada jadwal yang pas dalam penentuan layanan membuat guru BK menjadi kurang maksimal dalam melaksanakan layanan.

SIMPULAN

Kontrol diri pada diri setiap siswa telah terjadi kenaikan, hal ini terjadi ketika pemberian soal pretest dan posttest pada siswa untuk mengetahui adakah peningkatan dalam kontrol diri pada siswa setelah diberikan layanan.

Respon siswa setelah diberikan layanan menggunakan teknik tersebut menunjukkan adanya dampak positif setelah diberikan layanan, hal ini berdasarkan hasil dari uji t-tes dengan hasil Hi diterima, bahwasanya layanan yang diberikan memberikan dampak positif. Melalui wawancara, diketahui bahwa guru BK menghadapi kendala ruangan yang terbatas dan kurang fleksibel dalam menentukan waktu untuk kegiatan berbagai layanan kepada peserta didiknya, tentunya dengan begitu guru akan mengalaih hambatan sehingga akan kurang maksimal dalam memantau dan mengiringi perkembangan kontrol diri pada siswa-siswanya

REFERENSI

- Afifah, n. (2015). *Peranan pendidikan spiritual/ spiritualquotient(sq) dalam membangun karakter bangsa.*
- Hasibuan, S. M. (2019). *Upaya Gurubimbingan Konseling Dalam Mengatasi Kebiasaan Merokok Melalui Bimbingan Kelompok Di Sma Al-Hidayah Medan.*
- Khoiruniisa, t. (2020). Efektivitas layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik problem solving untuk meningkatkan kontrol diri siswa mts muta'allimin cadasari, pandeglang. *Empati-jurnal bimbingan dan konseling*, 7(2), 59–68. <https://doi.org/10.26877/empati.v7i2.6284>
- Marsela, r. D., & supriatna, m. (2019). *Innovative counseling.*
- Mustakim, i. (2022). Keefektifan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. *Transformasi : jurnal penelitian dan*

- pengembangan pendidikan non formal informal*, 8(1), 48.
<https://doi.org/10.33394/jtni.v8i1.6259>
- Mustofa, a. B., widyastuti, d. A., & dahlan, u. A. (2021). *Layanan bimbingan kelompok teknik problem solving: upaya untuk meningkatkan kontrol diri dalam menggunakan media sosial pada siswa smp*.
- Nurhanifa, a., widianti, e., & yamin, a. (2020). *Kontrol diri dalam penggunaan media sosial pada remaja*. 3(4).
- Renna, h. R. P. (2022). Konsep pendidikan menurut john locke dan relevansinya bagi pendidikan sekolah dasar di wilayah pedalaman papua. *Jurnal papeda: jurnal publikasi pendidikan dasar*, 4(1), 7–16.
<https://doi.org/10.36232/jurnalpendidikdasar.v4i1.1698>