



**UPAYA MENINGKATKAN PENGENDALIAN DIRI
PENERIMA MANFAAT MELALUI
LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
DI BALAI REHABILITASI MANDIRI SEMARANG**

Skripsi

diajukan sebagai salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

oleh
Galih Fajar Fadillah
1301408017

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2013**

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa yang tertulis dalam skripsi ini benar-benar hasil karya pribadi, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain, baik sebagian atau seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah.

Semarang, Februari 2013

Galih Fajar Fadillah
NIM. 1301408017



PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Ujian Skripsi
Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri
Semarang pada:

Hari :

Tanggal :

Panitia Ujian

Ketua

Sekretaris

Drs. Budiyo, M.S

NIP.196312091987031002

Kusnarto K., S.Pd.,M.Pd.,Kons

NIP. 197101142005011002

Penguji Utama

Dra. Sinta Saraswati, M.Pd.,Kons

NIP.196006051999032001

Penguji/Pembimbing I

Penguji/Pembimbing II

Dr.Supriyo, M.Pd.

NIP. 195109111979031002

Drs. Heru Mugiarto, M.Pd.,Kons.

NIP. 196106021984031002

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

“Seseorang tidak akan pernah benar-benar menjadi hebat karena apa adanya dirinya, tetapi selalu karena apa yang telah dicapainya” (William George Jordan)

PERSEMBAHAN

Kupersembahkan karya ini untuk:

1. Kedua orang tuaku yang senantiasa membimbingku, mendukungku (moril dan materiil), memberikan kasih sayang dan doa demi keberhasilan putra-putrinya.
2. Kakak beserta keluarga yang membantuku setiap kali mengalami kesulitan dalam menjalani kehidupan.
3. Semua Dosen Bimbingan dan Konseling FIP UNNES yang saya hormati
4. Sahabat-sahabatku yang selalu ada di saat aku membutuhkan bantuan
5. Teman-teman mahasiswa BK yang selalu mendukungku.
6. Almamaterku.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Upaya Meningkatkan Pengendalian Diri Penerima Manfaat Melalui Layanan Bimbingan Kelompok di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang, guna memenuhi persyaratan untuk mendapat gelar sarjana pendidikan.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tersusunnya skripsi ini bukan hanya atas kemampuan dan usaha penulis semata. Namun juga berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak khususnya dosen pembimbing yang telah sabar membimbing. Untuk itu perkenankan pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Sudijono Sastroatmodjo, M.Si., Rektor Universitas Negeri Semarang, yang telah memberikan ijin dan kesempatan untuk menyelesaikan pendidikan di Universitas Negeri Semarang.
2. Drs. Hardjono, M.Pd., Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan ijin penelitian dan memberikan kelancaran dalam penyusunan skripsi ini.
3. Drs. Eko Nusantoro, M.Pd Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan ijin penelitian dan mengarahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Dra. Sinta Saraswati, M.Pd., Kons dosen penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyusunan skripsi ini

5. Dr. Supriyo, M.Pd., dosen pembimbing dan penguji yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan masukan demi terselesaikannya skripsi ini.
6. Drs. Heru Mugiarto, M.Pd., Kons., dosen pembimbing II dan penguji yang dengan sabar telah memberikan masukan, motivasi dan mengarahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Siti Rahayu S.Pd selaku konselor pamong yang telah banyak membantu peneliti selama melaksanakan kegiatan penelitian.
8. Windha, Mira, Ina, Dini, Danang, Gilang, Okta, Aklis, Yoga, Agung, Agus, Lilik, dan semua teman-teman Mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling yang senantiasa memberikan dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Pihak-pihak lain yang telah membantu terselesainya skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Untuk itu penulis sangat mengharapkan saran yang membangun dari pembaca sekalian demi sempurnanya skripsi ini. Akhirnya penulis berharap, semoga skripsi ini bisa bermanfaat bagi semua pihak.

Semarang, Februari 2013

Penulis

ABSTRAK

Galih Fajar Fadillah, 2013. *Upaya Meningkatkan Pengendalian Diri Penerima Manfaat Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang*. Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Semarang. Pembimbing I: Dr. Supriyo, M.Pd. Dan Pembimbing II: Drs. Heru Mugarso, M.Pd., Kons

Kata kunci: Pengendalian Diri, Layanan Bimbingan Kelompok

Penelitian ini dilaksanakan berdasarkan pada fenomena yang terjadi di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang bahwa terdapat penerima manfaat yang memiliki kemampuan mengendalikan diri (*self control*) cenderung rendah. Fenomena yang sering terjadi seperti minum-minuman keras pada saat malam hari, berkelahi antar penerima manfaat, keluar dari kawasan balai rehabilitasi pada malam hari, berbicara kotor dan kurang sopan terhadap pekerja sosial. Melalui layanan bimbingan kelompok diharapkan kemampuan pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat dapat meningkat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengubah tingkat pengendalian diri penerima manfaat melalui layanan bimbingan kelompok.

Penelitian ini termasuk dalam penelitian eksperimen dengan desain penelitian *one group pre-test and post-test*. Penelitian ini menggunakan 10 subjek penelitian yang memiliki tingkat pengendalian diri beragam. Pemilihan subjek penelitian berdasarkan hasil perhitungan *pre-test*. Metode pengumpulan data menggunakan skala pengendalian diri yang diberikan sebelum dan setelah pemberian *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok. Analisis data yang digunakan yakni analisis data deskriptif persentase dan *uji wilcoxon*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat sebelum pemberian *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok sebesar 50% termasuk dalam kategori rendah. Setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok sebanyak delapan kali. Pengendalian diri mengalami perubahan menjadi 73% termasuk dalam kategori tinggi. Sehingga berdasarkan persentase pengendalian diri mengalami perubahan yaitu peningkatan sebesar 23%. Hasil perhitungan *uji wilcoxon* menunjukkan perhitungan sebelum dan setelah memperoleh *treatment*, diperoleh, $Z_{hitung} = 55,0 > Z_{tabel} = 8$ dengan taraf signifikansi 5% sehingga dinyatakan bahwa H_a diterima. Dengan kata lain bahwa terjadi perubahan tingkat pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat setelah mereka mengikuti layanan bimbingan kelompok.

Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kemampuan pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat dapat meningkat setelah mereka mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Diharapkan para pekerja sosial mampu memfasilitasi penerima manfaat dalam kegiatan-kegiatan kelompok untuk meningkatkan kemampuan pengendalian diri mereka.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN	ii
PENGESAHAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.5 Sistematika Penulisan Skripsi	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Penelitian Terdahulu	10
2.2 Pengendalian Diri	13
2.2.1 Pengertian Pengendalian Diri	13
2.2.2 Jenis dan Aspek Pengendalian Diri	17
2.2.2.1 Jenis Pengendalian Diri	17
2.2.2.2 Aspek Pengendalian Diri	21
2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengendalian Diri	25
2.2.4 Perkembangan Pengendalian Diri Individu	26
2.3 Layanan Bimbingan Kelompok	28
2.3.1 Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok	28
2.3.2 Tujuan Bimbingan Kelompok	30
2.3.3 Komponen Bimbingan Kelompok	32
2.3.4 Tahapan Bimbingan Kelompok	34
2.4 Upaya Meningkatkan Pengendalian Diri Penerima Manfaat Melalui Layanan Bimbingan Kelompok	37
2.6 Hipotesis	41
BAB 3 METODE PENELITIAN	
3.1 Jenis Penelitian	42
3.2 Desain Penelitian	43
3.3 Variabel Penelitian	48
3.3.1 Identifikasi Variabel	48
3.3.2 Hubungan Antar Variabel	49

3.3.3	Definisi Operasional Variabel	50
3.3.3.1	Pengendalian Diri	50
3.3.3.2	Bimbingan Kelompok.....	50
3.4	Populasi dan Sampel Penelitian	51
3.4.1	Populasi.....	51
3.4.2	Sampel	51
3.5	Metode dan Alat Pengumpul Data.....	52
3.5.1	Metode Pengumpulan Data.....	53
3.5.2	Alat Pengumpulan Data	53
3.6	Uji Instrument Penelitian	57
3.6.1	Validitas	57
3.6.2	Reliabilitas	59
3.6.3	Teknik Analisis Data	60
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		
4.1	Hasil Penelitian	63
4.1.1	Gambaran Pengendalian Diri Penerima Manfaat sebelum Mendapatkan Layanan Bimbingan Kelompok	63
4.1.2	Gambaran Pengendalian Diri Penerima Manfaat Setelah Mendapatkan Layanan Bimbingan Kelompok	69
4.1.3	Perbedaan Tingkat Pengendalian Diri Penerima Manfaat	72
4.1.4	Deskripsi Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok	73
4.2	Pembahasan	93
4.3	Keterbatasan Penelitian	99
BAB 5 PENUTUP		
5.1	Simpulan.....	101
5.2	Saran	102
DAFTAR PUSTAKA		97
LAMPIRAN-LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Jadwal Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok	44
3.2 Penskoran Item Skala Pengendalian Diri	54
3.3 Kisi-Kisi Pengembangan Instrument Skala Pengendalian Diri	55
3.4 Klasifikasi Reliabilitas	58
3.5 Kriteria Tingkat Pengendalian Diri	60
3.6 Penolong Uji Wilcoxon.....	60
4.1 Hasil Perhitungan <i>Pre-test</i> Skala Pengendalian diri	64
4.2 Tingkat Pengendalian Diri Penerima Manfaat Sebelum Memperoleh Layanan Bimbingan Kelompok.....	66
4.3. Tingkat Pengendalian Diri Pada Aspek Kendali Perilaku	67
4.4 Tingkat Pengendalian Diri Pada Aspek Kendali Kognitif	68
4.5 Tingkat Pengendalian Diri Pada Aspek Kendali Mengambil Keputusan ..	69
4.6 Tingkat Pengendalian Diri Penerima Manfaat Setelah Memperoleh Layanan Bimbingan Kelompok	70
4.7. Perbedaan Tingkat Pengendalian Diri Pada Aspek Kendali Perilaku.....	71
4.8 Perbedaan Tingkat Pengendalian Diri Pada Aspek Kendali Kognitif	71
4.9 Perbedaan Tingkat Pengendalian Diri Pada Aspek Mengambil Keputusan	72
4.10 Tabel Penolong Untuk Uji Wilcoxon.....	73

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
3.1 Desain Penelitian.....	43
3.2 Hubungan Antar Variabel	48
3.3 Prosedur Penyusunan Instrumen	53



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Daftar Anggota Bimbingan Kelompok	99
2. Kisi-Kisi Instrumen Try Out	100
3. Instrument Try Out.....	101
4. Perhitungan Validitas Instrumen.....	109
5. Perhitungan Reabilitas Instrumen	121
6. Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	123
7. Instrumen Penelitian.....	124
8. Satuan Layanan Bimbingan Kelompok	131
9. Perhitungan Hasil <i>Pre-test</i>	147
10. Perhitungan Hasil <i>Post-test</i>	149
11. Uji <i>Wilcoxon</i>	151
12. Hasil Evaluasi Penilaian Segera.....	152
13. Jurnal Pelaksanaan Penelitian	160
14. Laporan Pelaksanaan Kegiatan Bimbingan Kelompok.....	162
15. Dokumentasi	178
16. Daftar Hadir Anggota Kelompok.....	180
17. Surat Ijin	188

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pengendalian diri (*self control*) merupakan kemampuan seseorang dalam mengendalikan perilaku mereka guna mencapai tujuan tertentu. Seorang individu dengan kendali diri yang baik, memahami benar konsekuensi akibat tindakan yang akan mereka lakukan. Dengan kata lain individu dengan pengendalian diri yang baik tidak akan bersikap *gegabah* sehingga dapat merugikan diri mereka sendiri. Lazarus dalam Hermanto (2009:4) menjelaskan bahwa pengendalian diri menggambarkan keputusan individu melalui pertimbangan kognitifnya untuk menyatakan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti apa yang dikehendaki.

Kendali diri atau pengendalian diri erat kaitannya dengan kondisi emosional seseorang. Individu yang pandai dalam mengelola emosi, dapat mengendalikan diri dengan baik, karena mereka mengekspresikan emosi yang dimilikinya secara baik, tepat dan benar. Berbeda dengan individu yang tidak dapat mengendalikan emosi, mereka cenderung mengekspresikan perasaan secara berlebihan. Hurlock (1984) dalam Ghufroon (2011:23) mengatakan kendali diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Dengan kata lain semakin baik individu dalam mengelola gejala emosionalnya semakin baik kemampuan mereka dalam mengendalikan dirinya.

Pengendalian diri dapat diartikan pula sebagai lawan dari kendali eksternal (*control eksternal*) yang telah mengkristal pada diri seseorang. Dalam kendali diri, individu menempatkan standarnya sendiri untuk penampilan, dan dia memberi hadiah atau menghukum dirinya sendiri untuk memenuhi atau tidak memenuhi standar-standar ini. Dalam kendali eksternal sebaliknya, “seseorang yang lain menentukan standar dan mendermakan (atau tidak memberi) hadiah” (Calhoun dan Acocella, 1990:131). Dengan kata lain, kendali eksternal melibatkan pihak lain atau orang lain untuk membantu seseorang menciptakan standar-standar bagi dirinya. Pihak lain yang sering terlibat sebagai kendali eksternal adalah orang tua atau orang-orang terdekat. Ronen (1993) (dalam Safaria, 2004:110) menambahkan ‘ada dua langkah penting dalam perkembangan keterampilan pengendalian diripada anak, pertama kendali orang dewasa terhadap anak dan yang ke dua keterampilan verbal pada anak yang akan mendorong anak untuk mengendalikan perilakunya sendiri’.

Pengendalian diri tidak sebatas dalam mengelola kondisi emosional saja, lebih dari itu pengendalian diri juga melibatkan unsur kognitif dan fisik. Averille (1973) dalam Zulkarnaen (2002) mengelompokkan pengendalian diri terdiri atas tiga aspek yaitu kendali perilaku (*behavioral control*), kendali kognisi (*cognitive control*), dan mengendalikan keputusan (*decisional control*). Kendali perilaku (*behavioral control*) dapat diartikan sebagai kemampuan individu dalam memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan, kendali perilaku ini terdiri atas kemampuan mengendalikan perilaku dan kemampuan mengendalikan stimulus. Kendali kognisi (*cognitive control*) mengandung pengertian bahwa

individu menggunakan segenap kemampuan untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasikan, menilai atau memadukan suatu kejadian dalam suatu kerangka positif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan. Kemampuan kognisi ini meliputi dua hal yaitu kemampuan mengantisipasi peristiwa dan kemampuan menafsirkan suatu peristiwa. Kendali dalam mengambil keputusan (*decision control*) dapat diartikan sebagai kemampuan individu dalam menentukan pilihannya sendiri terhadap sesuatu yang diyakini dan disetujuinya.

Fenomena yang sering terjadi di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang II (Baresos Mandiri) adalah kurangnya pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Penerima Manfaat yang selanjutnya disingkat dengan PM sebagian besar terdiri dari anak nakal, anak jalanan dan mantan pengguna narkoba kurang dapat mengendalikan diri mereka sendiri ketika harus berhadapan dalam suatu konflik yang sering terjadi di lingkungan Balai Rehabilitasi. Menurut penjelasan pekerja sosial, PM sering kali melampiaskan perasaan mereka tanpa memperhatikan dampaknya, seperti berkelahi dengan sesama PM, mengikuti ajakan teman untuk minum-minuman keras di malam hari, berkata kotor atau jorok dengan pekerja sosial, bahkan selama Praktik Konseling Rehabilitasi Sosial (PKRS), penulis menjumpai PM yang menggoda wanita dengan perkataan-perkataan yang kurang sopan, bahkan melecehkan. Hal ini menunjukkan bahwa penerima manfaat kurang mampu untuk mengendalikan diri mereka untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan (*behavior control*).

Di samping berperilaku kurang sopan dan tidak memiliki pendirian, fenomena lain yang sering terjadi adalah kurang pedulinya penerima manfaat terhadap masa depan yang mereka miliki. Hal ini menjadi penting jika setelah proses rehabilitasi, penerima manfaat kembali lagi pada kehidupan sebelumnya. Ketidakpedulian penerima manfaat ini ditunjukkan pada sikapnya yang jarang mengikuti pelatihan keterampilan, jarang mencari informasi kerja, dan malas mengikuti pelatihan kerja.

Penghuni Balai Rehabilitasi tidak semua berasal dari anak jalanan, anak nakal dan mantan pecandu narkoba, melainkan ada juga yang berasal dari rujukan dinas sosial dari daerah-daerah di provinsi Jawa Tengah. Mereka adalah remaja yang putus sekolah dan pengangguran, Jika hal ini dibiarkan terus-menerus tidak menutup kemungkinan PM yang memiliki pengendalian diri yang baik bisa tertular atau terpengaruh dengan teman-teman mereka..

Kondisi yang terjadi di balai rehabilitasi dapat diminimalisir jika remaja tersebut memiliki pengendalian diri yang baik. Calhoun dan Acocella (1990:130-131) mengemukakan dua alasan penting seseorang memiliki kemampuan dalam mengendalikan diri. Pertama, individu hidup bersama kelompok sehingga dalam memuaskan keinginannya individu harus mengendalikan perilakunya agar tidak mengganggu orang lain. Kedua, masyarakat mendorong individu secara konstan menyusun standar yang lebih baik bagi dirinya. Dengan pengendalian diri yang baik dan tepat, individu dapat menempatkan diri dan mencapai tujuan yang mereka kehendaki tanpa harus merugikan pihak lain. Selanjutnya, dengan memiliki keterampilan pengendalian diri yang baik individu dapat mengurangi

perilaku-perilaku yang dapat merugikan pihak lain maupun dirinya sendiri. Santrock (2003:524) menambahkan dengan memiliki pengendalian diri yang baik sebagai atribut internal akan berhubungan dengan menurunnya tingkat kenakalan di masa remaja. Dengan kata lain, jika seorang remaja memiliki pengendalian diri yang baik sebagai bagian dari dirinya (terinternalisasi), tingkat kenakalan yang ditimbulkan oleh remaja tersebut akan cenderung mengalami penurunan.

Permasalahan anak usia remaja merupakan tanggung jawab bersama, karena remaja hidup di berbagai lingkungan yaitu keluarga, masyarakat dan lembaga atau institusi pemerintahan. Konselor adalah profesi yang berperan penting dalam perkembangan pengembangan diri anak remaja. Berbekal keterampilan dalam pelayanan bimbingan dan konseling, konselor menyampaikan materi pengembangan diri kepada siswa atau anak seusianya. Sesuai dengan Permendiknas No. 22 tentang standar isi dan Permendiknas No. 23 tahun 2006 tentang standar kompetensi (dalam penataan pendidikan profesi konselor, 2007) yang menjelaskan bahwa “materi pengembangan diri sebagai konteks pelayanan bimbingan dan konseling memperjelas peran serta konselor dalam pengembangan pribadi anak didiknya, layaknya guru mata pelajaran yang menggunakan mata pelajaran sebagai konteks layanan”.

Ruang lingkup kerja konselor semakin meluas tidak hanya di lingkup pendidikan. Salah satunya yaitu sebagai konselor rehabilitasi yang bekerja di bawah Dinas Sosial. Perbedaan yang mencolok antara konselor sekolah dengan konselor rehabilitasi adalah konseli atau kliennya. Konselor sekolah memiliki tanggung jawab kepada peserta didik mereka, sementara konselor rehabilitasi

bekerja dengan klien-klien spesifik seperti tuna-rungu, tuna-daksa, tuna-grahita, tuna-netra, tuna wicara dan lain-lain (Gibson, 2011:176).

Dalam penelitian ini konselinya adalah remaja yang secara fisik mereka normal hanya saja perilakunya kurang bisa diterima oleh masyarakat. Dengan kata lain mereka adalah golongan anak nakal, anak jalanan dan eks narkoba. Mereka semua, tinggal dan menempuh pendidikan di balai rehabilitasi agar memiliki keterampilan khusus sebagai modal utama untuk memperoleh pekerjaan. Melalui layanan bimbingan kelompok peneliti mencoba meningkatkan pengendalian diri yang dimiliki oleh PM di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang II

Layanan bimbingan kelompok dipandang tepat sebagai usaha pencegahan (preventif) bagi PM, agar mereka memiliki berbagai wawasan tentang pengendalian diri, tidak hanya dari peneliti melainkan dari anggota lain. Keunggulan lain dari layanan bimbingan kelompok adalah layanan tersebut membahas sebuah topik yang bersifat umum dan menjadi perhatian peserta (Prayitno, 2004). Pengendalian diri adalah topik yang dapat diangkat dalam kelompok untuk dibahas bersama, karena sangat dekat dengan kehidupan mereka sebagai seorang remaja.

Berdasarkan penjelasan di atas peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian yang berjudul “Upaya Meningkatkan Pengendalian Diri (*Self Control*) Penerima Manfaat Melalui Layanan Bimbingan Kelompok di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang II”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan tersebut terdapat rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

- 1.2.1 Bagaimana kondisi pengendalian diri penerima manfaat di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang II sebelum memperoleh layanan bimbingan kelompok?
- 1.2.2 Bagaimana kondisi pengendalian diri penerima manfaat di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang II setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok?
- 1.2.3 Apakah kemampuan pengendalian diri penerima manfaat di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang II mengalami perubahan setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok?

1.3 Tujuan Penelitian

Bertolak dari permasalahan di atas maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1.3.1 Untuk mengetahui kondisi pengendalian diri penerima manfaat sebelum memperoleh layanan bimbingan kelompok.
- 1.3.2 Untuk mengetahui kondisi pengendalian diri penerima manfaat setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok.
- 1.3.3 Untuk membuktikan apakah pengendalian diri penerima manfaat mengalami perubahan setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan di bidang bimbingan dan konseling tentang penerapan layanan bimbingan kelompok bagi penerima manfaat guna intervensi dalam mengendalikan diri (*self control*).

1.4.2 Manfaat Praktis

- (1) Bagi lembaga atau instansi, hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu kinerja konselor rehabilitasi, pengasuh wisma, pendamping wisma dan pekerja sosial dalam pemberian layanan kepada penerima manfaat.
- (2) Bagi pekerja sosial hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan media atau referensi untuk meningkatkan pelayanan bagi penerima manfaat
- (3) Bagi peneliti selanjutnya dapat menjadi dasar dalam meningkatkan profesionalitas dalam pemberian layanan

1.5 Sistematika Penulisan Skripsi

Sistematika skripsi merupakan garis besar penyusunan skripsi yang bertujuan untuk mempermudah menelaah skripsi. Sistematika dalam penulisan skripsi ini terdiri atas tiga bagian yaitu bagian awal, bagian isi dan bagian akhir.

1.5.1 Bagian Awal

Bagian awal berisi halaman judul, pernyataan, halaman pengesahan, motto dan persembahan, kata pengantar, abstrak, daftar isi, daftar tabel, daftar gambar daftar lampiran.

1.5.2 Bagian Isi

Bab 1 Pendahuluan berisi tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan skripsi.

Bab 2 Tinjauan pustaka. berisi tentang landasan teoritis yang menunjang penelitian meliputi, penelitian terdahulu, pengertian pengendalian diri, jenis dan aspek pengendalian diri, faktor-faktor yang mempengaruhi pengendalian diri, perkembangan pengendalian diri, pengertian bimbingan kelompok, tujuan bimbingan kelompok, komponen bimbingan kelompok, tahapan bimbingan kelompok, peningkatan pengendalian diri melalui layanan bimbingan kelompok serta hipotesis.

Bab 3 Metode penelitian meliputi, jenis dan desain penelitian, variabel penelitian, populasi dan sampel, metode dan alat pengumpulan data, uji instrumen penelitian.

Bab 4 Hasil penelitian dan pembahasan. Pada bab ini disajikan hasil penelitian yang meliputi hasil penelitian dan pembahasan.

Bab 5 Penutup berisi tentang penyajian hasil simpulan dan saran sebagai implikasi dari hasil penelitian.

1.5.3 Bagian Akhir

Bagian akhir skripsi ini memuat tentang daftar pustaka dan lampiran-lampiran yang mendukung penelitian ini.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

Dalam bab ini akan membahas tentang penelitian terdahulu dan latar belakang teoritis yang mendukung variabel penelitian. Latar belakang teoritis meliputi (1) Pengendalian diri mencakup tentang pengertian pengendalian diri, jenis dan aspek pengendalian diri, faktor-faktor yang mempengaruhi pengendalian diri, perkembangan pengendalian diri individu; (2) Bimbingan kelompok meliputi pengertian bimbingan kelompok, tujuan bimbingan kelompok, tahapan dalam bimbingan kelompok; (3) Peningkatan kemampuan pengendalian diri melalui layanan bimbingan kelompok.

2.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian ini berfokus pada upaya untuk meningkatkan pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat melalui layanan bimbingan kelompok. Diharapkan setelah pemberian layanan bimbingan kelompok penerima manfaat dapat memiliki pengendalian diri yang lebih baik, sehingga ia dapat berinteraksi dengan baik di lingkungan Balai Rehabilitasi Sosial “Mandiri” Semarang II. Ada beberapa penelitian terdahulu yang mendukung penelitian ini, antara lain:

Penelitian skripsi yang dilakukan oleh Sukmadewi (2010:IX) tentang “*Self Control Pada Kalayan Narkoba di Yayasan Rumah Damai (Studi Kasus tentang Kalayan Narkoba yang Relaps)*” menjelaskan bahwa jika seseorang mampu

mengembangkan *self control* atau pengendalian diri yang mereka miliki, dapat dimungkinkan mereka akan berhasil membina ketahanan diri dan keterampilan menolak terhadap bahaya narkoba. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Sukmadewi, dalam penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan memberikan *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok. Subjek penelitian yang digunakan bukan kalayan narkoba yang relaps melainkan penerima manfaat yang tergolong dalam anak nakal dan anak jalanan (gelandangan dan pengemis)

Penelitian skripsi lainnya oleh Priatmoko (2011: VIII) tentang “Upaya Meningkatkan Pengendalian Emosi melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Remaja di Panti Asuhan Yayasan Al- Hidayah Desa Desel Sadeng Kec. Gunungpati Semarang Tahun 2010” menunjukkan bahwa skor pengendalian emosi sebelum pemberian layanan bimbingan kelompok sebesar 166 atau 60,79% dengan kategorisasi sedang setelah pemberian layanan bimbingan kelompok menjadi 192,5 atau 70,01 % dengan kategorisasi tinggi. Hasil uji wilcoxon menunjukkan bahwa Z_{hitung} sebesar = 3,40 sedangkan $Z_{tabel} = 0,03$. Hal ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan pengendalian emosi. Terkait dengan penelitian yang dilakukan oleh Priatmoko, peneliti mencoba untuk melakukan penelitian yang serupa. Melalui layanan bimbingan kelompok peneliti mencoba untuk merubah pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat.

Penelitian yang dilakukan oleh Nurnaningsih (2011:275) tentang “Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa” menjelaskan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat membantu siswa dalam

mengelola emosi mereka dengan baik. Penelitian ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Nurnaningsih menggunakan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Berdasarkan penelitian tersebut peneliti akan melakukan hal serupa yakni mencoba untuk meningkatkan pengendalian diri penerima manfaat melalui layanan bimbingan kelompok.

Zulkarnain, (2002:17) mengadakan penelitian tentang “Hubungan Kontrol Diri dengan Kreativitas Pekerja” menunjukkan bahwa perilaku yang kreatif memiliki kecenderungan untuk bekerja dengan cara-cara yang tidak konvensional. Hal tersebut muncul sebagai akibat dari keinginan yang kuat akan suatu perubahan. Penelitian ini menjelaskan bahwa ada hubungan negatif antara kendali diri dengan kreativitas pekerja. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi kendali diri yang dimiliki seseorang maka semakin rendah kreativitas yang dimilikinya. Penelitian yang dilakukan oleh Zulkarnain menunjukkan beberapa aspek-aspek dalam pengendalian diri. Penelitian ini membantu peneliti untuk mengenali hubungan antara aspek-aspek dalam pengendalian diri terkait dengan perubahan

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu diatas, peneliti mencoba untuk melakukan penelitian yang hampir sama. Penelitian yang akan peneliti lakukan terkait dengan pengendalian diri dan layanan bimbingan kelompok, yakni “Upaya meningkatkan pengendalian diri penerima manfaat melalui layanan bimbingan kelompok di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang II”

2.2 Pengendalian Diri

Dalam sub bab ini akan dibahas tentang pengendalian diri yang meliputi pengertian pengendalian diri, jenis pengendalian diri, aspek-aspek dalam pengendalian diri, faktor-faktor yang mempengaruhi pengendalian diri dan perkembangan pengendalian diri individu.

2.2.1 Pengertian Pengendalian Diri

Dalam segala aspek kehidupan, individu sangat memerlukan pengendalian diri yang baik. Dengan memiliki pengendalian diri yang baik individu dapat mengarahkan, memperkirakan dan memprediksi dampak dari perilaku yang mereka perbuat. Pengendalian diri (*self control*) didefinisikan sebagai “pengaturan proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri” (Calhoun dan Acocella, 1990: 130). Pengendalian diri merupakan keseluruhan dari proses yang membentuk diri individu yang mencakup proses pengaturan fisik, psikologis dan perilaku.

Pengendalian diri atau disebut juga kendali diri dapat pula diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku mengandung makna, yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak (Ghufroon, 2011:25). Pengendalian diri diartikan sebagai suatu kegiatan yang dilakukan oleh individu untuk mengendalikan perilaku mereka. Dengan menggunakan berbagai pertimbangan sebelum bertindak, individu tersebut mencoba untuk mengarahkan diri mereka

sesuai dengan yang mereka kehendaki. Dengan kata lain, semakin tinggi kendali diri yang dimiliki seseorang semakin intens pengendalian terhadap tingkah laku.

Pengendalian diri dapat digunakan untuk mereduksi efek psikologis yang negatif dan sebagai upaya pencegahan. Dengan memiliki pengendalian diri, individu mampu membuat perkiraan terhadap perilaku yang hendak dilakukan sehingga individu mampu mencegah sesuatu hal yang tidak menyenangkan yang akan diterimanya kelak. Hal tersebut diperkuat dengan definisi yang menjelaskan alasan individu menggunakan kendali diri. Thoreson dan Mahoney (dalam Calhoun dan Acocella, 1990: 158) menjelaskan bahwa ' demi tujuan jangka panjang, dia sengaja menghindari melakukan perilaku yang biasa dikerjakan atau yang segera memuaskannya yang tersedia secara bebas baginya, tetapi malah menggantinya dengan perilaku yang kurang biasa atau menawarkan kesenangan dengan tidak segera'.

Selain sebagai upaya pencegahan diri, pengendalian diri dapat pula sebagai tujuan penundaan. Dengan kata lain pengendalian diri berarti kesengajaan yang dilakukan oleh individu untuk menghindari suatu perilaku dengan tujuan jangka panjang agar memperoleh kepuasan. Dengan menunda suatu perilaku tertentu, meskipun individu tersebut membutuhkannya, pada dasarnya individu tersebut memiliki tujuan yang lebih memuaskan mereka, jika dibandingkan dengan menyegerakan perilaku tersebut untuk dikerjakan. "Kegagalan menunda pemenuhan suatu kebutuhan berhubungan dengan tingkah laku mencontek/ curang atau ketiadaan tanggung jawab sosial" (Santrock 2003: 524).

Kegagalan dalam melakukan penundaan tersebut mengarahkan individu untuk segera memuaskan keinginannya dengan cara-cara yang kurang baik. Untuk melakukan penundaan yang tidak mereka sukai perlu bagi individu untuk melihat keuntungan atas penundaan perilaku yang mereka lakukan, oleh sebab itu ada pendapat yang menyatakan bahwa 'pengendalian diri menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitifnya untuk menyatakan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti apa yang dikehendaki' Lazarus (1976) (dalam Hermanto, 2009:2).

Pertimbangan kognitif yang dilakukan oleh individu, membantu mereka untuk melakukan suatu perilaku tertentu, seperti penundaan pemenuhan kebutuhan. Hal tersebut bertujuan guna mencapai tujuan secara optimal. Dengan melakukan penundaan pada dasarnya individu mengetahui bahwa sesuatu yang mereka harapkan dapat mereka penuhi, namun mereka melakukan penundaan bertujuan untuk mencapai harapan tersebut secara maksimal.

Kazdin (1994) (dalam Elliot, 1999:228) berpendapat bahwa '*self control usually refers to those behavior that a person deliberately undertakes to achieve self selected outcome*'. Pengendalian diri (*self control*) sering digunakan individu untuk melakukan suatu tindakan secara sengaja atas keinginan pribadinya untuk memperoleh kesuksesan yang mereka kehendaki.

Sejalan dengan pendapat tersebut, Ronen (1993) (dalam Safaria, 2004:109) menjabarkan bahwa 'kendali diri bisa diartikan sebagai proses yang terjadi ketika dalam situasi tanpa batasan dari lingkungan eksternal anak melakukan suatu jenis perilaku yang sebelumnya sedikit tidak mungkin muncul dibandingkan perilaku

alternatif lainnya'. Dapat pula diartikan sebagai proses yang dilakukan individu atas dasar kemauan dan pemikiran yang mereka miliki. Dengan kata lain, individu dapat memunculkan suatu perilaku positif ketika situasi yang ada memungkinkannya memunculkan perilaku yang negatif (Safaria, 2004:109).

Pengendalian diri atau *self control* dapat pula diartikan sebagai "perbuatan membina tekad untuk mendisiplinkan kemauan, memacu semangat, mengikis keseganan dan mengarahkan energi untuk benar-benar melaksanakan apa yang harus dikerjakan dalam studi" (The Liang Gie, 1995: 190). Kendali diri yang dimiliki oleh individu dapat pula membantu mereka dalam mencapai suatu tujuan. Dengan memiliki pengendalian diri yang baik, individu dapat mengoptimalkan tindakan mereka dan menahan diri untuk berbuat yang tidak seharusnya mereka perbuat.

Pengendalian diri dijabarkan sebagai "kemampuan seseorang melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu dengan mendisiplinkan kemauan atau dorongan-dorongan dalam diri seseorang, serta menahan diri dengan sadar untuk bertindak guna mencapai hasil dan tujuan sesuai yang diinginkan" (Nur Khasanah, 2009: 16).

Dari beberapa pengertian yang telah dijelaskan, pengendalian diri diartikan sebagai tindakan mengendalikan atau mengarahkan tingkah laku seseorang, sebagai upaya pencegahan (preventif), sebagai suatu tindakan penundaan pemuasan kebutuhan, sebagai suatu keterampilan, keahlian, potensi, perbuatan untuk pembinaan tekad. Berdasarkan pengertian yang telah diuraikan, maka pengendalian diri dalam penelitian ini memiliki maksud sebagai kemampuan yang

dimiliki oleh individu untuk mengarahkan dirinya mendekati tujuan yang diharapkan dengan jalan mendisiplinkan diri dan melakukan penundaan terhadap perilaku yang dapat menghambat pencapaian tujuan yang telah ditetapkan.

2.2.2 Jenis dan Aspek Pengendalian Diri

2.2.2.1 Jenis Pengendalian Diri

Setiap individu memiliki kemampuan pengendalian diri yang berbeda-beda. Ada individu yang pandai dalam mengendalikan diri mereka namun ada juga individu yang kurang pandai dalam mengendalikan diri. Berdasarkan kualitasnya kendali diri dapat dibedakan menjadi tiga jenis, yaitu:

- (1) *Over control* merupakan kendali diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap stimulus.
- (2) *Under control* merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impuls dengan bebas tanpa perhitungan yang masak.
- (3) *Appropriate control* merupakan kendali individu dalam upaya mengendalikan impuls secara tepat. (Block dan Block dalam Zulkarnaen, 2002:10)

Kemampuan individu dalam mengendalikan diri memiliki tiga tingkatan yang berbeda-beda. Individu yang berlebihan dalam mengendalikan diri mereka yang disebut dengan *over control*. Individu yang cenderung untuk bertindak tanpa berpikir panjang atau melakukan segala tindakan tanpa perhitungan yang matang (*under control*). Sementara individu yang memiliki pengendalian diri yang baik, yaitu individu yang mampu mengendalikan keinginan atau dorongan yang mereka miliki secara tepat (*appropriate control*).

Rosenbaum (1993) (dalam Safaria, 2004:115) mengembangkan model pengendalian diri bagi orang dewasa ke dalam tiga tipe kendali diri yaitu '*redresif*, *reformatif* dan *eksperiensial*'.

(1) Pengendalian diri tipe *redresif*

Pengendalian diri tipe *redresif* berfokus pada fungsi untuk mengoreksi proses pengendalian-diri. Pengendalian diri tipe *redresif* ini berusaha untuk menghilangkan keadaan mengganggu yang sedang dialami oleh individu. Sebagai contoh seorang anak yang sedang mengalami kecemasan ketika menghadapi ujian. Kecemasan tersebut akan mengakibatkan individu tersebut tidak dapat berkonsentrasi dan tidak mampu mengerjakan ujian secara optimal. Tugas terapis atau konselor adalah membantu menghilangkan kecemasan tersebut, sehingga individu yang bersangkutan mampu mencapai prestasi optimal dalam mengerjakan ujian. 'Metode kognitif untuk kendali diri tipe *redresif* ini adalah *self talk*, relaksasi, dan teknik *imagery*' (Ronen, 1993, dalam Saffari, 2004:116).

(2) Pengendalian diri tipe *reformatif*

Pengendalian diri tipe *reformatif* memiliki fokus pada hasil jangka panjang, dengan tujuan untuk mencegah timbulnya masalah pada masa depan klien (*preventif*). Pengendalian diri *reformatif* memberikan tekanan kepada konseli untuk menahan diri dari kenikmatan sesaat dan ketabahan menghadapi dalam stres. Contoh dalam pengendalian tipe *reformatif* adalah jika seorang anak terbiasa belajar dengan menghafal dalam mengerjakan suatu ujian, akan diajarkan untuk mengubah kebiasaan yang kurang efektif tersebut. Proses terapis akan diarahkan kepada penguasaan keterampilan-keterampilan belajar yang lebih efektif, seperti

keterampilan perencanaan, pemahaman, membuat kesimpulan dan keterampilan mengevaluasi materi pelajaran.

(3) Pengendalian diri tipe *eksperensial*

Pada tipe pengendalian diri *eksperensial*, individu diarahkan kepada penerimaan dan *pembukaan* dirinya untuk bersedia membuka diri terhadap pengalaman-pengalaman baru. Rosenbaum (dalam Safaria, 2004:118) mendefinisikan kendali diri *eksperensial* ini sebagai 'kemampuan individu untuk menjadi sensitif dan menyadari perasaan-perasaannya dan penghayatan akan stimulasi dari lingkungan yang spesifik. Penekanan dalam tipe *eksperensial* adalah kesediaan individu untuk membuka diri terhadap pengalaman-pengalaman baru. Dengan kesediannya dalam membuka diri, individu tersebut akan memperoleh pengalaman-pengalaman baru yang dijadikannya sebagai tolak ukur terhadap pengetahuan yang ia miliki sebelumnya. Hal ini akan meningkatkan keadaan heterostatis dan memperkaya pengalaman yang telah dimilikinya. Melihat tujuan tersebut Ronen (1993) dalam (Saffari, 2004:108) menambahkan 'metode yang digunakan untuk kendali diri tipe *eksperensial* adalah relaksasi, hipnotis, mendengarkan musik, melukis, bercocok tanam, memelihara binatang, atau menikmati hubungan sosial'.

Averill (1973) (dalam Ghufron, 2011:29) mengelompokkan pengendalian diri menjadi tiga jenis yaitu, "(1) mengontrol perilaku (*behavior control*), (2) mengontrol kognitif (*cognitive control*), dan (3) mengontrol keputusan (*decision control*)."

- (1) Kendali Tingkah Laku (*Behavior control*), merupakan kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan.
- (2) Kendali Kognitif (*Cognitive control*), merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan.
- (3) Mengontrol Keputusan (*Decision control*), merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya.

Kemampuan pengendalian diri seseorang meliputi tiga jenis di antaranya kendali perilaku (*behavior control*) yang menuntut individu untuk mengendalikan diri dalam merespon suatu keadaan tertentu. Kendali kognitif (*control cognitive*) merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan diri untuk mengolah sebuah informasi sebagai media untuk mengurangi tekanan. Mengontrol keputusan (*decision control*) adalah jenis pengendalian diri yang dimiliki seseorang untuk memilih suatu tindakan tertentu yang telah mereka yakini.

2.2.2.2 Aspek Pengendalian Diri

Di dalam pengendalian diri terdapat 3 komponen (Elliot dkk, 1999:229) yaitu:

- (1) *Self-assesment or self analysis*

Seseorang menguji perilaku mereka sendiri atau pikiran yang mereka miliki kemudian menentukan perilaku atau proses berpikir yang mana yang akan

ditampilkan. Penilaian diri ini membantu individu untuk memenuhi standar yang mereka ciptakan sendiri dengan membandingkan keberhasilan atau kesuksesan orang dewasa disekitarnya atau teman sebaya. Dengan melakukan penilaian diri, individu akan mengetahui kelemahan serta kelebihan yang mereka miliki dan berusaha untuk memperbaikinya agar memenuhi standar yang mereka ciptakan.

(2) *Self-monitoring*

Self-monitoring dapat diartikan sebagai suatu proses di mana seseorang merekam atau mencatat penampilan mereka atau menyimpan sebuah rekaman atau catatan dari apa yang telah mereka lakukan. Alasan untuk melakukan pencatatan itu adalah pertama, catatan itu akan memberitahukan apakah kendali diri dapat memberikan manfaat atau tidak. Kedua, catatan tersebut akan berguna dalam memberikan balikan yang positif ketika seseorang mengalami peningkatan (McFall, 1997 dalam Calhoun dan Acocella, 1990:175).

(3) *Self-reinforcement*

Self-reinforcement adalah pemberian penghargaan atau hadiah kepada diri sendiri atas keberhasilannya dalam memenuhi segala bentuk perilaku yang telah ditetapkannya atau termonitorir. Penggunaan pengukuhan diri bisa dalam bentuk konkrit, seperti makanan, mainan, permen dan bisa pula berupa simbolis, seperti senyum, pujian, dan persetujuan. Pengukuhan diri positif akan membantu anak mengubah gambaran dirinya menjadi lebih positif yang pada akhirnya akan meningkatkan kepercayaan diri anak (Safaria, 2004:92).

Menurut Averill (1973) (dalam Ghufron, 2011: 31) menjelaskan bahwa dalam mengukur kendali diri yang dimiliki oleh individu dapat melalui beberapa aspek yang terdapat dalam diri seorang individu, hal tersebut dapat diamati melalui beberapa aspek pengendalian diri (*self control*) sebagai berikut:

1) Kemampuan mengatur pelaksanaan (*regulated administration*)

Merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Individu yang kurang mampu mengendalikan situasi atau keadaan maka mereka memiliki kecenderungan untuk patuh terhadap kendali eksternal. Dengan kata lain kemampuan mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) mengarah kepada pengertian apakah individu mampu menggunakan aturan perilaku dengan menggunakan kemampuannya sendiri, jika tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Kemampuan mengatur pelaksanaan menitik beratkan peranan individu untuk mengatur perilaku mereka guna mencapai perihal yang diharapkan.

2) Kemampuan mengontrol stimulus (*stimulus modifiability*)

Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Kemampuan ini mengandung pengertian bahwa individu memiliki prediksi dari perbuatan yang mereka kerjakan. Hal ini bertujuan agar individu mampu mempersiapkan diri atas segala kemungkinan yang akan terjadi sebagai akibat dari tindakan yang mereka kerjakan. Ada beberapa cara yang dapat dilakukan oleh individu untuk mencegah atau menjauhi stimulus, yaitu dengan

menempatkan tenggang waktu di antara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir dan membatasi intensitasnya.

3) Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian.

Untuk dapat mengantisipasi suatu peristiwa individu memerlukan informasi yang cukup lengkap dan akurat, sehingga dengan informasi yang dimiliki mengenai keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan.

4) Kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian

Kemampuan ini berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif. Kemampuan dalam menafsirkan peristiwa setiap individu ini berbeda antara satu dan lainnya. Hal ini erat kaitannya dengan pengalaman dan pengetahuan yang mereka miliki.

5) Kemampuan mengambil keputusan

Kemampuan mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kendali diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

Terdapat beberapa aspek yang dimiliki oleh individu dalam mengendalikan diri mereka. Individu yang mampu mengendalikan diri adalah mereka yang dapat mengelola dengan baik informasi yang diperoleh, mengendalikan stimulus, mengantisipasi suatu peristiwa, menafsirkan suatu peristiwa dan mengambil sebuah keputusan yang tepat.

Aspek lain yang terdapat dalam pengendalian diri seseorang meliputi kendali emosi, pikiran dan mental. Ketiga aspek tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

- a. Kendali emosi
Seseorang dengan kendali emosi yang baik, cenderung akan memiliki kendali pikiran dan fisik yang baik pula.
- b. Kendali pikiran
Jika belum apa-apa sudah berpikir gagal, maka semua tindakan akan mengarah pada terjadinya kegagalan. Jika berpikir bahwa sesuatu pekerjaan tidak mungkin dilakukan, maka akan berhenti berpikir untuk mencari solusi.
- c. Kendali fisik
Kondisi badan yang fit merupakan salah satu faktor kunci dalam menunjukkan kemampuan kita berfungsi dengan optimal (Roy Sembel, 2003: 1-2).

Aspek dalam pengendalian diri tidak hanya sebatas dalam mengendalikan perilaku, memperoleh informasi, menilai informasi dan mengambil sebuah keputusan. Pengendalian diri juga memiliki aspek lain yang meliputi aspek emosional, pikiran dan fisik. Ketiga aspek tersebut saling berkaitan dan mempengaruhi dalam pengambilan keputusan.

Aspek-aspek pengendalian diri yang digunakan dalam penelitian ini adalah berdasarkan aspek-aspek pengendalian diri menurut pendapat Averill (dalam Ghufron, 2011: 30) yaitu pengendalian tingkah laku (*behavior control*),

pengendalian kognitif (*cognitive control*), dan mengendalikan keputusan (*decision control*).

2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengendalian Diri

Secara garis besar faktor-faktor yang mempengaruhi pengendalian diri terdiri dari faktor internal (dari diri individu) dan faktor eksternal (lingkungan individu).

(1) Faktor internal

Faktor internal yang ikut andil terhadap pengendalian diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang maka, semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu.

(2) Faktor eksternal

Faktor eksternal yang dimaksud adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang (Ghufron, 2011:32).

Dalam mengendalikan diri, seseorang dipengaruhi beberapa faktor. Faktor yang mempengaruhi pengendalian diri seseorang tersebut meliputi faktor dalam diri sendiri dan dari luar diri individu yang bersangkutan. Faktor dalam diri seperti usia, memberikan pengaruh terhadap bagaimana individu mengendalikan dirinya. Semakin dewasa usia seseorang, semakin baik dalam mengendalikan dirinya (Hermanto:2009). Faktor lingkungan juga memberikan peranan penting terhadap pengendalian diri yang dimiliki oleh individu.

2.2.4 Perkembangan Pengendalian Diri Individu

Sejak individu dilahirkan dan tumbuh berkembang, individu mempelajari banyak hal dalam hidupnya. Hal terpenting bagi perkembangan diri seorang individu adalah diri (*self*) yang merupakan bagian dari proses terbentuknya pengendalian diri (*self control*). Perilaku anak pertama kali dikendalikan oleh kekuatan eksternal. Tindakan mereka seberapa besar dipengaruhi oleh perintah dari orang tua dan lingkungan (Vasta dkk dalam Ghufron, 2011:26). Tanpa disadari kendali eksternal tersebut terinternalisasi dalam diri seorang anak sehingga menjadi kendali internal. Kendali internal yang digunakan seorang individu tersebut yang membantu mereka dalam pengendalian diri.

Ronen (1993) (dalam Safaria, 2004: 110) menambahkan bahwa ‘ada dua langkah penting dalam perkembangan keterampilan pengendalian diri pada anak. pertama kendali orang dewasa terhadap anak dan yang kedua keterampilan verbal pada anak yang akan mendorong anak untuk mengendalikan perilakunya sendiri’.

Peran serta orang tua atau orang dewasa bagi perkembangan pengendalian diri seseorang sangatlah memiliki peranan penting. Kedudukan orang tua bernilai tinggi sehingga persetujuan dan ketidaksetujuan secara emosional memberikan ganjaran dan hukuman bagi anak. Oleh karena itu, persetujuan atau ketidakpersetujuan orang tua mempunyai kekuatan untuk membujuk anak menunda kepuasan segera untuk kepentingan yang lebih besar yaitu ganjaran jangka panjang (Calhoun dan Acocella, 1990:136). Keputusan orang tua dalam merespon perilaku seorang individu ketika masih kecil memberikan dampak terhadap pengendalian diri yang individu miliki ketika beranjak dewasa.

Remaja yang dapat mengendalikan diri dengan baik, dapat diamati dari cara mereka melampiaskan gejala emosional secara tepat. Remaja dikatakan sudah mencapai kematangan emosional bila pada masa akhir remajanya emosinya tidak meledak dihadapan orang lain, melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkannya dengan cara-cara yang lebih diterima dan tidak mengganggu orang lain (Hurlock dalam Ghufron, 2011:24).

Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan pengendalian diri seorang individu mengalami perkembangan. Sejak individu dalam masa anak-anak, pengendalian diri menggunakan kendali dari luar (orang tua atau orang dewasa lainnya) hingga hal tersebut terinternalisasi dalam diri sendiri (*self control*). Seiring dengan bertambahnya usia,, individu memiliki banyak hubungan dengan orang lain, sehingga mereka memiliki banyak pengetahuan dan wawasan dalam berinteraksi dengan orang lain, sehingga akan banyak kendali eksternal (*control eksternal*) yang mereka miliki. Control eksternal yang telah menjadi bagian dari individu akan membantu mereka dalam berperilaku agar sesuai dengan harapan sosial tanpa harus dibimbing, diawasi, didorong dan diancam seperti halnya hukuman yang dialami ketika masa anak-anak.

2.3 Layanan Bimbingan Kelompok

Dalam sub bab ini akan dijelaskan tentang pengertian layanan bimbingan kelompok, tujuan bimbingan kelompok, komponen dalam bimbingan kelompok, tahapan dalam bimbingan kelompok, dan upaya meningkatkan pengendalian diri penerima manfaat melalui layanan bimbingan kelompok.

2.3.1 Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok

Dalam kehidupan sehari-hari, setiap individu menjalin interaksi dengan individu lainnya. Seorang remaja pada umumnya memiliki kesempatan yang lebih besar untuk menjalin interaksi dengan orang lain. Dalam menjalin interaksi dengan orang lain tersebut terkadang remaja mengalami permasalahan atau konflik dengan orang lain. Berbagai alternatif menjadi pilihan remaja untuk meminimalisir atau membantu mereka dalam menghadapi permasalahan hidupnya. Alternatif tersebut dapat berasal dari teman sebaya, orang tua, guru atau orang dewasa lainnya. Melalui layanan bimbingan kelompok remaja dapat menemukan berbagai alternatif dan informasi yang terpercaya dan lebih terorganisir sesuai dengan perkembangan mereka.

Istilah bimbingan kelompok mengacu kepada aktivitas-aktivitas kelompok yang berfokus kepada penyediaan informasi atau pengalaman lewat aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisir (Gibson dan Mitchell, 2011:275). Pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok terlaksana secara terencana dan terorganisir yang bertujuan menyediakan informasi melalui aktivitas kelompok. Romlah (2001:3) menjelaskan bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok untuk membahas topik-topik yang bersifat umum.

Layanan bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari nara sumber tertentu dan/atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan tertentu yang berguna untuk

menunjang pemahaman dan kehidupan sehari-hari dan/atau untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan dan/atau tindakan tertentu (Prayitno, 1998:36).

Gazda (1978) (dalam Amti dan Prayitno, 2008:309) menjelaskan bahwa 'layanan bimbingan kelompok disekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Dengan kata lain layanan bimbingan kelompok difokuskan pada pemberian informasi untuk membantu siswa dalam menyusun rencana atau mengambil sebuah keputusan.

Dari berbagai pendapat tersebut dapat disimpulkan layanan bimbingan kelompok sebagai kegiatan kelompok yang memanfaatkan dinamika kelompok sebagai media untuk membahas topik umum dengan panduan seorang narasumber atau pemimpin kelompok.

2.3.2 Tujuan Bimbingan Kelompok

Setiap kegiatan yang disusun secara sistematis dan terencana memiliki tujuan dan harapan demikian halnya dengan layanan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok diorganisasikan untuk mencegah berkembangnya problem (Gibson dan Mitchell, 2011: 52). Secara tidak langsung hal ini menjelaskan, bahwa layanan bimbingan kelompok memiliki fungsi pencegahan. Fungsi pencegahan yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan tercegahnya atau terhindarnya peserta didik dari berbagai permasalahan yang mungkin timbul yang akan dapat mengganggu, menghambat ataupun

menimbulkan kesulitan dan kerugian-kerugian tertentu dalam proses perkembangannya (Prayitno, 1998:26).

Pelayanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh fungsi utama bimbingan yang didukung oleh layanan konseling kelompok ialah fungsi pengentasan (Sukardi dan Kusmawati, 2008:78). Fungsi pengentasan yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan terentaskannya atau teratasinya berbagai permasalahan yang dialami oleh peserta didik. Fungsi pengentasan digunakan untuk menggantikan istilah fungsi kuratif atau teraupetik yang berasumsi pengobatan atau perbaikan. Hal ini bertujuan untuk menghargai posisi konseli sebagai pengguna jasa layanan bimbingan dan konseling dari anggapan masyarakat bahwa mereka memiliki penyakit kejiwaan atau dalam kondisi yang tidak normal. Sesuai dengan pendapat Prayitno (1998:26), pemberian label atau asumsi bahwa peserta didik atau klien (konseli) adalah orang yang "sakit" atau "tidak baik" atau "rusak" sama sekali tidak boleh dilakukan.

Berdasarkan fungsinya layanan bimbingan kelompok dapat dikelompokkan memiliki dua tujuan. Pertama, layanan bimbingan kelompok sebagai upaya pencegahan (preventif) terhadap problematika yang sering dijumpai oleh penerima manfaat. Kedua, layanan bimbingan kelompok sebagai upaya untuk menjangring atau menyeleksi anggota kelompok tertentu untuk memperoleh layanan yang lebih optimal melalui layanan konseling kelompok ataupun layanan konseling individual.

Topik pembahasan dalam bimbingan kelompok berbeda dengan layanan dalam bimbingan dan konseling lainnya. Secara khusus bimbingan kelompok bermaksud membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta (Prayitno, 2004:3). Pembahasan topik-topik dalam layanan bimbingan kelompok dapat melalui dua jenis kelompok, yaitu kelompok bebas dan kelompok tugas. Kelompok bebas membahas topik bahasan yang diusulkan oleh anggota kelompok dan disepakati oleh pemimpin kelompok dan anggota kelompok tersebut. Dengan kata lain kelompok bebas memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk menentukan topik bahasan, sementara kelompok tugas topik bahasan merupakan penugasan dari pemimpin kelompok yang bertujuan untuk mempersatukan anggota kelompok.

Kedua jenis kelompok tersebut (bebas dan tugas) merupakan media untuk mempermudah pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok. Meskipun dalam kelompok tugas masing-masing anggota terikat terhadap penyelesaian pembahasan topik yang diangkat, namun tujuan penyelesaian tugas tidak boleh mengesampingkan tujuan umum pendekatan kelompok yaitu untuk menciptakan kehidupan kelompok yang dinamis melalui pengembangan sikap, keterampilan, dan keberanian sosial yang bertenggang rasa. Perbedaan dalam kedua jenis kelompok tersebut terletak pada “darimana datangnya materi bahasan “namun secara umum memiliki tujuan yang sama.

Dari berbagai penjelasan tentang tujuan diselenggarakan layanan bimbingan kelompok dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu individu guna memperoleh informasi, wawasan dan pengalaman

yang digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk mengambil sebuah keputusan atau perubahan sikap dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

2.3.3 Komponen Bimbingan Kelompok

Dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok perlu diperhatikan komponen-komponen yang terdapat dalam kegiatan bimbingan kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok berperan dua pihak yaitu (1) Pemimpin kelompok (2) Anggota kelompok atau peserta (Prayitno, 2004:4).

Pemimpin kelompok (PK) adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling profesional. Jelas bahwa tidak semua orang dapat melakukan layanan bimbingan kelompok. Oleh sebab itu pemimpin kelompok memiliki karakter dan peranan penting dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok dalam layanan bimbingan kelompok memiliki karakteristik, yaitu:

- (1) Pemimpin menjaga dirinya tetap jujur, terbuka dan bersikap etis setiap saat
- (2) Pemimpin terbuka dan menerima masukan dari semua anggota kelompok, bahkan opini anggota yang tidak disetujui.
- (3) Minat utama pemimpin disepanjang waktu adalah pertumbuhan pribadi dan kesejahteraan semua anggota kelompoknya.
- (4) Pemimpin memodelkan nilai dan perilaku yang bisa meningkatkan kualitas hidup anggota-anggota kelompoknya (Gibson dan Mitchell, 2011:290)

Terkait dengan karakteristik dan sikap yang dimiliki oleh pemimpin kelompok, pemimpin kelompok juga memiliki peranan penting. Peranan pemimpin kelompok yaitu; pemimpin kelompok dapat memberikan bantuan,

pengarahan ataupun campur tangan langsung, pemimpin kelompok memusatkan perhatian pada suasana yang berkembang dalam kelompok, pemimpin kelompok perlu mengarahkan anggota kelompoknya, pemimpin kelompok perlu memberikan tanggapan tentang berbagai hal yang terjadi dalam kelompok (Prayitno, 1995:35). Dengan kata lain pemimpin kelompok harus memiliki kompetensi untuk mengarahkan, mengkoordinir sekaligus menimbulkan minat kepada anggota kelompok untuk berperan secara aktif dalam kegiatan kelompok.

Anggota kelompok (AK) adalah semua individu yang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok yang dipimpin oleh pemimpin kelompok. Anggota kelompok memiliki peranan terpenting dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok. Dapat dikatakan bahwa anggota kelompok justru merupakan badan dan jiwa suatu kelompok (Prayitno,1995:30).

Dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok keanggotaan perlu diperhatikan. Hal tersebut bukan berarti mendiskriminasikan melainkan untuk mempermudah pencapaian tujuan dalam kegiatan bimbingan kelompok. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam keanggotaan kelompok yaitu jenis kelompok, umur, kepribadian dan hubungan awal (Prayitno, 1995: 30).

Di samping keempat hal tersebut Gibson dan Mitchell (2011:287) menambahkan perlu mempertimbangkan penyeleksian anggota kelompok yang meliputi (a) kepentingan bersama (b) Sukarela atau mengajukan diri (c) kesediaan berpartisipasi dalam kelompok (d) kemampuan berpartisipasi dalam proses kelompok.

2.3.4 Tahapan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok diselenggarakan secara sistematis, terencana dan memiliki tujuan serta sasaran yang jelas. Oleh sebab itu dalam penyelenggaraan layanan bimbingan kelompok terdapat beberapa langkah atau tahapan. Prayitno (1995:76) membagi tahapan bimbingan kelompok meliputi:

(1) Langkah awal

Langkah awal atau tahap awal diselenggarakan dalam rangka pembentukan kelompok sampai dengan mengumpulkan para peserta yang siap melaksanakan kegiatan kelompok. Langkah ini dimulai dengan memberikan penjelasan tentang adanya layanan bimbingan kelompok baik menggunakan media tertulis maupun lisan.

Dengan tenaga pembimbing dan tenaga pengasuh yang ditugaskan di masing-masing wisma, layanan bimbingan kelompok dapat diinformasikan. Jumlah penerima manfaat yang mengikuti layanan bimbingan kelompok berkisar antara 8-10 orang. Penerima yang terpilih sebagai subjek penelitian diberikan perlakuan (*treatment*) berupa layanan bimbingan kelompok.

(2) Perencanaan kegiatan

Perencanaan kegiatan yang dilakukan oleh konselor meliputi beberapa hal yaitu (a) menentukan materi layanan (b) menentukan tujuan yang ingin dicapai (c) menentukan sasaran kegiatan (d) bahan atau sumber bahan untuk kelompok tugas (e) rencana penilaian dan (f) waktu dan tempat pelaksanaan bimbingan kelompok.

(3) Pelaksanaan kegiatan

Kegiatan yang telah direncanakan oleh konselor tersebut kemudian direalisasikan yaitu dengan melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok meliputi beberapa tahapan, yaitu: (1) Tahap pembentukan, tahap pembentukan yaitu tahapan untuk membentuk kerumunan sejumlah individu menjadi satu kelompok. (2) Tahap peralihan, tahap peralihan yaitu tahapan untuk mengalihkan kegiatan awal kelompok ke kegiatan berikutnya (3) Tahap kegiatan, tahap kegiatan merupakan tahapan inti, yaitu kegiatan untuk membahas topik-topik tertentu. Topik-topik yang dibahas dalam kegiatan bimbingan kelompok adalah terkait dengan pengendalian diri (4) Tahapan Pengakhiran, tahap pengakhiran merupakan tahap akhir kegiatan, tahapan ini bertujuan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok, serta merencanakan kegiatan selanjutnya (Prayitno, 2004:19)

(4) Evaluasi kegiatan

Penilaian kegiatan bimbingan kelompok tidak berorientasi pada "hasil belajar" melainkan berupa penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang diperoleh peserta. Dengan pemberian layanan bimbingan kelompok konseli atau anggota kelompok memiliki pengetahuan tertentu sesuai topik yang dibahas, yaitu pengendalian diri. Kesan-kesan yang disampaikan oleh anggota kelompok merupakan penilaian yang sesungguhnya.

(5) Analisis dan Tindak Lanjut

Analisis yang dapat dilakukan oleh konselor dapat berupa analisis diagnosis atau analisis prognosis. Analisis diagnosis merupakan analisis ke belakang, seperti menganalisis jenis kelompok yang telah diberi layanan, waktu dan tempat, materi, teknik yang digunakan, peranan anggota kelompok. Analisis prognosis adalah analisis yang merupakan tinjauan ke depan setelah pemberian layanan.

Dalam analisis prognosis, satu hal yang perlu diperhatikan yaitu tentang keberlanjutan pembahasan topik atau pemberian topik yang berkaitan dengan topik sebelumnya. Usaha tindak lanjut yang dilakukan oleh konselor erat kaitannya dengan hasil analisis. Tindak lanjut itu dapat dilaksanakan melalui pertemuan bimbingan kelompok selanjutnya atau melalui bentuk-bentuk layanan lainnya, atau bentuk-bentuk kegiatan non layanan, atau kegiatan dianggap sudah memadai dan selesai sehingga oleh karenanya upaya tindak lanjut secara tersendiri dianggap tidak perlu (Prayitno, 1995:83).

2.4 Upaya Meningkatkan Pengendalian Diri Penerima Manfaat Melalui Layanan Bimbingan Kelompok.

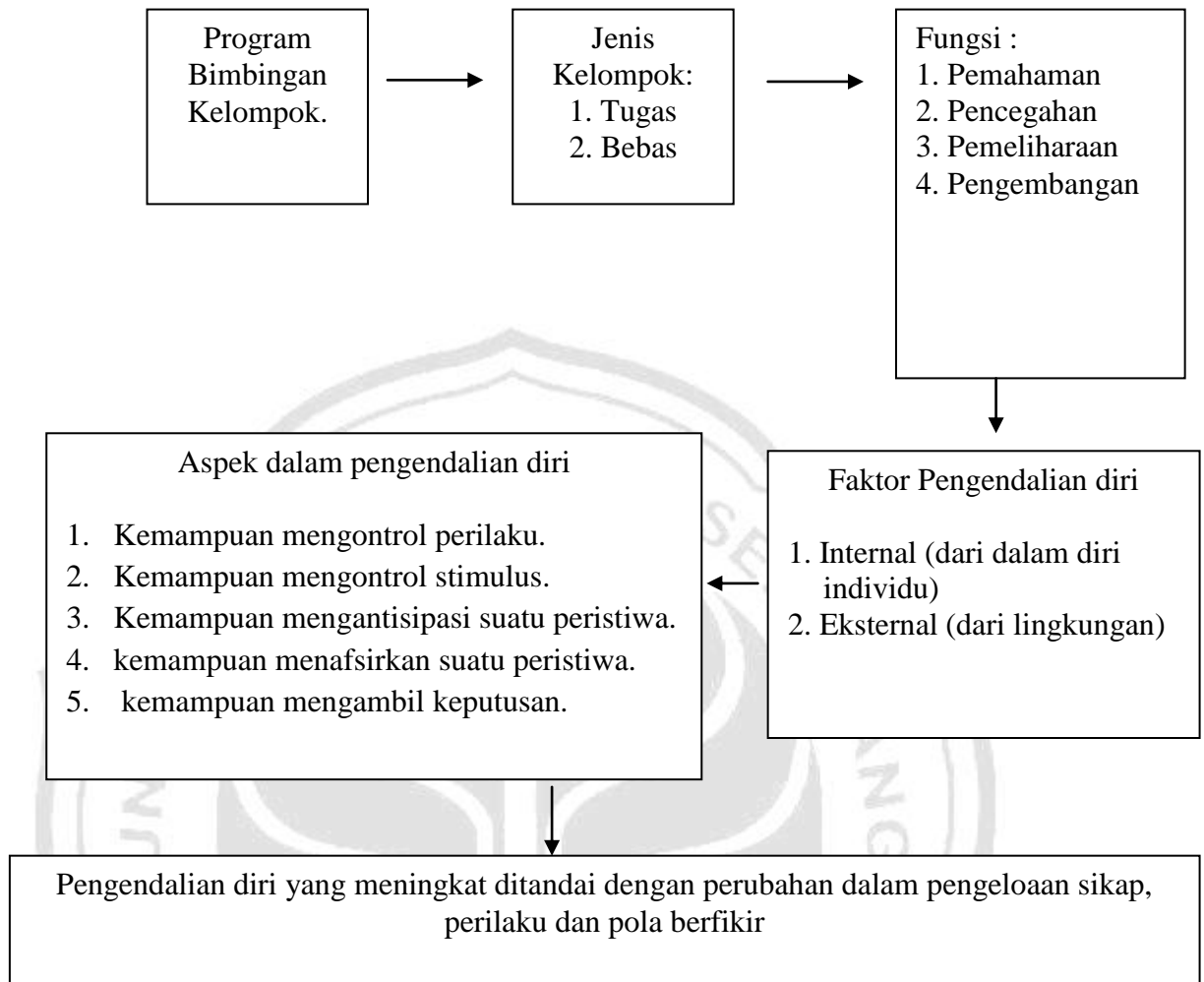
Pengendalian diri yang dimiliki oleh seorang remaja dapat membantu mereka dalam mengurangi perilaku-perilaku negatif yang sering muncul pada usia-usia remaja. Terutama penerima manfaat yang masih menginjak usia-usia remaja. Feldman dan Weinberger (1994) (dalam Santrock, 2003:524)

menambahkan bahwa pengendalian diri memainkan peranan penting dalam kenakalan remaja.

Bimbingan kelompok yang merupakan salah satu jenis layanan dalam bimbingan konseling memiliki peranan penting dalam membantu penerima manfaat di lingkungan balai rehabilitasi mandiri. Melalui sembilan jenis layanan dan lima kegiatan pendukung pelayanan bimbingan konseling dapat membantu penerima manfaat untuk melalui masa-masa remaja mereka di balai rehabilitasi mandiri.

Pelayanan bimbingan dan konseling di balai rehabilitasi memiliki keunikan tersendiri. Dilihat dari subjek penerima layanan, konselor rehabilitasi berbeda dengan konselor sekolah. Di balai rehabilitasi, istilah penerima manfaat diberikan kepada mereka anak-anak remaja yang tergolong dalam kriteria-kriteria tertentu. Dengan kata lain, konselor rehabilitasi memiliki konseli (klien) yang memiliki kriteria atau spesifikasi tertentu. Gibson (2010:176) menambahkan bahwa konselor rehabilitasi biasanya bekerja dengan klien-klien yang spesifik seperti tuna-rungu, tuna-daksa, tuna-grahita, tuna-netra, tuna wicara dan lain-lain (Gibson, 2010:176). Penerima manfaat yang tinggal dalam balai rehabilitasi meliputi anak jalanan, gelandangan dan pengemis (gepeng), anak mantan pecandu narkoba

Terkait hubungan antara bimbingan kelompok sebagai upaya untuk meningkatkan pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat peneliti menyajikan bagan sebagai berikut:



Bagan 1 Peningkatan pengendalian diri melalui layanan bimbingan kelompok

Dengan memiliki pengendalian diri yang baik, remaja tersebut dapat menyikapi berbagai hal secara tepat. Penelitian yang hampir serupa oleh Nurnaningsih (2011:275) menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kecerdasan emosional seseorang. Dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok, diasumsikan pengendalian diri penerima manfaat akan meningkat.

Kesesuaian layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan pengendalian diri penerima manfaat terletak pada fungsi-fungsi utama yang

terdapat dalam layanan bimbingan kelompok. Fungsi pemahaman membantu penerima manfaat untuk memahami pengendalian diri yang mereka miliki. Fungsi pencegahan (preventif) bertujuan untuk memberikan pengaruh yang positif terhadap anggota kelompok lain sehingga hal tersebut dapat meminimalisir permasalahan yang diakibatkan atas rendahnya pengendalian diri. Fungsi Pemeliharaan dan pengembangan ditujukan bagi anggota kelompok yang memiliki pengendalian diri yang baik agar tidak terjerumus (Prayitno, 1994: 199).

Layanan bimbingan kelompok dijadikan sebagai *treatment* untuk mengubah pengendalian diri penerima manfaat selain fungsi layanan yang telah dijelaskan diatas. Layanan bimbingan kelompok sebagai layanan dalam bentuk kelompok memiliki faktor –faktor kuratif yang terkait dengan pembentukan pengendalian diri. Melalui layanan bimbingan kelompok penerima manfaat dapat saling menerima dan memberi (*altruisme*). Terkait dengan faktor-faktor kuratif yang dapat dimunculkan dalam kegiatan kelompok Yalom (1985) (dalam Wibowo, 2005:65) mengelompokkan terdapat sebelas faktor kuratif dalam kegiatan kelompok yaitu pembinaan harapan, universalitas, pemberian informasi, altruisme, pengulangan korektif keluarga asal, pengembangan teknik sosialisasi, peniruan tingkah laku, belajar berhubungan dengan pribadi lain, rasa kebersamaan, katarsis, dan faktor0faktor eksistensial.

Melalui layanan bimbingan kelompok penerima manfaat dapat belajar untuk berinteraksi dengan orang lain, mematuhi norma-norma yang telah disepakati oleh kelompok, dan saling memberi dan menerima (*altruisme*) kondisi orang lain. Harapannya setelah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok akan terjadi

perubahan pada aspek-aspek pengendalian diri yang meliputi kendali perilaku, kendali kognitif dan mengendalikan keputusan

Melihat tujuan tersebut, model layanan bimbingan kelompok yang penulis lakukan adalah model layanan bimbingan kelompok dengan topik tugas. Topik tugas adalah topik atau pokok bahasan yang datangnya dari pemimpin kelompok dan ditugaskan kepada kelompok untuk memahaminya (Prayitno, 2004:27). Pelaksanaan bimbingan kelompok diselenggarakan seminggu sekali di salah satu wisma di balai rehabilitasi mandiri sebanyak 8 kali. Topik-topik yang akan dibahas dalam layanan bimbingan kelompok disesuaikan dengan aspek-aspek yang terdapat dalam pengendalian diri menurut Averill (dalam Gufron, 2011: 31). Pengendalian diri meliputi: (1) kemampuan mengontrol perilaku (*control behavior*) (2) kemampuan mengendalikan kognitif (*control cognitive*) dan kemampuan mengambil keputusan (*control decision*).

2.5 Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara pertanyaan penelitian (Azwar,1999:49). Sugiyono (2008:64) menyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum terdapat jawaban yang empirik. Dalam penelitian ini ada dua yaitu variabel terikat pengendalian diri (*self control*) dan variabel bebas bimbingan kelompok. Oleh sebab itu, hipotesis penelitian ini adalah “tingkat pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat dapat diubah melalui layanan bimbingan kelompok”.

BAB 3

METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan hal terpenting dalam sebuah penelitian. Dalam metode penelitian dijelaskan tentang urutan suatu penelitian. Hal yang perlu diperhatikan dalam metode penelitian adalah ketepatan penggunaan metode yang sesuai dengan objek penelitian dan tujuan yang ingin dicapai. Uraian yang akan dibahas mengenai jenis dan desain penelitian, variabel penelitian, populasi dan sampel, metode dan alat pengumpulan data, serta uji instrumen penelitian.

3.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengetes, mengecek, atau membuktikan suatu hipotesis, ada tidaknya pengaruh dari suatu *treatment* atau perlakuan (Hadi, 2004:427). Dalam penelitian ini layanan bimbingan kelompok (X) diduga mempengaruhi kemampuan pengendalian diri (Y), Setelah pemberian tindakan (*treatment*) berupa layanan bimbingan kelompok kemampuan pengendalian diri penerima manfaat akan berkembang. Pemberian *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok ini dilaksanakan sebanyak delapan kali pertemuan tatap muka dengan anggota kelompok atau subjek penelitian.

3.2 Desain Penelitian

Terdapat beberapa desain penelitian eksperimen, menurut Sugiyono terdapat beberapa desain penelitian eksperimen yaitu *Pre Eksperimental Design*, *True Eksperimental Design*, *Factorial Design*, dan *Quasi Eksperimental Design* (Sugiyono,2008:73). Dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian *Quasi Eksperimental Design*. Morrison (2007:282) mengelompokkan *Quasi Eksperimental Design* dalam beberapa bentuk (*form*) salah satu bentuk (*form*) yang digunakan yakni bentuk *One-Group Pretest-Posttest Design*, yakni adanya suatu kelompok yang diberi perlakuan/*treatment* dengan didahului *pretest* sebelum perlakuan dan *posttest* setelah perlakuan.

Penelitian ini terdapat dua kali pengukuran, pengukuran pertama digunakan untuk mengukur kemampuan pengendalian diri sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok (O1) yang disebut *pretest* dan pengukuran kedua untuk mengukur kemampuan pengendalian diri sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok (O2) yang disebut *posttest*. “Perbedaan antara O1 dan O2 yakni O1 dan O2 diasumsikan merupakan efek dari *treatment* atau *eksperimen*” (Arikunto, 2006:85). Dengan kata lain hasil pengukuran terhadap subjek yang belum diberi perlakuan dibandingkan dengan hasil setelah subjek penelitian diberikan perlakuan. Hasil perbandingan tersebut sebagai akibat dari perlakuan (*treatment*) yang diberikan berupa layanan bimbingan kelompok. Untuk lebih jelasnya, akan dijelaskan melalui gambar dari desain penelitian yang akan dilakukan, sebagai berikut:

$O_1 \times O_2$

Gambar 3.1
Desain Penelitian

(Sugiyono,
2011:112)

Keterangan

- O_1 : Pengukuran (*pretest*/skala penilaian awal untuk mengukur kemampuan pengendalian diri penerima manfaat sebelum dilakukan layanan bimbingan kelompok
- X : Layanan bimbingan kelompok
- O_2 : Pengukuran (*posttest*/skala penilaian akhir) untuk mengukur kemampuan pengendalian diri penerima manfaat setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok

Untuk memperjelas pelaksanaan dalam penelitian ini disajikan rancangan penelitian eksperimen yaitu :

- 1) Melakukan *pretest* adalah pengukuran (dengan menggunakan skala pengendalian diri) kepada sampel penelitian sebelum diadakan perlakuan yaitu bimbingan kelompok. Tujuan diselenggarakan *pretest* adalah untuk mengetahui kondisi awal pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat. Hasil perhitungan *pretest* ini akan digunakan sebagai bahan perbandingan pada *posttest*.
- 2) Memberikan perlakuan (*treatment*) adalah pemberian perlakuan terhadap sampel penelitian berupa layanan bimbingan kelompok dengan topik tugas. Pemberian layanan bimbingan kelompok diberikan sebanyak 8 kali pertemuan

tatap muka dengan durasi 45 menit/pertemuan. Setiap akhir pertemuan akan dilakukan penilaian (UCA). 3) Melakukan *posttest* adalah pengukuran kembali menggunakan instrumen (skala pengendalian diri) dengan tujuan untuk mengetahui kondisi pengendalian diri penerima manfaat setelah pemberian layanan bimbingan kelompok.

Selama kegiatan penelitian berlangsung, peneliti mencoba untuk menyusun jadwal pelaksanaan kegiatan. Hal ini bertujuan agar mempermudah peneliti untuk melaksanakan kegiatan penelitian. Dengan menjadwalkan kegiatan penelitian, peneliti dapat memprediksi keberlangsungan pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok. Berikut jadwal pelaksanaan yang akan peneliti, laksanakan .

Tabel 3.1
Jadwal Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

Tahap	Topik	Sub Topik	Tujuan	Waktu (menit)
		<i>Pretest</i>		60
1	Memahami orang lain	1. Pengertian memahami orang lain 2. Manfaat memahami orang lain 3. Bagaimana jika tidak memahami orang lain 4. Contoh perilaku memahami orang lain	1. Tujuan Umum <ul style="list-style-type: none"> • Meningkatkan rasa percaya diri penerima manfaat dalam berargumentasi 2. Tujuan Khusus <ul style="list-style-type: none"> • AK mengetahui pengertian pentingnya sikap memahami orang • AK dapat menentukan tindakan yang tepat ketika berhubungan dengan orang lain 	45
2	Sabar	1. Pengertian sabar 2. Dampak positif dan negatif dari bersabar	1. Tujuan Umum <ul style="list-style-type: none"> • Berlatih mengungkapkan pendapat 	45

		3. Batasan-batasan dalam bersabar	2. Tujuan Khusus <ul style="list-style-type: none"> • Mengendalikan diri mereka jika menemui konflik • Meningkatkan keyakinan AK dalam bertindak dan bersikap. • Menumbuhkan pola pikir baru dengan bersabar sebelum bertindak 	
3	Penyesuaian Diri	1. Pengertian adaptasi 2. Pentingnya memiliki sikap adaptasi 3. Dampak jika tidak memiliki adaptasi yang baik 4. Mengembangkan kemampuan adaptasi	1. Tujuan Umum <ul style="list-style-type: none"> • Melatih keterampilan berkomunikasi 2. Tujuan Khusus <ul style="list-style-type: none"> • Meningkatkan kemampuan penyesuaian diri AK • Menambah wawasan tentang cara beradaptasi di lingkungan baru 	45
4	Tanggungjawab	1. Pengertian tanggungjawab 2. Dampak positif dan negatif memiliki tanggung jawab 3. Bagaimana mengembangkan rasa tanggung jawab	1. Tujuan Umum <ul style="list-style-type: none"> • Melatih keterampilan berkomunikasi 2. Tujuan Khusus <ul style="list-style-type: none"> • Menambah wawasan tentang tanggungjawab dalam setting kehidupan • Bahan pertimbangan bersikap di dalam kehidupan • Memiliki keyakinan dalam bersikap dan bertindak 	45
5	Perencanaan	1. Makna sebuah perencanaan 2. Manfaat memiliki perencanaan	1. Tujuan Umum <ul style="list-style-type: none"> • Melatih keterampilan berkomunikasi 	45

		<p>hidup</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Dampak tidak memiliki sebuah perencanaan dalam hidup 4. Bentuk-bentuk perencanaan dalam kehidupan sehari-hari 	<ol style="list-style-type: none"> 2. Tujuan Khusus <ul style="list-style-type: none"> • Melatih AK kelompok untuk meningkatkan kemampuan analisisnya • Melatih AK untuk mengarahkan diri mereka sendiri 	
6	Memanfaatkan peluang atau kesempatan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Arti sebuah kesempatan 2. Mencari berbagai peluang 3. Cara-cara dalam memanfaatkan peluang 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tujuan Umum <ul style="list-style-type: none"> • Melatih keterampilan berargumentasi 2. Tujuan Khusus <ul style="list-style-type: none"> • Melatih anggota kelompok dalam memahami peluang yang ada • Menyadarkan AK tentang berbagai kemungkinan peluang dalam kehidupan • Berbagi informasi tentang berbagai cara untuk memanfaatkan peluang 	45
7	Berani bersikap tegas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Arti ketegasan dalam pergaulan 2. manfaat memiliki ketegasan 3. dampak tidak punya ketegasan dalam pergaulan 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tujuan Umum <ul style="list-style-type: none"> • Melatih keterampilan berargumentasi 2. Tujuan Khusus <ul style="list-style-type: none"> • Memahami tentang arti ketegasan dalam kehidupan • AK menyadari tentang pentingnya memiliki ketegasan dalam kehidupan • Dapat membedakan ketegasan dengan kekerasan 	45
8	Berani mengambil	<ol style="list-style-type: none"> 1. Arti sebuah keputusan 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tujuan Umum <ul style="list-style-type: none"> • Melatih 	45

	keputusan .	2. Hal-hal yang perlu dipertimbangkan dalam mengambil keputusan 3. Memaknai keputusan	keterampilan berargumentasi 2. Tujuan Khusus <ul style="list-style-type: none"> • Memahami makna sebuah keputusan • Meningkatkan pemahaman tentang pertimbangan dalam mengambil keputusan 	
<i>Posttest</i>				60

3.3 Variabel Penelitian

3.3.1 Identifikasi Variabel

Variabel dapat diartikan sebagai gejala yang dipersoalkan (Purwanto, 2010:45) . Dalam penelitian ini terdapat dua jenis variabel penelitian. Variabel bebas (*independent variable*) dan variabel terikat (*dependent variable*).

- 1) Variabel Bebas atau *independent variabel* adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (Sugiyono, 2011:4). Dalam penelitian ini variabel bebas adalah layanan bimbingan kelompok (X)
- 2) Variabel Terikat atau *dependent variabel* merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah pengendalian diri (Y). Aspek-aspek pengendalian diri yang dijadikan indikator dalam penelitian ini mengambil pendapat dari Averill (1973) yakni, kendali perilaku (*behaviour control*) kendali kognitif (*cognitive control*) mengendalikan keputusan (*decision control*)

3.3.2 Hubungan Antar Variabel

Hubungan antara ke dua jenis variabel penelitian (variabel bebas dan variabel terikat) dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 3.2
Hubungan antar variabel

Dalam penelitian ini layanan bimbingan kelompok sebagai variabel bebas diberikan kepada penerima manfaat dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan pengendalian diri mereka. Dengan demikian layanan bimbingan kelompok sebagai variabel bebas mempengaruhi pengendalian diri penerima manfaat sebagai variabel terikat (Y).

3.3.3 Definisi Operasional Variabel

3.3.3.1 Pengendalian Diri

Pengendalian diri dalam penelitian ini diartikan sebagai kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk mengarahkan dirinya mendekati tujuan yang diharapkan dengan jalan mendisiplinkan diri dan melakukan penundaan terhadap perilaku yang dapat menghambat pencapaian tujuan yang telah ditetapkan.

Indikator dalam pengendalian diri yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan pada teori Averill (1973) yang mengelompokkan pengendalian diri ke dalam 3 aspek yang meliputi: (1) kemampuan mengontrol perilaku (2)

kemampuan mengontrol kognitif, (3) kemampuan mengambil keputusan. Ketiga aspek pengendalian diri tersebut dijadikan sebagai indikator dalam skala pengendalian diri.

3.3.3.2 Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok dalam penelitian ini diartikan sebagai suatu layanan dalam bentuk kegiatan kelompok yang memanfaatkan dinamika kelompok sebagai media untuk membahas topik umum dengan panduan seorang narasumber atau pemimpin kelompok. Dalam penelitian ini narasumber atau pemimpin kelompok adalah peneliti sendiri. Layanan bimbingan kelompok dalam penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat yang terdiri atas kendali perilaku, kendali kognitif dan kendali mengambil keputusan.

3.4 Populasi dan Sampel Penelitian

3.4.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2011:119). Dengan kata lain populasi menitikberatkan pada jangkauan atau wilayah generalisasi penelitian. Arikunto (2006:130) menambahkan populasi sebagai keseluruhan subjek penelitian". Populasi dalam penelitian adalah penerima manfaat yang telah

tinggal dan memperoleh pendidikan atau pelatihan keterampilan di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang II.

3.4.2 Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang akan dijadikan sebagai subjek penelitian. Purwanto (2010:220) menambahkan sampel adalah sebagian dari populasi yang memiliki ciri yang sama dengan keseluruhan populasi. Ada beberapa teknik atau cara dalam menentukan sampel penelitian. Untuk menggunakan sampel dalam penelitian, kondisi subjek penelitian dalam populasi harus homogen (Arikunto,2006:132). Populasi dalam penelitian ini adalah penerima manfaat yang telah tinggal dan memperoleh pendidikan, sehingga penerima manfaat yang baru masuk atau rujukan dari instansi lain tidak termasuk dalam populasi. Hal ini bertujuan agar populasi tetap homogen.

Pengambilan sampel (teknik sampling) yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* (sampling bertujuan). Sugiyono (2011:126) mendefinisikan *purposive sampling* sebagai teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Alasan menggunakan teknik sampling ini adalah disesuaikan dengan tujuan penelitian yakni untuk meningkatkan pengendalian diri penerima manfaat melalui layanan bimbingan kelompok, sehingga sampel yang digunakan adalah penerima manfaat yang memiliki dengan pertimbangan-pertimbangan tertentu. Berikut pertimbangan yang digunakan dalam pengambilan sampel dengan teknik *purposive sampling* adalah (1) Penerima manfaat yang telah tinggal dan memperoleh pendidikan di balai rehabilitasi mandiri (2) Usia

penerima manfaat yang dijadikan sampel penelitian relatif sama yakni berkisar usia antara 18 -19 tahun (3) Kriteria pengendalian diri yang dimiliki antara sangat rendah hingga tinggi berdasarkan perhitungan skala pengendalian diri

Jumlah sampel yang dijadikan sebagai subjek penelitian yakni 10 orang, hal ini bertujuan agar layanan bimbingan kelompok yang diberikan berjalan lebih efektif. Tohirin (2007:170) menambahkan bahwa “layanan bimbingan kelompok beranggotakan 8-10 orang agar lebih efektif”. Melihat penjelasan di atas penelitian ini mengambil 10 orang sebagai sampel penelitian yang akan diberikan *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok.

3.5 Metode dan Alat Pengumpulan Data

3.5.1 Metode Pengumpulan Data

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologi dan alatnya adalah skala pengendalian diri. “Skala psikologis adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur atribut psikologis” (Azwar,2005:3). Skala psikologis memiliki beberapa karakteristik yang tidak dimiliki oleh alat pengumpul data lainnya. Beberapa karakteristik yang dimiliki oleh skala psikologi adalah:

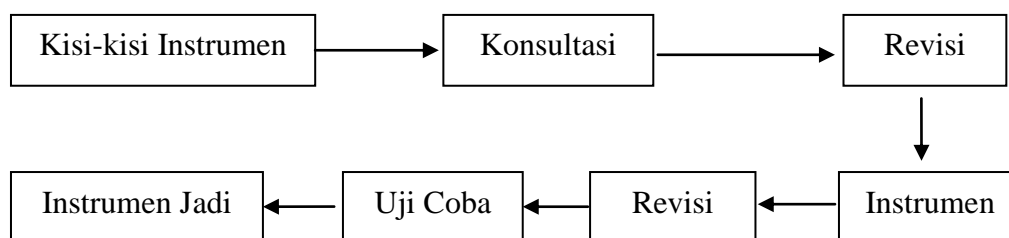
- 1) Stimulusnya berupa pertanyaan atau pernyataan yang tidak langsung mengungkap atribut yang hendak diukur melainkan mengungkap indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan
- 2) Atribut diungkap secara tidak langsung lewat indikator-indikator perilaku sedangkan indikator perilaku diterjemahkan dalam bentuk item-item
- 3) Respon subjek tidak diklasifikasikan sebagai jawaban “benar” atau “salah” tetapi semua jawaban dapat diterima sepanjang diberikan secara jujur dan sungguh-sungguh. Hanya saja jawaban yang berbeda akan diinterpretasikan berbeda pula (Azwar,2005:3-4)

Dengan demikian skala psikologi dapat digunakan sebagai instrumen yang dapat mengungkapkan indikator perilaku, berupa pernyataan maupun pertanyaan sebagai stimulus. Responden tidak mengetahui arah jawaban dari pernyataan maupun pertanyaan tersebut. Hasil jawaban responden tersebut kemudian dianalisis dan diinterpretasikan sesuai dengan sesuatu yang hendak diukur.

3.5.2 Alat Pengumpul Data

Pengumpulan data dapat diartikan sebagai usaha pencatatan hasil penelitian yang mencakup segala peristiwa, fakta, keterangan dan angka yang dapat dijadikan sebagai bahan acuan untuk menyusun suatu informasi tertentu. Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala pengendalian diri yang dikembangkan oleh peneliti berdasarkan teori.

Skala pengendalian diri diberikan di awal dan di akhir eksperimen. Skala penilaian awal bertujuan untuk mengetahui tingkat pengendalian diri penerima manfaat yang telah mereka miliki selama ini. Skala penilaian akhir digunakan untuk mengetahui perubahan tingkat pengendalian diri penerima manfaat setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok. Adapun tahapan terbentuk skala pengendalian diri yaitu:



Gambar 3.3 Prosedur Penyusunan Instrumen

Gambar di atas merupakan langkah-langkah dalam menyusun instrumen, yaitu pertama membuat kisi-kisi instrumen, kemudian dikonsultasikan, hasil konsultasi tersebut direvisi. Instrumen yang telah direvisi diujicobakan. Dari hasil uji coba (*try out*) akan tampak beberapa item yang valid. Item yang valid tersebut disusun kembali menjadi instrumen yang siap disebar.

Skala pengendalian diri menggunakan alternatif 4 pilihan jawaban yaitu, sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS) dan sangat tidak sesuai (STS) yang bertujuan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi penerima manfaat terhadap fenomena sosial yang berkaitan dengan pengendalian diri mereka. Fenomena sosial yang akan diteliti telah ditetapkan oleh peneliti, yang disebut dengan variabel penelitian. Variabel tersebut kemudian dijabarkan dalam indikator-indikator penelitian, kemudian indikator tersebut dijabarkan sebagai panduan untuk menyusun item-item instrumen penelitian.. Kelemahan dengan 5 alternatif jawaban memiliki kecenderungan untuk memilih alternatif jawaban ditengah karena dirasa aman dan paling gampang, responden hampir tidak berpikir terlalu lama untuk menjawabnya (Arikunto, 2006:241). Adapun kriteria penskoran item skala pengendalian diri sebagai berikut.

Tabel 3.2
Penskoran Item Skala Pengendalian Diri

Alternatif Jawaban	Jenis Item	
	(+)	(-)
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

Jawaban soal positif diberi skor 4,3,2,1 sedangkan jawaban untuk soal negatif diberi skor 1,2,3,4 sesuai dengan arah pertanyaan yang dimaksudkan. Pernyataan-pernyataan yang diberikan kepada penerima manfaat adalah yang sesuai dengan tujuan penelitian yaitu pernyataan tentang pengendalian diri. Format respon yang digunakan dalam instrumen terdiri dari 4 pilihan yang menyatakan tingkat pengendalian diri penerima manfaat dari tingkat sangat sesuai (SS) hingga sangat tidak sesuai (STS)

Untuk mempermudah dalam pembuatan instrumen skala pengendalian diri maka dibuat kisi-kisi instrumen skala pengendalian diri. Kisi-kisi skala pengendalian diri ini didasarkan dari penjabaran teoritik tentang aspek-aspek yang terdapat dalam pengendalian diri meliputi kendali perilaku (*behavior control*), kendali kognitif (*cognitive control*) dan pengambilan keputusan (*decision control*). Adapun kisi-kisi skala pengendalian diri dapat diamati pada tabel sebagai berikut:

Tabel 3.3
Kisi-Kisi Pengembangan Instrumen Skala Pengendalian Diri Penerima Manfaat

Variabel	Indikator	Deskriptor	Item	
			+	-
Pengendalian Diri Penerima Manfaat	1. Kendali perilaku (<i>Behavior control</i>)	Menentukan kegiatan atas dasar inisiatif pribadi	1,2,4,7,8	3,6,11,13, 15
		Membuat prioritas kegiatan	5,9, 10,12, 14	17,19, 21, 23, 30
		Mampu mengendalikan keadaan	16,20, 22, 24, 25	18, 27, 29, 34, 36

	2. Kendali Kognitif (<i>Cognitive control</i>)	Melakukan pertimbangan sebelum bertindak	26,28, 31,32,45	35 , 38, 41, 43, 47
		Memilih kegiatan berdasarkan informasi yang telah jelas	37, 39, 44, 50, 57	33, 42 , 46, 49,54
	3. Mengontrol keputusan (<i>Decision control</i>)	Melakukan kegiatan yang sesuai dengan kebutuhan	40, 51, 56, 53, 70	48, 52, 59, 62, 64
		Melakukan kegiatan sesuai dengan kemampuan	58 , 61, 63,71,80	55, 67 , 73,76,78
		Mampu memanfaatkan peluang	60, 65, 68,75,79	66, 69, 77, 72,74,

3.6 Uji Instrumen Penelitian

3.6.1 Validitas

Validitas menunjukkan pada ketepatan pengumpulan data, atau data yang dikumpulkan memang benar-benar yang ingin diperoleh oleh peneliti (Sukmadinata, 2009:153). Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji validitas isi (*content validity*). Validitas isi adalah jenis uji validitas yang bertujuan untuk mengetahui apakah instrumen yang digunakan dapat mengukur secara tepat keadaan yang ingin diukur. Metode dalam uji validitas isi ini adalah dengan menelaah butir instrumen. Dengan kata lain, uji validitas isi dapat dilakukan dengan melihat korelasi butir dengan total. Butir yang memiliki korelasi tinggi dengan totalnya menunjukkan bahwa butir tersebut merupakan bagian dari instrumen, karena butir tersebut memiliki sumbangan besar dalam membentuk skor total instrumen, sehingga butir yang valid adalah butir yang memiliki korelasi tinggi dengan skor totalnya. Untuk mengetahui apakah butir memberikan sumbangan yang signifikan terhadap total digunakan rumus korelasi

product moment dari *pearson*. Jika korelasi hitung lebih tinggi dari tabel maka butir dan total berkorelasi signifikan, keduanya mengukur hal yang sama, butir merupakan bagian dari total dan butir tersebut valid untuk mengukur variabel (Purwanto, 2010:129). Berikut rumus *product moment* yang digunakan untuk menghitung skor butir pada instrumen:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}} \quad (\text{Hadi,2004:240})$$

Keterangan:

- r_{xy} = validitas butir
 $\sum X$ = jumlah skor X
 $\sum X^2$ = jumlah kuadrat skor X
 $\sum Y$ = jumlah skor Y
 $\sum Y^2$ = jumlah kuadrat skor Y
 $\sum XY$ = jumlah hasil perkalian antara skor X dan Y
 N = jumlah responden

Hasil perhitungan r_{xy} dibandingkan dengan hasil r *product moment* pada tabel dengan taraf signifikan 5%. Jika hasil $r_{xy} > r_{tabel}$ maka item soal tersebut valid. Validitas instrumen diperoleh dari hasil uji coba (*try out*) skala pengendalian diri. Dari hasil uji coba tersebut diperoleh beberapa item yang valid dan tidak valid. Item dalam kategori valid yang dipergunakan sebagai instrumen pengendalian diri yang ditujukan pada subjek penelitian sesungguhnya.

Berdasarkan uji coba skala pengendalian diri yang terdiri dari 80 item dan diujicobakan kepada 30 responden dengan nilai r_{tabel} 0,349 pada taraf signifikan 5 % dapat ditemukan sebanyak 18 butir item tidak valid antara lain, item nomer 4, 8, 10, 11, 14, 15, 22, 23, 28, 30, 36, 45,47, 57, 64, 67, 70, 76. Pada delapan belas

butir item tersebut memiliki $r_{hitung} < 0,349$. Item yang tidak valid tersebut tidak disertakan dalam skala pengendalian diri pada penelitian ini. Jadi item yang akan digunakan pada penelitian ini sebanyak 62 item yang merupakan penjabaran dari aspek-aspek pengendalian diri. Uraian hasil uji coba dapat dilihat pada lampiran.

3.6.2 Reliabilitas

Reliabilitas berkaitan dengan derajat konsistensi dan stabilitas data atau temuan (Sugiyono, 2008:268). Dengan stabilitas konsisten suatu instrumen, maka hasil dari data tersebut dapat dipercaya. Arikunto (2006:178) menambahkan bahwa “Reliabilitas menunjuk suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik”.

Teknik uji reliabilitas yang digunakan adalah rumus *alpha*:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum ob^2}{\sigma^2 t} \right] \quad \text{Purwanto (2010:181)}$$

Keterangan :

r_{11} : reliabilitas instrumen

k : banyaknya butir pertanyaan/banyaknya soal

$\sum ob^2$: jumlah varians butir

σ^2 : varians total

Hasil perhitungan r_{hitung} dibandingkan dengan r_{tabel} pada taraf signifikan 5%. jika $r_{hitung} >$ dari pada r_{tabel} maka instrumen tersebut dapat dikatakan reliable.

Adapun klasifikasi reliabilitas instrumen menurut Arikunto (2006:178) adalah sebagai berikut:

Tabel 3.4
Klasifikasi Reliabilitas

Reliabilitas	Klasifikasi
0,9 < r _h 1	Sangat tinggi
0,7 < r _h 0,8	Tinggi
0,5 < r _h 0,6	Cukup
0,3 < r _h 0,4	Rendah
0,0 < r _h 0,2	Sangat rendah

(Arikunto,2006:178)

Pengukuran reliabilitas skala pengendalian diri terhadap 30 responden, diperoleh koefisien reliabilitas (r_{11}) sebesar 0,929. Taraf signifikan 5 % dengan 30 responden memiliki nilai r_{tabel} sebesar 0,361. Hasil perhitungan reliabilitas skala pengendalian diri diperoleh $r_{11} > r_{tabel}$ ($0,929 > 0,361$). Pada tabel 3.4 menunjukkan bahwa uji coba skala pengendalian diri memiliki reliabilitas sangat tinggi, maka instrumen tersebut reliabel dan dapat digunakan untuk pengambilan data penelitian.

3.6.3 Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam penelitian. Dengan menggunakan teknik analisis data dapat membuktikan hipotesis dan menarik sebuah kesimpulan dari masalah yang akan akan diteliti. Analisis deskriptif persentase digunakan untuk mengetahui gambaran umum tingkat pengendalian diri penerima manfaat sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) diberikan perlakuan. Adapun rumus yang digunakan adalah :

$$\% = \frac{n}{N} \times 100\%$$

Keterangan

% : Persentase yang dicari

n : Jumlah skor yang diperoleh

N : Jumlah skor yang diharapkan

Dalam mendeskripsikan tingkat pengendalian diri yang memiliki rentang skor 1-4, dibuat interval kriteria dengan cara:

Data maksimal = $4/4 \times 100\% = 100\%$

Data minimal = $1/4 \times 100\% = 25\%$

Range = $100\% - 25\% = 75\%$

Panjang kelas interval = Range: Panjang Kelas = $75 : 4 = 18,75$

Dengan panjang kelas interval 18,75 dan prosentasi skor terendah adalah 25% maka dapat ditentukan kriteria sebagai berikut

Tabel 3.5 Kriteria Penilaian Tingkat Pengendalian Diri

Interval	Kriteria
$81,25\% < \% \leq 100\%$	Sangat Tinggi
$62,50\% < \% \leq 81,25\%$	Tinggi
$43,75\% < \% \leq 62,50\%$	Rendah
$25,00\% < \% \leq 43,75\%$	Sangat Rendah

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *non parametric*, dengan menggunakan uji *Wilcoxon*. Pada penelitian ini tidak menggunakan rumus uji *wilcoxon* karena subjek penelitian hanya terdiri dari sepuluh orang melainkan menggunakan tabel penolong untuk uji *wilcoxon*. Sugiyono (2007:133) menambahkan bahwa bila sampel pasangan lebih dari 25, maka distribusinya akan mendekati normal sehingga digunakan rumus z dalam pengujiannya.

Tabel 3.6 Tabel Penolong untuk Uji Wilcoxon

No	X_{A1}	X_{B1}	Beda	Tanda Jenjang		
			$X_{B1} - X_{A1}$	Jenjang	+	-
Jumlah					T =	

Keterangan:

No : Kode responden

X_{A1} : Hasil *pretest* tiap responden

X_{B1} : Hasil *posttest* tiap responden

Beda ($X_{B1} - X_{A1}$) : Selisih hasil *posttest* dan *pretest*

Tanda Jenjang : Tingkatan/ jenjang baik yang positif maupun negatif

T : Jumlah jenjang atau rangking yang kecil

(Sugiyono, 2007: 133)

Dari hasil hitung jumlah jenjang terkecil (T) dibandingkan dengan tabel wilcoxon (terlampir). Jika hasil analisis lebih besar atau sama dengan tabel *wilcoxon* ($T_{hitung} \geq T_{tabel}$), maka layanan bimbingan kelompok terbukti memberikan pengaruh positif terhadap pengendalian diri yang dimiliki oleh subjek penelitian.

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam bab ini akan membahas tentang hasil analisis data penelitian dan pembahasan hasil penelitian mengenai upaya meningkatkan pengendalian diri penerima manfaat melalui layanan bimbingan kelompok di Balai Rehabilitasi Semarang II. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan November hingga Desember 2012.

4.1 Hasil Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, akan dipaparkan hasil dari proses penelitian yang telah dilakukan. Hasil dari proses penelitian yang akan dipaparkan meliputi gambaran tingkat kemampuan pengendalian diri penerima manfaat sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok, gambaran tingkat kemampuan pengendalian diri penerima manfaat setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok, peningkatan kemampuan pengendalian diri penerima manfaat setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok.

4.1.1 Gambaran Pengendalian Diri Penerima Manfaat Sebelum Mendapatkan Layanan Bimbingan Kelompok

Gambaran kondisi pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat (PM) sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dapat diketahui melalui hasil perhitungan *pre-test* dengan menggunakan instrumen skala pengendalian

diri. Sebanyak 62 item yang terdapat dalam skala pengendalian diri diberikan kepada 28 orang penerima manfaat yang bertujuan untuk mencari subjek penelitian dan mengetahui kondisi pengendalian diri penerima manfaat. Hasil perhitungan skala pengendalian diri terhadap 28 responden dapat dilihat melalui tabel berikut:

Tabel 4.1
Hasil Perhitungan *Pre-test* Skala Pengendalian Diri

No	Responden	Pengendalian Diri		
		Σ	%	Kriteria
1	RD	158	64%	Tinggi
2	SW	104	42%	Sangat rendah
3	SGT	156	63%	Tinggi
4	MH	136	55%	Rendah
5	CN	96	39%	Sangat rendah
6	AW	135	54%	Rendah
7	HK	149	60%	Rendah
8	DG	132	53%	Rendah
9	TM	144	58%	Rendah
10	MT	102	41%	Sangat rendah
11	WT	205	83%	Sangat tinggi
12	ANT	138	56%	Rendah
13	JN	141	57%	Rendah
14	AN	141	57%	Rendah
15	SSL	144	58%	Rendah
16	SWN	136	55%	Rendah
17	WL	158	64%	Tinggi
18	WN	101	41%	Tinggi
19	MS	100	40%	Sangat rendah
20	BG	144	58%	Rendah
21	WT	138	56%	Rendah
22	ST	157	63%	Tinggi
23	YG	139	56%	Rendah
24	SP	131	53%	Rendah
25	YN	141	57%	Rendah
26	IS	110	44%	Rendah
27	ZN	143	58%	Rendah
28	MZ	156	63%	Tinggi

Dari tabel 4.1 di atas dipaparkan hasil *pre-test* terhadap 28 responden. Terdapat empat anak yang termasuk dalam kriteria sangat rendah dengan persentase antara 25% - 43,75%, tujuh belas anak pada kriteria rendah yaitu persentase 43,75% - 62,50 %, Enam anak dalam kriteria tinggi 62,50%-81,25, sementara satu anak dalam kriteria sangat tinggi 81,25%-100%.

Layanan bimbingan kelompok lebih efektif jika anggota kelompok berkisar antara 8-10 orang, sehingga dalam penelitian ini peneliti memilih subjek penelitian yang terdiri dari 10 orang. Pengambilan subjek penelitian menggunakan teknik *purposive sampling*, yakni pengambilan sampel yang dilakukan dengan memilih secara sengaja menyesuaikan dengan tujuan penelitian (Purwanto,2010:231). Berdasarkan tujuan penelitian yakni untuk meningkatkan pengendalian diri penerima manfaat melalui layanan bimbingan kelompok, maka diambil beberapa penerima manfaat yang memiliki kecenderungan pengendalian diri rendah yakni meliputi empat anggota kelompok yang memiliki pengendalian diri yang sangat rendah (SW, CN, MT, dan MS), empat anggota kelompok yang memiliki pengendalian diri yang rendah (AW, AN,SP dan IS) dan dua anggota kelompok yang memiliki tingkat pengendalian diri yang tinggi (ST dan IS).

Seluruh anggota kelompok yang terpilih sebagai subjek penelitian memiliki masa pendidikan di balai rehabilitasi mandiri yang sama, memiliki hak dan kewajiban yang sama dan dalam taraf perkembangan yang sama. Persamaan tersebut merupakan homogenitas yang diperlukan dalam kelompok. Setelah homogenitas terpenuhi hal yang perlu dipertimbangan dalam pengambilan subjek penelitian adalah heterogenitas kelompok. Kondisi heterogenitas ini terkait

dengan perbedaan tingkat pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat. Prayitno (2004: 11) menambahkan bahwa setelah kondisi homogenitas terpenuhi, maka kondisi heterogenitas diupayakan, terutama terkait dengan permasalahan yang hendak dibahas dalam kelompok. Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok ini membahas tentang pengendalian diri, sehingga diupayakan anggota kelompok memiliki tingkat pengendalian diri yang beragam.

Tabel 4.2
Tingkat Kemampuan Pengendalian Diri Penerima Manfaat
Sebelum Memperoleh Layanan Bimbingan Kelompok (*Pre-test*)

No	Kode Responden	Jumlah	Persentase	Kriteria
1	SW	104	42%	SR
2	CN	96	39%	SR
3	AW	135	54%	R
4	MT	102	41%	SR
5	AN	141	57%	R
6	MS	100	40%	SR
7	ST	157	63%	T
8	SP	131	53%	R
9	IS	110	44%	R
10	MZ	156	63%	T
Jumlah		1232	50%	R

Kesepuluh responden yang terpilih sebagai subjek penelitian memiliki perbedaan dalam tingkat pengendalian diri. Hal ini bertujuan untuk memperkaya sumber-sumber dalam pembahasan topik. Prayitno (2004:11), menambahkan perbedaan tingkat pengendalian diri ini bertujuan untuk memperkaya sumber pengetahuan dalam pembahasan topik, sehingga pembahasan dapat ditinjau dari berbagai sisi, tidak monoton dan terbuka. Dengan keberagaman sumber pengetahuan dalam pembahasan topik akan menambah wawasan anggota.

Pengendalian diri yang digunakan dalam penelitian ini meliputi tiga aspek yaitu kendali perilaku, kendali kognitif dan kendali dalam mengambil keputusan. Berikut akan digambarkan tingkat pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat sebelum memperoleh layanan bimbingan kelompok pada masing-masing aspek pengendalian diri.

Tabel 4.3
Tingkat Pengendalian Diri Penerima Manfaat Sebelum Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok pada Aspek Kendali Perilaku

No	Kode Responden	Kendali Perilaku		
		Jumlah	Presentase	Kriteria
1	SW	36	45%	R
2	CN	30	38%	SR
3	AW	41	51%	R
4	MT	31	39%	SR
5	AN	42	53%	R
6	MS	31	39%	SR
7	ST	51	64%	R
8	SP	36	45%	R
9	IS	28	35%	SR
10	MZ	49	61%	SR
Jumlah		375	47%	R

Pada aspek kendali perilaku memiliki jumlah butir item sebanyak 20 butir. Skor total dari aspek kendali diri sebanyak 375 dengan jumlah presentase sebesar 47 % atau dalam kriteria rendah. Skor tertinggi pada subjek penelitian dengan kode responden ST (51). Skor terendah pada subjek penelitian dengan kode responde (IS). Secara keseluruhan pengendalian diri pada aspek kendali perilaku dalam kriteria rendah (45%)

Kendali kognitif memiliki 15 butir item yang terdapat dalam skala pengendalian diri. Hasil perhitungan *pretest* pada aspek kendali kognitif dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.4
Tingkat Pengendalian Diri Penerima Manfaat Sebelum Pemberian Layanan
Bimbingan Kelompok pada Aspek Kendali Kognitif

No	Kode Responden	Kendali Kognitif		
		Jumlah	Presentase	Kriteria
1	SW	26	43%	SR
2	CN	25	42%	SR
3	AW	33	55%	R
4	MT	24	40%	SR
5	AN	34	57%	R
6	MS	25	42%	SR
7	ST	37	62%	R
8	SP	30	50%	R
9	IS	22	37%	SR
10	MZ	40	67%	R
Jumlah		296	49%	R

Pada kendali kognitif memiliki jumlah skor sebesar 296 dengan kriteria rendah (49%). Kendali kognitif tertinggi pada kode responden MZ (49) dan kendali kognitif terendah pada kode responden IS (22). Secara keseluruhan kendali kognitif yang dimiliki oleh penerima manfaat dalam kriteria rendah (49%)

Jumlah butir dalam aspek mengambil keputusan memiliki jumlah butir item sebanyak 27 butir yang terdapat dalam skala pengendalian diri. Kendali dalam mengambil keputusan tertinggi pada kode responden ST (66) dan kendali dalam mengambil keputusan terendah pada kode responden CN (39). Secara keseluruhan pengendalian diri pada aspek mengambil keputusan dalam kriteria rendah (50%). Untuk lebih jelasnya gambaran pengendalian diri pada aspek kendali mengambil keputusan dapat dijelaskan pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4.5

Tingkat Pengendalian Diri Penerima Manfaat Sebelum Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok pada Aspek Kendali Mengambil Keputusan

No	Kode Responden	Kendali mengambil keputusan		
		Jumlah	Presentase	Kriteria
1	SW	42	39%	SR
2	CN	39	36%	SR
3	AW	59	55%	R
4	MT	45	42%	SR
5	AN	62	57%	R
6	MS	42	39%	SR
7	ST	66	61%	R
8	SP	63	58%	R
9	IS	58	54%	R
10	MZ	65	60%	SR
Jumlah		541	50%	R

Dari ketiga aspek pengendalian diri, kendali perilaku, kendali kognitif dan kendali dalam mengambil keputusan memiliki akumulasi skor total sebesar 1232 dengan kriteria tingkat pengendalian diri rendah (50%).

4.1.2 Gambaran Pengendalian Diri Penerima Manfaat Setelah Mendapatkan Layanan Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok sebagai *treatment* dalam penelitian ini dilakukan sebanyak delapan kali pertemuan. Setelah melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok sebanyak delapan kali langkah selanjutnya adalah melakukan *post-test*. Hal ini sesuai dengan tujuan penelitian yakni untuk mengetahui gambaran pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat setelah mereka mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Hasil *post-test* meliputi gambaran perhitungan skala pengendalian diri secara keseluruhan dan gambaran pengendalian diri pada masing-masing aspek (kendali perilaku, kognitif dan pengambilan keputusan). Gambaran pengendalian diri secara keseluruhan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.6
Perhitungan Tingkat Pengendalian Diri Penerima Manfaat
Setelah Melaksanakan Bimbingan Kelompok

No	Responden	Pengendalian Diri		
		Σ	%	Kriteria
1	SW	157	63%	T
2	CN	163	66%	T
3	AW	193	78%	T
4	MT	170	69%	T
5	AN	188	76%	T
6	MS	170	69%	T
7	ST	204	82%	ST
8	SP	181	73%	T
9	IS	168	68%	T
10	MZ	207	83%	ST
Jumlah		1801	73%	T

Berdasarkan pada perhitungan *post-test* yang telah dilakukan terhadap kelompok, maka dapat dilihat bahwa terjadi perubahan tingkat pengendalian diri yang dimiliki oleh subjek penelitian. Dua orang memiliki tingkat pengendalian diri yang sangat tinggi (ST dan MZ) dan delapan anggota tinggi. Secara garis besar tingkat pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat mengalami perubahan. Sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok tingkat pengendalian diri penerima manfaat dalam kriteria rendah (50%), namun setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok mengalami perubahan dalam kriteria tinggi (70%)

Perbedaan tingkat pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat pada masing-masing aspek yang terdapat dalam pengendalian diri, meliputi; kendali perilaku, kendali kognitif dan kendali dalam mengambil keputusan dapat dilihat pada tabel sebagai berikut

Tabel 4.7
Perbedaan Tingkat Pengendalian Diri Sebelum dan Setelah
Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok pada Aspek Kendali Perilaku

No.	Nama	Pre-test			Post-test			Perbedaan (%)
		Σ	%	Kriteria	Σ	%	Kriteria	
1	SW	36	45%	R	54	68%	T	23%
2	CN	30	38%	SR	53	66%	T	28%
3	AW	41	51%	R	54	68%	T	17%
4	MT	31	39%	SR	56	70%	T	31%
5	AN	42	53%	R	55	69%	T	16%
6	MS	31	39%	SR	53	66%	T	27%
7	ST	51	64%	R	62	78%	T	14%
8	SP	36	45%	R	56	70%	T	25%
9	IS	28	35%	SR	52	65%	T	30%
10	MZ	49	61%	SR	64	80%	T	19%
Rata-rata			47%	R	Rata-rata	70%	T	23 %

Pada aspek kendali perilaku setelah pemberian *treatment* terjadi perubahan tingkat pengendalian diri penerima manfaat. Tampak pada tabel di atas sebelum memperoleh layanan bimbingan kelompok pengendalian diri pada aspek kendali perilaku pada persentase 47%, namun setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok terjadi peningkatan menjadi 70%

Tabel 4.8
Perbedaan Tingkat Pengendalian Diri Sebelum dan Setelah
Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok pada Aspek Kendali Kognitif

No.	Nama	Pre-test			Post-test			Perbedaan (%)
		Σ	%	Kriteria	Σ	%	Kriteria	
1	SW	26	43%	SR	40	67%	T	24%
2	CN	25	42%	SR	39	65%	T	23%
3	AW	33	55%	R	48	80%	T	25%
4	MT	24	40%	SR	36	60%	T	20%
5	AN	34	57%	R	49	82%	ST	25%
6	MS	25	42%	SR	40	67%	T	25%
7	ST	37	62%	R	50	83%	ST	21%
8	SP	30	50%	R	44	73%	T	23%
9	IS	22	37%	SR	44	73%	T	36%
10	MZ	40	67%	R	53	88%	ST	21%
Rata-rata			47%	R	Rata-rata	74%	T	27%

Pada aspek kendali kognitif sebelum pemberian layanan bimbingan kelompok penerima manfaat memiliki karakteristik pengendalian diri yang rendah (47%) setelah pemberian layanan bimbingan kelompok pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat mengalami perubahan kriteria menjadi tinggi (74%).

Tabel 4.9
Perbedaan Tingkat Pengendalian Diri Sebelum dan Setelah Layanan Bimbingan Kelompok pada aspek Mengambil Keputusan

No.	Nama	Pre-test			Post-test			Perbedaan (%)
		Σ	%	Kriteria	Σ	%	Kriteria	
1	SW	42	39%	SR	63	58%	R	19%
2	CN	39	36%	SR	69	64%	T	28%
3	AW	59	55%	R	88	81%	T	26%
4	MT	45	42%	SR	75	69%	T	27%
5	AN	62	57%	R	81	75%	ST	18%
6	MS	42	39%	SR	74	69%	T	30%
7	ST	66	61%	R	89	82%	ST	21%
8	SP	63	58%	R	78	72%	T	14%
9	IS	58	54%	R	69	64%	T	10%
10	MZ	65	60%	SR	87	81%	ST	21%
Rata-rata			47%	R	Rata-rata	72%	T	25%

Pengendalian diri pada aspek mengambil keputusan mengalami perubahan. Sebelum memperoleh layanan bimbingan kelompok tingkat pengendalian diri pada aspek pengambilan keputusan pada kriteria rendah (47%) setelah pemberian layanan bimbingan kelompok mengalami perubahan, termasuk dalam kriteria tinggi

4.1.3 Perbedaan Tingkat Pengendalian Diri Penerima Manfaat

Setelah melakukan *post-test* langkah selanjutnya yang dilakukan oleh peneliti adalah mencari perbedaan kondisi pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat sebelum memperoleh layanan bimbingan kelompok dan setelah

memperoleh layanan bimbingan kelompok. Analisis untuk mengetahui perbedaan tingkat pengendalian diri penerima manfaat, menggunakan statistik non parametrik, yakni uji *wilcoxon* dengan menggunakan tabel penolong untuk uji *wilcoxon* karena subjek penelitian hanya 10 orang

Tabel 4.10
Tabel Penolong Untuk Uji Wilcoxon

Kode Responden	Pre-test (X1)	Post-test (X2)	Beda (X2-X1)	Tanda Jenjang		
				Jenjang	+	-
SW	104	157	53	5	5	0
CN	96	163	67	8	8	0
AW	135	193	58	6,5	6,5	0
MT	102	170	68	9	9	0
AN	141	188	47	1,5	1,5	0
MS	100	170	70	10	10	0
ST	157	204	47	1,5	1,5	0
SP	131	181	50	3	3	0
IS	110	168	58	6,5	6,5	0
MZ	156	207	51	4	4	0
Jumlah					55	0

Dari hasil perhitungan dengan menggunakan analisis uji *wilcoxon* diperoleh jumlah jenjang sebesar = 55 dan t tabel = 8. Jumlah jenjang (55) > t tabel (8) dengan demikian maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat menunjukkan perubahan setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok.

4.1.4 Deskripsi Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

Penelitian dilaksanakan selama kurang lebih 2 bulan (November-Desember). Pada tanggal 8 November 2012 diadakan uji coba instrument yakni skala pengendalian diri pada penerima manfaat. Selanjutnya pada tanggal 12 November 2012 diadakan *pre-test* menggunakan skala pengendalian diri yang

telah divalidasi untuk mengetahui tingkat pengendalian diri penerima manfaat sebelum memperoleh layanan bimbingan kelompok. Bersama dengan konselor pamong, peneliti memilih sebanyak 10 orang sebagai subjek penelitian yang memiliki pengendalian diri rendah dan telah tinggal selama kurang lebih tiga bulan di balai rehabilitasi mandiri.

Pemberian *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok diberikan sebanyak delapan kali. Pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 16 November 2012 – 17 Desember 2012. Setelah memberikan *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok, langkah selanjutnya adalah melaksanakan *post-test* untuk mengetahui tingkat pengendalian diri penerima manfaat yang telah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Deskripsi proses pelaksanaan bimbingan kelompok dari pertemuan pertama hingga ke delapan akan dijelaskan sebagai berikut:

Pertemuan Pertama

Hari/tanggal : Jum'at 30 November 2012

Tempat : Masjid Baresos Mandiri Semarang II

Topik : Memahami Orang Lain

Pelaksanaan kegiatan Bkp dalam pertemuan pertama telah peneliti sepakati dengan anggota kelompok sebelumnya. Pembinaan hubungan baik antara peneliti dengan anggota kelompok telah terjalin sebelum pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok. Hubungan tersebut terus peneliti jaga selama proses penelitian berlangsung hingga usai.

Pada pertemuan awal, pokok bahasan yang peneliti angkat adalah tentang konsep “memahami orang lain”. Pertemuan awal ini, peneliti tekankan pada kesediaan anggota kelompok untuk mengemukakan pendapat mereka atau berargumen terkait dengan topik bahasan yang telah diberikan. Tujuan pemberian topik ini adalah agar anggota kelompok memiliki banyak wawasan tentang pengertian memahami orang lain, bagaimana cara memahami orang lain, keuntungan dan kerugian jika memahami orang lain.

Latar belakang anggota kelompok yang berbeda-beda memiliki pemahaman yang berbeda tentang kegiatan bimbingan kelompok. Ada beberapa anggota kelompok yang pernah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok sebelumnya namun ada juga anggota kelompok yang belum pernah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Dalam kesempatan awal ini pemimpin kelompok mencoba mendefinisikan kegiatan bimbingan kelompok secara praktis dan singkat agar mudah dipahami oleh anggota kelompok.

Pada tahap awal (pembentukan) pemimpin kelompok bersama anggota kelompok merumuskan pengertian bimbingan kelompok bersama-sama. Pemimpin kelompok berencana menggunakan permainan bergambar, yakni permainan sebagai pengantar untuk membahas topik tentang memahami orang lain. Disebabkan banyak anggota kelompok yang tidak membawa alat tulis sehingga permainan tersebut tidak jadi digunakan. Pada tahap peralihan pemimpin kelompok menanyakan kembali kesiapan anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.

Tahap inti atau tahap pelaksanaan, pemimpin kelompok memberikan topik tugas dan membahasnya bersama anggota kelompok. Dalam tahap inti anggota kelompok masih terlihat malu-malu dan enggan mengutarakan pendapat, mereka adalah (SP, ST, AN, MS dan CN) sedangkan yang lain bersedia untuk berpendapat bahkan ada dua anggota kelompok yang terlihat sangat antusias dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok (SW dan MT). Anggota kelompok turut serta dalam memberikan sub bab pembahasan tentang “memahami orang lain”.

Pada tahap pengakhiran pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok untuk berani mencoba menyimpulkan pembahasan yang telah berlangsung kurang lebih 50 menit. Salah satu anggota kelompok (SW) mencoba untuk menyimpulkan topik bahasan bahwa setiap orang pasti akan dihadapkan pada lingkungan sosial, sehingga tidak ada alasan bagi mereka untuk menghindari berhubungan dengan orang lain, dengan memahami orang lain kita bisa menempatkan diri, kita juga bisa menjalin hubungan yang harmonis, ketika kita sudah memahami orang lain, kita juga harus menjaga rahasia-rahasia tentang orang tersebut. Setelah menyimpulkan topik bahasan pemimpin kelompok hanya memperkuat argumen tersebut. Kegiatan diakhiri dengan mengisi lembar “LAISEG” dan berdoa bersama.

Kendala selama pelaksanaan treatment awal adalah anggota kelompok masih kurang terbuka dan masih takut atau malu dalam mengemukakan pendapat mereka, sehingga dinamika kelompok belum tampak dalam pertemuan awal ini, pembicaraan masih didominasi oleh beberapa anggota kelompok saja

Pertemuan Ke-Dua

Hari/tanggal :Kamis 23 November 2012

Tempat : Masjid Baresos Mandiri Semarang II

Topik : Kesabaran

Pada pertemuan kedua waktu dan tempat pelaksanaan seperti pada pertemuan sebelumnya yakni usai shalat isya berjamaah di dalam Masjid Baresos Mandiri. Pada tahap pembentukan pemimpin kelompok menanyakan kondisi anggota kelompok, sedikit mengulas tentang bimbingan kelompok dan membuat kesepakatan waktu bersama anggota kelompok. Bersama anggota kelompok disepakati kegiatan bimbingan kelompok ini akan berlangsung selama 30 menit atau sebelum apel malam yakni pukul 20.00 WIB. Anggota kelompok tampak tegang dan kurang bersemangat, sehingga pemimpin kelompok mengadakan permainan “Dot Kelipatan Tiga”

Pada tahap kegiatan pemimpin kelompok memberikan topik bahasan “Sabar” dan membaginya kedalam sub bab bahasan. Anggota kelompok tampak begitu bingung ketika pemimpin kelompok membagi topik bahasan kedalam sub bab pembahasan sehingga pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok membahas tentang pengertian sabar menurut pemahaman mereka. Tujuan dari penyampaian materi ini adalah untuk meningkatkan pemahaman mereka tentang pengertian sabar, bagaimana meningkatkan kesabaran, batasan sabar dan manfaat dari bersabar. Pada pertemuan ke dua penerima manfaat berani berpendapat tanpa di dorong oleh pemimpin kelompok. Meskipun demikian ada anggota kelompok yang masih belum berani berpendapat kecuali diminta oleh

pemimpin kelompok atau dorongan dari anggota kelompok lainnya. Anggota yang berani untuk berpendapat adalah (SW dan MZ) sementara anggota kelompok yang masih takut atau malu-malu dalam berpendapat adalah (IS,MS dan AN.)

Pada tahap akhir, pemimpin kelompok mengingatkan waktu pelaksanaan bimbingan kelompok akan berakhir dan meminta pendapat anggota kelompok. Pemimpin kelompok menyimpulkan hasil pembahasan disebabkan anggota kelompok tidak ada yang bersedia untuk menyimpulkannya. Kegiatan berakhir dengan berdoa bersama dan mengisi laiseg.

Pertemuan Ke-Tiga

Hari/tanggal :Selasa 27 November 2012

Tempat : Masjid Baresos Mandiri Semarang II

Topik : Penyesuaian Diri.

Pada tahap pembentukan pemimpin kelompok, membuka kegiatan dengan salam, menanyakan kabar dan berdoa bersama anggota kelompok. Setelah itu pemimpin kelompok memastikan agar anggota kelompok tetap mengingat asas, tujuan dan pengertian kegiatan bimbingan kelompok. Bersama anggota kelompok menyepakati waktu pelaksanaan selama 45 menit. Melihat kondisi waktu dan keadaan, pemimpin kelompok tidak menggunakan media permainan karena kondisi hujan lebat, sehingga langsung ke dalam pokok pembahasan yakni membahas topik “penyesuaian diri”.

Peneliti memastikan kembali kesiapan anggota kelompok untuk melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok. Topik penyesuaian diri ini bertujuan untuk meningkatkan pola pikir anggota kelompok tentang pengertian

penyesuaian diri dari berbagai sudut pandang, bagaimana meningkatkan penyesuaian diri, serta keuntungan penyesuaian diri. Pada pertemuan ketiga semua anggota kelompok berargumentasi meski hal tersebut terlihat konyol. Pemimpin kelompok mendorong dan mengarahkan arah pembicaraan agar tetap fokus dalam pembahasan topik. Anggota kelompok (IS dan SP) yang semula pendiam, kini berani berargumentasi meski arahnya keluar dari topik bahasan yakni mereka membahas tentang pengalaman hidup pribadi yang akan mengarahkan pembicaraan pada topik yang bersifat pribadi. Pemimpin kelompok mencoba mengalihkannya dalam sub topik bahasan, yakni bagaimana proses penyesuaian diri itu berlangsung. Sadar, akan ketidakpahaman anggota kelompok, pemimpin kelompok mendeskripsikan tentang bagaimana seseorang bisa menyesuaikan diri dengan cepat sementara orang lain ada yang lambat.

Anggota kelompok tampak antusias dan bersungguh dalam berargumentasi tentang topik penyesuaian diri. Dinamika kelompok dalam pertemuan ini sudah tampak baik dari sebelumnya. Arah pembicaraan tidak hanya dari anggota kelompok kepada pemimpin kelompok melainkan sesama anggota kelompok yang lain pula.

Pertemuan Ke-Empat

Hari/tanggal : Kamis, 29 November 2012

Tempat : Masjid Baresos Mandiri Semarang II

Topik : Tanggung jawab

Kegiatan bimbingan kelompok pada kesempatan ke empat ini membahas topik tentang tanggung jawab. Pertemuan ini telah disepakati antara pemimpin

kelompok dengan anggota kelompok pada pertemuan sebelumnya. Pemimpin kelompok membuka pertemuan ini dengan berdoa bersama dan menanyakan kondisi anggota kelompok.

Pada tahap awal anggota kelompok menunjukkan sikap antusias untuk membahas topik tentang tanggung jawab. Beberapa anggota kelompok telah menunjukkan sikap terbuka dan berani berpendapat. Semua anggota kelompok mengungkapkan pendapat mereka, bahkan ada yang berselisih pendapat dalam hal melatih tanggung jawab. Ada yang berpendapat bahwa setiap orang memiliki tanggung jawab namun ada pula yang berpendapat bahwa suatu tanggung jawab itu adalah “amanah” dari orang lain. Anggota kelompok menjelaskan alasan mereka masing-masing diperkuat dengan fenomena-fenomena sosial yang sering mereka jumpai dalam kehidupan.

Pada akhir pertemuan anggota kelompok merasa puas dengan pemahaman mereka masing-masing tentang tanggung jawab. Anggota kelompok menambahkan sub bab pembahasan tentang kelemahan menghindari suatu tanggung jawab. Bersama dengan pemimpin kelompok anggota kelompok mencoba untuk membahas dampak dari seseorang yang menghindari tanggung jawab. Di akhir pertemuan anggota kelompok (ST) mencoba menyimpulkan pembahasan meski dengan gaya bahasa yang terbata-bata bahwa tanggung jawab adalah sikap yang dimiliki setiap orang untuk berusaha bekerja secara maksimal, ada berbagai bentuk tanggung jawab, yakni tanggung jawab terhadap diri sendiri, terhadap orang lain dan terhadap Allah SWT, ketika seseorang dipercaya atau diberi amanah orang tersebut justru menghindar maka orang tersebut telah

berdosa karena dia menghindari tanggung jawab yang orang percayakan kepadanya. Pemimpin kelompok menutup kegiatan bimbingan kelompok dengan berdoa bersama dan berjabat tangan. Kesepakatan bimbingan selanjutnya dilakukan diluar kegiatan bimbingan kelompok.

Pertemuan Ke-Lima

Hari/tanggal : Selasa, 4 Desember 2012

Tempat : Masjid Baresos Mandiri Semarang II

Topik : Perencanaan masa depan (Planning)

Pada tahap pertama (pembentukan) kegiatan bimbingan kelompok berlangsung lebih singkat jika dibandingkan dengan pertemuan sebelumnya. Pemimpin kelompok menanyakan kabar anggota kelompok sebagai upaya untuk tetap menjaga hubungan baik dengan anggota kelompok. Pemimpin kelompok memastikan anggota kelompok memahami tentang pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok dengan mengulas kembali secara singkat tentang bimbingan kelompok. Bersama anggota kelompok pemimpin kelompok menyepakati waktu pelaksanaan bimbingan kelompok. Berdasarkan kesepakatan, kegiatan bimbingan kelompok berlangsung selama 30 menit. Berhubung keterbatasan waktu, dalam pertemuan ini pemimpin kelompok tidak melakukan permainan.

Pada tahap peralihan pemimpin kelompok menanyakan kembali kesiapan anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok juga menjelaskan secara singkat prosedur dan asas yang terdapat dalam kegiatan bimbingan kelompok. Setelah anggota kelompok memahami dan bersedia melaksanakan bimbingan kelompok pemimpin kelompok menyampaikan

topik pembahasan yakni “ Perencanaan Hidup”. Pemimpin kelompok membagi topik bahasan kedalam sub-sub bahasan meliputi, pengertian perencanaan, manfaat perencanaan, pertimbangan dalam membuat perencanaan.

Tahap pelaksanaan, pemimpin kelompok mengkoordinasi dan mengatur jalannya pelaksanaan bimbingan kelompok. Anggota kelompok membahas topik perencanaan setiap sub bab. Anggota kelompok menyampaikan pendapat mereka tentang pengertian perencanaan (planning). Salah satu anggota kelompok (CN) mencoba menyimpulkan pengertian tentang perencanaan. Menurut anggota kelompok perencanaan adalah segala tindakan baik tampak ada tidak untuk mencapai tujuan tertentu dan sebaiknya seseorang memiliki lebih dari satu perencanaan sebagai antisipasi. Anggota kelompok (AW dan MZ) masih tampak diam dan terlihat tidak memahami topik bahasan. Pemimpin kelompok mencoba mengajak mereka untuk menganalisa topik bahasan terhadap kehidupan sehari-hari dan meminta anggota lainnya mengomentarnya. Dinamika kelompok muncul setelah ke dua anggota kelompok (AN dan SW) berpendapat. Di akhir pertemuan pemimpin kelompok menyimpulkan hasil pembahasan yakni, perencanaan merupakan kemampuan individu untuk mengantisipasi segala bentuk kemungkinan yang akan terjadi, kemampuan tersebut bermanfaat bagi seseorang agar mereka yakin atas tindakan yang akan mereka lakukan, tanpa persiapan seseorang akan kehilangan arah dan tujuan dalam melakukan suatu tindakan, dampaknya mereka akan bertindak asal-asalan.

Pemimpin kelompok mengingatkan bahwa kegiatan akan segera berakhir dan menawarkan kepada anggota kelompok untuk memperpanjang kegiatan atau

mengakhirinya. (SP) berpendapat untuk mengakhirinya karena akan ada apel malam dan melanjutkannya setelah apel usai, namun anggota kelompok kurang sepakat sebab setelah apel malam, mereka ada kegiatan untuk persiapan pelatihan kerja. Bersama anggota kelompok, sepakat untuk mengakhiri kegiatan bimbingan kelompok dan dilanjutkan pada pertemuan selanjutnya. Pemimpin kelompok membagikan laiseg dan mengakhiri kegiatan dengan berdoa bersama.

Pertemuan Ke-Enam

Hari/tanggal : Kamis, 6 Desember 2012

Tempat : Masjid Baresos Mandiri Semarang II

Topik : Kesempatan atau Peluang (*opportunity*)

Pada tahap awal, pemimpin kelompok membuka kegiatan bimbingan kelompok dengan berdoa bersama dan menanyakan keadaan anggota kelompok. Pada pertemuan ini anggota kelompok telah terbiasa dengan layanan bimbingan kelompok. Hal tersebut ditunjukkan dengan pertanyaan salah satu anggota kelompok tentang topik pembahasan. Pada pertemuan ini disepakati akan melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok selama 45 menit.

Pada tahap peralihan pemimpin kelompok menanyakan kesiapan anggota kelompok dan memberitahukan topik pembahasan. Topik bahasan dalam pertemuan ini adalah tentang peluang. Tujuan pembahasan topik ini adalah agar anggota kelompok dapat memaknai peluang atau kesempatan, anggota kelompok dapat mendefinisikan makna peluang bagi kehidupan, anggota kelompok memiliki wawasan atau segi pandang baru tentang cara memperoleh berbagai

peluang atau kesempatan. Pada tahap peralihan, anggota kelompok menambahkan sub bahasan terkait dengan bentuk-bentuk peluang.

Pada tahap kegiatan semua anggota kelompok bersedia untuk mengutarakan pendapat mereka. Setiap anggota kelompok saling memberikan masukan. Dinamika kelompok pada pertemuan ini cukup tampak jika dibandingkan pada pertemuan sebelumnya. Bersama anggota kelompok, pemimpin kelompok membahas, setiap sub topik secara rinci dan mendalam. Pemimpin kelompok memberikan tekanan pada salah satu anggota kelompok (IS) yang sejak pertemuan awal masih terlihat malu-malu dan enggan berpendapat untuk menyimpulkan. Pemimpin kelompok memberikan penguatan dan dorongan kepada setiap anggota kelompok yang bersedia mengemukakan pendapat mereka. Di akhir tahap kegiatan pemimpin kelompok mengingatkan waktu yang telah berjalan lebih dari 30 menit.

Bersama anggota kelompok, pemimpin kelompok memastikan pertemuan selanjutnya. Pemimpin kelompok membagikan laiseg sebagai penilaian akhir kegiatan bimbingan kelompok. Kegiatan bimbingan kelompok diakhiri dengan mengumpulkan laiseg, menypakati kegiatan bimbingan kelompok selanjutnya dan berdoa bersama.

Pertemuan Ke-Tujuh

Hari/tanggal :Senin, 10 Desember 2012

Tempat : Masjid Baresos Mandiri Semarang II

Topik : Ketegasan

Pada tahap pembentukan pemimpin kelompok menyapa anggota kelompok. Pemimpin kelompok menanyakan kabar anggota kelompok dan aktivitas mereka. Bersama dengan anggota kelompok pemimpin kelompok membuka kegiatan bimbingan kelompok dengan berdoa bersama menurut agama dan kepercayaan masing-masing. Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok menentukan waktu pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok. Pada pertemuan ini disepakati akan dilaksanakan kegiatan bimbingan kelompok selama 45 menit, hal ini memungkinkan karena cuaca yang hujan sehingga tidak ada kegiatan apel malam.

Pada tahap peralihan pemimpin kelompok mengulas kembali bimbingan kelompok secara singkat dan mudah dimengerti. Pemimpin kelompok juga menawarkan kesiapan anggota kelompok untuk melaksanakan kegiatan. Pemimpin kelompok menanyakan kepada salah satu anggota kelompok (AW) yang tampak diam dan tidak siap mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Menurut anggota kelompok yang lain, (AW) sedang memikirkan kekasihnya yang sedang marah karena ia tidak jadi pulang ke rumah. Pemimpin kelompok dapat menerima kondisi tersebut dan menjelaskan kembali tentang bimbingan kelompok. Melihat perhatian anggota kelompok telah kembali pada pemimpin kelompok, pemimpin kelompok menawarkan kembali kesiapan anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.

Tahap kegiatan merupakan hal inti dalam pelaksanaan Bimbingan kelompok (Bkp). Dalam tahap ini pemimpin kelompok membagi topik bahasan dalam beberapa sub topik. Bersama dengan anggota kelompok pemimpin kelompok mencoba untuk menciptakan dinamika kelompok yang bertujuan untuk membahas

topik pembahasan. Anggota kelompok membahas topik bahasan dengan memberikan argumen mereka masing-masing tentang “Ketegasan”. Dalam pertemuan anggota kelompok memperoleh beberapa sudut pandang tentang apa itu ketegasan, bagaimana bersikap tegas, apakah ketegasan sama dengan marah, manfaat memiliki ketegasan, kerugian jika tidak memiliki ketegasan, bagaimana melatih ketegasan. Di akhir tahap kegiatan pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok untuk menyimpulkan hasil pembahasan. Menjelang akhir kegiatan pemimpin kelompok mengingatkan batasan waktu yang telah berlalu. Pemimpin kelompok membagikan laiseq dan membuat kesepakatan untuk pertemuan selanjutnya. Kegiatan bimbingan kelompok diakhiri dengan berdoa bersama dan saling berjabat tangan.

Pertemuan Ke-Delapan

Hari/tanggal : Kamis, 13 Desember 2012

Tempat : Masjid Baresos Mandiri Semarang II

Topik : Pengambilan Keputusan

Pada pertemuan ini merupakan pertemuan terakhir dalam rangka pemberian treatment berupa layanan bimbingan kelompok. Di tahap pembentukan pemimpin kelompok awali dengan berdoa bersama dan saling menanyakan kabar. Bersama dengan anggota kelompok, pemimpin kelompok membuat kesepakatan waktu. Pada pertemuan ini telah disepakati akan dilaksanakan selama 30 menit.

Dalam pertemuan ini pemimpin kelompok tidak memberikan permainan mengingat waktu yang diberikan cukup singkat. Di tahap peralihan pemimpin kelompok memastikan anggota kelompok masih ingat dan bersedia mengikuti

layanan bimbingan kelompok. Melihat kondisi kelompok yang telah siap, pemimpin kelompok memberitahukan topik bahasan, yakni tentang “Keputusan”. Bersama dengan anggota kelompok, pemimpin kelompok menciptakan dinamika kelompok dengan tujuan untuk membahas topik bahasan agar dapat memberikan pengaruh pada setiap anggota kelompok.

Di tahap kegiatan, anggota kelompok memulai dengan membahas pengertian keputusan, dari pengertian ini kemudian muncul beberapa sub topik yang telah pemimpin kelompok siapkan meliputi, apa yang perlu diperhatikan dalam mengambil keputusan, bagaimana cara mengambil keputusan yang baik, bagaimana menyikapi sebuah keputusan yang telah diambil. Salah satu anggota kelompok menambahkan sub topik bahasan dengan sebuah pertanyaan “dapatkah sebuah keputusan yang telah diambil seseorang kemudian orang tersebut merubahnya?”. Dengan kata lain dapatkah sebuah keputusan seseorang berubah. Pertanyaan tersebut memberikan perhatian penuh dari kelompok untuk membahas topik bahasan. Setiap anggota kelompok bersedia berpendapat, bahkan ada yang bersedia menceritakan sedikit pengalaman mereka. Pemimpin kelompok mencoba membatasi arah pembicaraan agar tidak membahas permasalahan pribadi, melainkan masih membahas topik yang telah diberikan. Di akhir kegiatan, pemimpin kelompok meminta perwakilan dari beberapa anggota kelompok untuk meringkas hasil pembahasan, menyampaikan kesan, memberikan komentar tentang pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok yang telah mereka jalani sebanyak 8 kali. Hampir semua anggota kelompok merasa senang dan terbantu

dalam menambah wawasan mereka, anggota kelompok jadi terlihat lebih akrab dan terbuka.

Di akhir pertemuan, pemimpin kelompok membagikan *laiseg* kepada anggota kelompok. Setelah semua anggota kelompok mengisi *laiseg*, pemimpin kelompok bersama dengan anggota kelompok membuat kesepakatan untuk melaksanakan penilaian akhir layanan bimbingan kelompok (*post-test*). Hal ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat setelah mereka mengikuti serangkaian kegiatan bimbingan kelompok.

Perkembangan pengendalian diri setiap penerima manfaat menjadi perhatian tertentu selama kegiatan bimbingan kelompok. Berikut akan dipaparkan perkembangan pengendalian diri setiap penerima manfaat selama mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Penilaian proses selama kegiatan bimbingan kelompok dilakukan berdasarkan metode pengamatan (*observasi*) sedangkan penilaian hasil pelaksanaan dilakukan dengan mereview hasil *laiseg* yang telah dibagikan kepada subjek penelitian, berikut hasil deskripsi dari masing-masing subjek penelitian

Responden Pertama (SW)

Pada awal pertemuan **SW** belum menunjukkan aspek-aspek pengendalian diri yang nampak. Di tahap pembentukan **SW** berpendapat tentang bimbingan kelompok menurut pemahaman yang ia miliki. Ketika memasuki tahap kegiatan **SW** menunjukkan keantusiasan dalam mengikuti kegiatan Bkp. Pada pertemuan ke dua **SW** menunjukkan peningkatan pada aspek kendali kognitif, yakni perihal

tentang melakukan pertimbangan sebelum ia bertindak. Pada pertemuan ketiga **SW** justru menunjukkan penurunan pada aspek mampu mengendalikan keadaan. Pertemuan Selanjutnya **SW** nampak menunjukkan peningkatan, ia lebih dapat berfikir rasional dan menerima keadaan. Berdasarkan argumen yang ia berikan ia menunjukkan peningkatan dalam memanfaatkan peluang atau kesempatan. Pertemuan selanjutnya **SW** menunjukkan peningkatan pada aspek kendali kognitif. Ia lebih bersabar dan melihat segala sesuatu secara keseluruhan. Pertemuan selanjutnya ia mampu memprediksi perencanaan hidup yang akan ia ambil, meski hal tersebut membuat ia harus bekerja keras. Pada pertemuan akhir **SW** menunjukkan peningkatan pada semua aspek pengendalian diri.

Responden Ke-Dua (CN)

Di awal pertemuan **CN** tampak sulit berkomunikasi. Kondisi fisik yang tidak normal (mata agak juling) agak membuat ia tidak nyaman dalam berkomunikasi di pertemuan awal. Di awal pertemuan ia cenderung diam. Pertemuan selanjutnya **CN** masih nampak ragu-ragu dan enggan berpendapat. Melihat kondisi seperti ini peneliti melakukan pendekatan individual dengan **CN** di luar kegiatan. Dengan membangun rapport dengan **CN** di luar kegiatan Bkp memberikan pengaruh terhadap keterbukaan **CN**. Pertemuan selanjutnya **CN** bersedia berpendapat meski dengan bujukan dari teman. Pada pertemuan terakhir **CN** menunjukkan peningkatan pada aspek kendali kognitif, ia lebih bisa berfikir rasional dan meminta pertimbangan dari orang lain. Namun pada aspek mengontrol keputusan **CN** masih kurang bersabar dalam mengambil keputusan.

Responden Ke-Tiga (AW)

Pada awal pertemuan **AW** mengikuti kegiatan Bkp dengan baik. Ia memberikan berbagai argumen tentang pelaksanaan Bkp. Di awal pertemuan **AW** menunjukkan peningkatan dalam aspek kendali perilaku. Ia memiliki kebebasan dalam memilih pilihan dalam hidupnya termasuk masuk ke dalam balai rehabilitasi adalah salah satu pilihan yang ia ambil. Pada pertemuan selanjutnya ia menunjukkan peningkatan dalam mengendalikan keadaan. **AW** dipercaya oleh teman-teman satu wismanya sebagai pemimpin wisma. Ia juga sering memberikan pendapat selama kegiatan Bkp berlangsung, sehingga memunculkan dinamika dalam kelompok tersebut. Dipertemuan akhir **AW** menunjukkan peningkatan pada semua aspek kendali diri.

Responden Ke-Empat (MT)

Pada awal pertemuan **MT** pernah mengikuti layanan Bkp sebelumnya ketika ia masih SMP. Atas permintaan peneliti **MT** mencoba mendeskripsikan layanan Bkp. **MT** menunjukkan peningkatan ada aspek melakukan pertimbangan sebelum bertindak. **MT** yang semula agak “cuek” dengan perasaan orang lain kini lebih memikirkan perasaan orang lain atas tindakan yang ia kerjakan. **MT** juga menunjukkan peningkatan pada pertemuan selanjutnya, ia lebih dapat bersikap sabar dan berfikir secara matang-matang sebelum ia bertindak. Namun pada pertemuan selanjutnya **MT** menunjukkan penurunan pada aspek mampu memanfaatkan peluang, ia lebih membiarkan kesempatan datang dengan sendirinya. Pada pertemuan terakhir **MT** menunjukkan peningkatan dalam aspek

kendali perilaku dan kendali kognitif namun menunjukkan penurunan pada aspek pengambilan keputusan.

Responden ke-Lima (AN)

Di awal pertemuan AN ada aspek yang muncul yakni menentukan kegiatan atas dasar inisiatif sendiri. Pada pertemuan kedua terjadi peningkatan pada aspek mampu mengendalikan keadaan. Pertemuan ketiga dan keempat terjadi perkembangan pada aspek mampu mengendalikan keadaan dan membuat prioritas kegiatan. Pertemuan selanjutnya terjadi penurunan pada aspek melakukan pertimbangan sebelum bertindak. AN suka terburu-buru dalam mengambil sebuah keputusan. Pada pertemuan ketujuh terjadi peningkatan pada aspek memilih kegiatan berdasarkan informasi yang jelas. AN setelah sebelumnya memperoleh layanan bimbingan kelompok kini, ia mempertimbangkan setiap kegiatan yang akan ia ikuti. Pertemuan terakhir terjadi peningkatan pada seluruh aspek pengendalian diri.

Responden Ke-Enam (MS)

Di awal pertemuan sudah nampak aspek melakukan pertimbangan sebelum bertindak. Pada pertemuan kedua dan ketiga nampak peningkatan pada aspek memilih kegiatan atas dasar inisiatif pribadi dan membuat prioritas kegiatan. Di pertemuan ke empat mengalami perkembangan pada aspek melakukan kegiatan sesuai dengan kemampuan. Pada pertemuan selanjutnya MS mengalami perkembangan pada aspek memilih kegiatan berdasarkan informasi yang jelas. Pada pertemuan ketujuh dan kedelapan MS mengalami perkembangan pada semua aspek pengendalian diri.

Responden Ke-Tujuh (ST)

ST pada awal pertemuan belum muncul aspek pengendalian diri, karena **ST** cenderung diam dan enggan berpendapat. Pada pertemuan kedua nampak aspek menentukan kegiatan atas dasar inisiatif pribadi. Pertemuan selanjutnya terjadi peningkatan pada aspek membuat prioritas kegiatan. Pada pertemuan ke empat dan kelima **ST** mengalami perkembangan pada aspek melakukan pertimbangan sebelum bertindak dan memilih kegiatan berdasarkan informasi yang jelas. Di pertemuan ke enam terjadi peningkatan pada aspek melakukan kegiatan sesuai dengan kemampuan. Pada pertemuan ke tujuh dan delapan peningkatan terjadi dalam semua aspek pengendalian diri.

Responden Ke-Delapan (SP)

Pada awal pertemuan **SP** mengikuti kegiatan Bkp dengan baik. Di pertemuan awal **SP** telah muncul aspek kendali perilaku. Pertemuan selanjutnya terjadi peningkatan pada aspek melakukan pertimbangan sebelum bertindak. Pada pertemuan seterusnya menunjukkan peningkatan pada aspek pengambilan keputusan. Pertemuan ke empat dan lima **SP** menunjukkan perilaku yang baik dalam berkomunikasi, ia menunjukkan peningkatan pada aspek menentukan kegiatan atas inisiatif sendiri. Pada pertemuan ke enam dan ketujuh **SP** menunjukkan peningkatan pada aspek memilih kegiatan atau aktivitas berdasarkan informasi yang telah jelas. Pertemuan kedelapan terjadi peningkatan pada semua aspek dalam pengendalian diri.

Responden Ke-Sembilan (IS)

Pada pertemuan awal **IS** sulit berkomunikasi. Pertemuan selanjutnya **IS** masih nampak ragu-ragu dan enggan berpendapat. Pada pertemuan ketiga nampak aspek pengendalian diri tentang membuat prioritas kegiatan. Pertemuan selanjutnya terjadi peningkatan pada aspek mampu mengendalikan keadaan. Pada pertemuan ke lima dan ke enam terjadi peningkatan pada aspek mampu memanfaatkan peluang dan melakukan kegiatan berdasarkan informasi yang jelas. Pertemuan ke tujuh dan ke delapan terjadi peningkatan pada semua aspek pengendalian diri.

Responden Ke-Sepuluh (MZ)

Pertemuan pertama belum nampak aspek pengendalian diri yang muncul, hal ini disebabkan karena **MZ** cenderung diam di awal pertemuan. Pada pertemuan selanjutnya baru muncul aspek melakukan pertimbangan sebelum bertindak. Pertemuan selanjutnya terjadi peningkatan pada aspek melakukan kegiatan sesuai dengan kemampuan. Pertemuan ke empat dan kelima terjadi peningkatan pada aspek menentukan kegiatan atas dasar inisiatif pribadi. Pada pertemuan ke enam dan ketujuh terjadi peningkatan pada aspek mampu mengendalikan keadaan. Pertemuan ke delapan terjadi peningkatan pada semua aspek pengendalian diri.

4.2 Pembahasan

Pengendalian diri menuntut individu untuk mampu mengarahkan, memperkirakan dan memprediksi dampak dari perilaku yang mereka kerjakan.

Dengan pengendalian diri yang baik individu mampu mengarahkan dirinya kepada tujuan yang lebih jelas dan terarah. Pengendalian diri (*self control*) dapat diartikan sebagai pengaturan proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri (Calhoun dan Acocella, 1990:130). Sebagai suatu proses pengendalian diri memiliki beberapa komponen. Averil (1973) (dalam Ghufron, 2011:29) mengelompokkan pengendalian diri meliputi tiga komponen yakni; (a) mengontrol perilaku (*behavior control*), (2) kendali kognitif (*control cognitive*) dan (3) mengontrol keputusan (*decision control*).

Dengan memiliki pengendalian diri yang baik, penerima manfaat dapat menunda keinginan atau ajakan dari teman mereka untuk melakukan kegiatan yang kurang bermanfaat atau cenderung *destruktif* dengan cara lebih mendisiplinkan diri dan memiliki tekad yang kuat untuk menjalankan kegiatan yang telah terjadwalkan bagi dirinya. Dapat disimpulkan bahwa pengendalian diri dalam penelitian ini memiliki pengertian sebagai kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk mengarahkan dirinya mendekati tujuan yang diharapkan dengan jalan mendisiplinkan diri dan melakukan penundaan terhadap perilaku yang dapat menghambat pencapaian tujuan yang telah ditetapkan.

Layanan bimbingan kelompok dalam penelitian ini merupakan upaya pemberian bantuan (*treatment*) yang bertujuan untuk meningkatkan pengendalian diri. Pemberian *treatment* diberikan sebanyak delapan kali pertemuan dengan membahas topik-topik umum yang terkait dengan aspek-aspek pengendalian diri. Menurut Prayitno (2004:3) “layanan bimbingan kelompok dapat digunakan untuk

mengubah dan mengembangkan sikap dan perilaku yang tidak efektif menjadi lebih efektif”.

Layanan bimbingan kelompok sebagai suatu *treatment* perubahan perilaku terhadap pengendalian diri memberikan pengaruh terhadap peningkatan pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat. Dari sepuluh subjek penelitian yang terpilih, sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok memiliki rata-rata pengendalian diri sebesar 50% atau dalam kriteria rendah setelah pemberian layanan bimbingan kelompok terjadi perubahan tingkat pengendalian diri menjadi 73 % atau dalam kriteria tinggi.

Secara kuantitatif peningkatan pengendalian diri setiap subjek penelitian terjadi perubahan. Responden yang memiliki tingkat pengendalian diri rendah (AW, AN, SP, dan IS) dan sangat rendah (SW, CN, MT, dan MS) setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok mengalami peningkatan dan termasuk dalam kriteria tinggi. Sementara anggota kelompok yang semula pengendalian diri dalam kriteria tinggi (ST dan MZ) setelah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok termasuk dalam kriteria sangat tinggi.

Perbedaan tingkat pengendalian diri yang dimiliki oleh anggota kelompok memberikan pengaruh terhadap pembahasan topik dalam kegiatan bimbingan kelompok. Prayitno (2004:11) menambahkan “heterogenitas dapat mendobrak dan memecahkan kebekuan yang terjadi akibat homogenitas anggota kelompok”. Heterogenitas yang terdapat dalam kelompok meliputi tingkat perbedaan pengendalian diri, latar belakang sosial dan budaya, kondisi ekonomi. Sementara

homogenitas yang terdapat dalam kelompok meliputi usia, jenis kelamin dan perlakuan yang sama di balai rehabilitasi.

Secara keseluruhan rata-rata pengendalian diri setiap subjek penelitian mengalami perubahan. Penerima manfaat dengan kode responden CN memiliki persentase pengendalian diri terendah yakni sebesar 39%. Kelemahan kondisi fisik (mata juling) dan kondisi keluarga yang kurang harmonis membuat dirinya sulit untuk beradaptasi dan cenderung untuk mencari perhatian dengan cara-cara yang kurang tepat atau cenderung destruktif. Anggota kelompok telah mengetahui hal tersebut dan anggota kelompok memberikan dorongan mental dengan cara memberikan perhatian atas pendapat yang ia utarakan. Dengan penerimaan dan perhatian yang diberikan oleh kelompok terhadap CN membuat dirinya merasa diterima. Kondisi seperti ini yang jarang ia peroleh, merasa diterima dan dihargai oleh orang lain. Setelah mengikuti serangkaian kegiatan bimbingan kelompok CN menunjukkan perubahan sikap dalam berinteraksi dengan orang lain. CN menerima kondisi dirinya dan bersikap ramah. Setelah dilakukan pengukuran (*post-test*) CN mengalami peningkatan pengendalian diri sebesar 27%.

Hampir semua anggota kelompok mengalami peningkatan dan perubahan sikap setelah mereka mengikuti kegiatan bimbingan kelompok, meski demikian terdapat dua anggota kelompok (ST dan MZ) yang tidak mengalami perubahan sikap dan peningkatan pengendalian diri. Hal ini disebabkan karena dua anggota tersebut memiliki latar belakang yang berbeda dari anggota lainnya. ST dan MZ berasal dari keluarga kurang mampu sehingga ST putus sekolah ketika ia kelas 2 SMK, sementara MZ hanya lulusan paket C (setara dengan SMA). Kondisi

tersebut yang membuat mereka bersedia berada di balai rehabilitasi karena berdasarkan informasi yang mereka peroleh, mereka akan memperoleh pekerjaan dan tempat tinggal jika ia bersedia untuk tinggal dan mengikuti pendidikan di balai rehabilitasi. Sementara anggota kelompok lainnya hanya tamatan SMP namun dari segi usia mereka semua relatif sama.

Selama melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok, pemimpin kelompok berusaha menciptakan dinamika kelompok agar pembahasan topik dapat memberikan pengaruh terhadap masing-masing anggota kelompok. Peneliti memperhatikan pula, aspek-aspek dalam pengendalian diri untuk mengetahui seberapa jauh pengaruh bimbingan kelompok terhadap perubahan sikap anggota kelompok dalam mengendalikan diri mereka. Pada aspek kendali perilaku (*behavior control*) anggota kelompok banyak menunjukkan perubahan sikap. Setiap pertemuan, aspek kendali perilaku menunjukkan peningkatan, seperti anggota kelompok bersedia mengutarakan pendapat, menghargai pendapat orang lain, berbicara secara sopan. Aspek kognitif (*cognitive control*) di setiap pertemuan juga mengalami peningkatan. Anggota kelompok mampu memprediksikan akibat atas tindakan yang akan mereka perbuat, anggota kelompok lebih bersabar dalam bertindak, anggota kelompok menggunakan pengetahuan yang mereka miliki untuk berargumentasi dan saling memberi informasi. Aspek mengontrol keputusan (*decision control*) yang dimiliki oleh penerima manfaat juga mengalami peningkatan. Penerima manfaat lebih rajin untuk mengikuti pelatihan bengkel kerja, berencana untuk melakukan kegiatan yang ia sukai dan bermanfaat bagi dirinya, bertekad untuk melakukan kegiatan

yang bermanfaat bagi dirinya, penerima manfaat memiliki keyakinan dan keberanian dalam mengambil sebuah keputusan bagi dirinya pribadi.

Berdasarkan hasil penelitian, kondisi pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat sebelum memperoleh layanan bimbingan kelompok dan setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok memiliki perbedaan. Perubahan tingkat pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok memberikan pengaruh terhadap pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat.

Berdasarkan pada hasil penelitian masing-masing aspek dalam pengendalian diri yang terdiri dari kendali perilaku, kendali kognitif dan kendali dalam mengambil keputusan mengalami perubahan. Pada aspek kendali perilaku kondisi pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat dalam kriteria rendah (47%) setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok kendali perilaku dalam kriteria tinggi (70%). Pada aspek kendali kognitif, sebelum memperoleh layanan bimbingan kelompok kendali kognitif penerima manfaat dalam kriteria rendah (47%) setelah pemberian layanan bimbingan kelompok kondisi pengendalian diri penerima manfaat dalam kriteria tinggi (74%). Sementara pada kendali dalam mengambil keputusan, sebelum memperoleh layanan bimbingan kelompok pada kriteria rendah (47%) setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok kendali dalam mengambil keputusan mengalami perubahan dalam kriteria tinggi (72%). Perubahan terbesar dalam aspek kendali diri terdapat pada aspek kendali kognitif, yakni mengalami peningkatan sebesar 27%, kemudian pada aspek kendali dalam

mengambil keputusan sebesar 25 %, dan pada aspek kendali perilaku sebesar 23%)

Untuk memperkuat hipotesis penelitian bahwa terdapat perubahan tingkat pengendalian diri penerima manfaat setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok digunakan uji statistik analisis *wilcoxon*. Analisis *wilcoxon* tentang upaya meningkatkan pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat melalui layanan bimbingan kelompok di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang II menunjukkan hasil jumlah jenjang = 55 dan t tabel = 8, sehingga jumlah jenjang > t tabel. Hasil tersebut menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak. Dengan kata lain, hasil tersebut menunjukkan bahwa kemampuan pengendalian diri yang dimiliki oleh subjek penelitian menunjukkan perubahan setelah pemberian layanan bimbingan kelompok.

4.3 Keterbatasan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat, namun dalam pelaksanaan penelitian memiliki keterbatasan penelitian, keterbatasan tersebut meliputi beberapa hal selama kegiatan penelitian berlangsung, sebagai berikut:

1. Keterbatasan waktu

Keterbatasan waktu yang dimaksud adalah keterbatasan waktu pelaksanaan bimbingan kelompok. Penerima manfaat memiliki berbagai kegiatan yang telah disediakan oleh pihak balai rehabilitasi mandiri. Terutama kegiatan praktik bengkel kerja (PBK) yang menyita waktu setengah hari. Untuk mengatasi

kondisi ini peneliti dengan anggota kelompok menyepakati waktu pelaksanaan bimbingan kelompok usai shalat isyak dan sebelum apel malam.

2. Kondisi Anggota

Selama pelaksanaan bimbingan kelompok berlangsung, kondisi kesehatan anggota kelompok tidak dapat diprediksi karena kondisi cuaca yang sering hujan lebat ketika malam hari, sehingga banyak anggota yang merasa kedinginan, kondisi ini peneliti minimalisir dengan memberikan minuman hangat dan sedikit makanan ringan dan permainan ringan, sehingga dapat membuat kondisi nyaman kembali.

3. Subjek Penelitian

Subjek penelitian dalam penelitian ini kurang representatif karena salah satu penerima manfaat yang memiliki tingkat pengendalian diri sangat tinggi tidak diikuti sertakan dalam subjek penelitian, sehingga anggota kelompok tidak sepenuhnya heterogen.

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang upaya meningkatkan pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat melalui layanan bimbingan kelompok di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang, secara umum dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat dijadikan sebagai suatu upaya untuk meningkatkan pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat yang tinggal di balai rehabilitasi mandiri. Adapun secara rinci dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

- 5.1.1 Gambaran pengendalian diri yang dimiliki oleh subjek penelitian sebelum mereka mengikuti kegiatan bimbingan kelompok termasuk dalam kriteria rendah (50%). Beberapa subjek penelitian menunjukkan perilaku yang susah untuk diajak bekerjasama, susah untuk mematuhi peraturan yang disediakan oleh pihak balai rehabilitasi, gemar melanggar aturan dan mencuri waktu luang untuk melakukan kegiatan yang dilarang oleh pihak balai rehabilitasi, seperti minum-minuman keras, keluar tengah malam, pulang melebihi batas waktu yang ditentukan dan bersikap kurang sopan terhadap pekerja sosial maupun petugas balai rehabilitasi.
- 5.1.2 Gambaran pengendalian diri setelah diberikan layanan bimbingan kelompok sebanyak delapan kali menunjukkan perubahan. Tingkat

pengendalian diri sebelum memperoleh layanan bimbingan kelompok (50%) setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok sebanyak delapan kali mengalami perubahan (73%).

- 5.1.3 Terjadi perubahan tingkat pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat setelah mereka mengikuti layanan bimbingan kelompok. Hal penelitian menunjukkan perbedaan persentase sebelum penerima manfaat memperoleh layanan bimbingan kelompok (50%) dan setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok (73%). Perhitungan uji *wilcoxon* menunjukkan bahwa hasil perhitungan jumlah jenjang sebesar $= 55 > t$ tabel = 8, sehingga layanan bimbingan kelompok dapat mengubah pengendalian diri penerima manfaat.

5.2 Saran

- 5.2.1 Bagi Balai Rehabilitasi Sosial Mandiri agar menyusun program-program yang dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhan psikologis penerima manfaat, di samping kebutuhan pokok (sandang, papan dan pangan).
- 5.2.2 Bagi para pekerja sosial hendaknya melakukan kegiatan kelompok, minimal setiap minggu sekali, hal ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan berfikir, menganalisa, memprediksi dan meningkatkan rasa toleransi.
- 5.2.3 Bagi peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian dengan topik-topik terkait perkembangan remaja dan norma sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia Sukmadewi. 2010. Self Control Pada Kalayan Narkoba Di Yayasan Rumah Damai (Studi Kasus tentang Kalayan Narkoba yang Relaps). Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Azwar, Saifudin. 1997. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifudin. 2005. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Calhoun, J.F dan Acocella, J.R. 1990. *Psikologi Penyesuaian dan Hubungan Manusia*. New York : McGraw Hill, Inc.
- Elliot, Stephen N dkk. 1999. *Educational Psychology*. Singapore: McGraw-Hill.
- Ghufron, M. Nur dan Rini Risnawita S. 2011. *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Arr-Ruzz Media
- Gibson, Robert L dan Marianne H. Mitchel. 2011. *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Gie, The Liang. 1995. Cara Belajar yang Efisien Jilid 2. Yogyakarta: Liberty
- Hadi, Sutrisno. 2004. *Statistik Jilid 2*. Yogyakarta: ANDI OFFSET
- Hermanto. 2009. Pengertian Kontrol Diri. http://kasturi82.blogspot.com/2009/05/pengertian-kontrol-diri_2836.html {accessed 2012/01/22}
- Morrison, dkk. 2007. *Research Methods In Education (Six Edition)*. New York: Routledge
- Nur Khasanah. 2009. Peningkatan Kemampuan Kendali Diri Dalam Memilih Kegiatan Di Luar Jam Sekolah Melalui Konseling Realita Pada Pengurus Osis Di SMA Negeri 1 Wirosari Grobogan Tahun 2008/2009. (Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang)
- Nurnaningsih. 2011. *Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa*. (Edisi Khusus No.I, Agustus 2011, ISSN 1412-565X)

- Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profile)*. Jakarta: Ghalia Indonesia
- Prayitno. 1998. *Pelayanan Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT.Ikrar Mandiriabadi
- Prayitno.2004. *Layanan Bimbingan Kelompok Konseling Kelompok Seri layanan Konseling (L6 dan L7)*.Padang: Universitas Negeri Padang
- Prayitno dan Amti, Erman. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*.Jakarta: Rineka Cipta
- Purwanto.
- Romlah, Tatik.2001. *Teori dan Praktik Bimbingan Kelompok*.Malang: Universitas Negeri Malang
- Safaria,Triantoro.2004. *Terapi Kognitif-Perilaku untuk Anak*.Yogyakarta: Graha Ilmu
- Santrock, Jhon W. Alih bahasa oleh Dra. Shinto B. Adelar, M.Sc dan Sherly Saragih, S.Psi. 2003. *Adolesence (Perkembangan Remaja)*. Jakarta: Erlangga.
- Sembel, Roy. 2003. *Raih Sukses Dengan Kendali Diri*. Online at www.sinarhapan.com. 28 Maret 2012
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: ALFABETA
- Sugiyono.2006. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono.2011. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta
- Sukardi, Dewa Ketut dan Desak P.E. Nila Kusmawati. 2008. *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Sukmadinata, Nana Syaodih. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Tohirin.2007.*Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (BerbasisIntegrasi)*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Zulkarnaen. (2002). Hubungan Kontrol Diri dan Kreativitas Pekerja. Laporan Penelitian. Universitas Sumatera Utara. Online at [http:// library.usu.ac.id/psiko-zulkarnaen](http://library.usu.ac.id/psiko-zulkarnaen) (disunting tgl bulan 2012).

Lampiran 1

DAFTAR ANGGOTA BIMBINGAN KELOMPOK

No	Nama	Wisma
1	Suwito	Imam Bonjol
2	Rahayu Cinarita	Yosudarso
3	Asnawi	Yosudarso
4	Mustolih	Imam Bonjol
5	Andrianto	Jendral Sudirman
6	Marsono	Teuku Umar
7	Sigit	Wr. Supratman
8	Supriyadi	Imam Bonjol
9	Iskandar	Ki Hajar Dewantara
10	Multazam	Teuku Umur

Mengetahui,

Konselor Pamong,

Pemimpin Kelompok

Siti Rahayu, S.Pd
NIP. 19620302 198303 2 019

Galih Fajar F
NIM. 1301408017

Lampiran 2

Kisi-Kisi Instrumen Skala Pengendalian Diri Penerima Manfaat (Try Out)

Variabel	Indikator	Deskriptor	Item	
			+	-
Pengendalian Diri Penerima Manfaat	1. Kontrol perilaku (<i>Behavior control</i>)	Menentukan kegiatan atas dasar inisiatif pribadi	1,2,4,7,8	3,6,11,13,15
		Membuat prioritas kegiatan	5,9, 10,12,14	17,19, 21,23, 30
		Mampu mengendalikan keadaan	16,20, 22,24, 25	18, 27,29, 34, 36
	2. Kontrol Kognitif (<i>Cognitive control</i>)	Melakukan pertimbangan sebelum bertindak	26,28,31,32,45	35 , 38,41, 43, 47
		Memilih kegiatan berdasarkan informasi yang telah jelas	37, 39, 44,50, 57	33, 42 ,46, 49,54
		3. Mengontrol keputusan (<i>Decision control</i>)	Memilih kegiatan yang sesuai dengan kebutuhan	40, 51, 56,53, 70
	Memilih kegiatan sesuai dengan kemampuan		58 , 61,63,71,80	55, 67 ,73,76,78
	Mampu memanfaatkan peluang		60, 65,68,75,79	66, 69,77, 72,74,

Lampiran 3

Instrumen Try out

Kepada
Yth. Penerima manfaat
Di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang II

Dengan hormat

Pertama-tama kami haturkan mohon maaf karena mengganggu aktifitas anda semua. Pada kesempatan ini, peneliti mengharapkan kerja sama anda sekalian guna mengisi skala psikologis secara suka rela dan apa adanya. Tanggapan saudara tidak berpengaruh terhadap kegiatan yang sedang anda kerjakan di balai rehabilitasi dan tanggapan yang saudara berikan dijamin kerahasiannya.

Skala ini bertujuan untuk mengumpulkan data awal terkait dengan pengendalian diri yang saudara miliki. Data yang diperoleh akan dipergunakan sebagai bahan pertimbangan untuk pemberian layanan bimbingan kelompok. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berarti terhadap kebijakan yang berlaku di lingkungan balai rehabilitasi. Saudara diharapkan memberikan tanggapan terhadap semua butir pernyataan yang tersedia yang terdiri dari 80 butir.

Akhirnya, terimakasih atas kerjasama yang anda lakukan. Semoga data yang anda berikan dapat memberikan kontribusi yang berarti terhadap pengembangan diri kita. Amin

Hormat kami,

Peneliti

Petunjuk pengisian :

Bacalah setiap pernyataan dibawah ini dengan seksama kemudian berikan jawaban anda pada kolom yang disediakan dengan memberi tanda cek (✓) :

SS, Apabila pernyataan tersebut Sangat sesuai dengan keadaan yang saudara rasakan

S, Apabila pernyataan tersebut sesuai dengan keadaan yang saudara rasakan

TS, Apabila pernyataan tersebut tidak setuju dengan keadaan yang saudara rasakan

STS, Apabila pernyataan tersebut sangat tidak setuju dengan keadaan yang saudara rasakan

Contoh pengisian :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
-	Saya sering menyelesaikan masalah dengan kekerasan	✓			

Jika pernyataan tersebut sangat sesuai dengan kondisi yang terjadi pada diri anda, maka berilah tanda cek pada kolom “sangat sesuai”

“Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah., karena itu pilihlah jawaban yang sesuai dengan kondisi diri anda sendiri”

Nama:

Kelas:

Wisma:

No.	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya mengisi waktu luang saya dengan belajar mempraktikkan keterampilan yang diajarkan di balai rehabilitasi.				
2	Saya memilih keterampilan khusus atas dasar keinginan saya				
3	Jika teman satu wisma berbuat onar saya ikut-ikutan.				
4	Saya mengajak teman satu wisma untuk piket				

	kebersihan				
5	Saya merencanakan kegiatan yang akan saya lakukan esok hari				
6	Saya mudah terpengaruh ajakan teman untuk melanggar aturan yang ditetapkan oleh pihak balai rehabilitasi				
7	Saya menolak ajakan teman yang kurang bermanfaat				
8	Saya tetap melakukan aktivitas yang saya kerjakan meski orang lain menghinanya				
9	Saya berusaha untuk mendahulukan kegiatan yang telah saya jadwalkan				
10	Saya menyusun jadwal kegiatan dalam kurun waktu tertentu				
11	Saya bingung untuk menentukan pilihan kegiatan				
12	Dari pada bermain saya mendahulukan kegiatan yang bermanfaat bagi diri saya				
13	Meskipun merugikan diri saya, saya mengikuti ajakan teman				
14	Saya menolak ajakan teman yang kurang bermanfaat				
15	Saya tidak berani menolak ajakan teman, meski harus melanggar aturan.				
16	Saya mengingatkan teman yang bertindak kurang sopan				
17	Saya kurang persiapan ketika mengikuti suatu kegiatan				
18	Jika terjadi keramaian saya cenderung membiarkan hal tersebut berlalu dengan sendirinya				
19	Saya kesulitan untuk mengatur kegiatan yang saya				

	ikuti				
20	Jika suasana kelas bimbingan ramai, saya akan mencoba untuk menenangkannya				
21	Saya biarkan berjalan apa adanya kegiatan yang akan saya lakukan				
22	Saya bersedia menjadi ketua wisma				
23	Saya tidak memiliki tujuan yang jelas dalam mengikuti berbagai kegiatan yang tersedia				
24	Saya tidak segan-segan menegur teman, jika mereka membuat kekacauan ketika kegiatan berlangsung				
25	Saya mengajak teman-teman untuk mencari solusi jika menjumpai permasalahan dalam aktivitas yang sedang kita kerjakan				
26	Sebelum bertindak saya memikirkan akibat atas tindakan saya				
27	Saya diam saja jika terjadi perkelahian				
28	Saya mempertimbangkan perasaan orang lain terhadap tindakan yang akan saya kerjakan				
29	Saya menyuruh orang lain untuk mengatur kondisi kelas bimbingan				
30	Saya mengikuti berbagai kegiatan yang tersedia meski saya kesulitan membagi waktunya				
31	Saya memikirkan perasaan orang lain sebelum melakukan suatu tindakan				
32	Saran dari orang lain saya jadikan bahan pertimbangan untuk melakukan suatu tindakan				
33	Asalkan kegiatan tersebut dapat membuat saya senang, akan saya ikuti meski saya belum tahu seutuhnya.				

34	Jika terjadi keributan saya pergi untuk menghindar				
35	Jika ada permasalahan dengan anggota wisma lainnya, tanpa pikir panjang saya akan menyelesaikannya dengan kekerasan				
36	Saya lebih memilih diam daripada ikut menenangkan kondisi kelas bimbingan yang ramai				
37	Sebelum saya benar-benar mengikuti kegiatan saya diskusikan terlebih dahulu dengan pendamping wisma				
38	Saya asal-asalan dalam memilih keterampilan yang disediakan oleh pihak balai rehabilitasi				
39	Informasi dari orang lain sangat membantu saya dalam memilih kegiatan yang akan saya kerjakan				
40	Pendidikan di balai rehabilitasi ini sangat membantu saya dalam kehidupan bersosial				
41	Saya tidak terbiasa memikirkan dampak dari tindakan yang akan saya kerjakan				
42	Saya cuek dengan kegiatan yang saya ikuti				
43	Saya tidak peduli dengan akibat perbuatan saya terhadap orang lain				
44	Saya enggan mengikuti kegiatan yang tidak jelas arah dan tujuannya				
45	Sebelum bertindak sesuatu, saya memperkirakan dampak atas tindakan saya				
46	Sampai sekarang saya masih belum mengerti tujuan saya berada di balai rehabilitasi mandiri				
47	Saya sulit untuk memikirkan akibat atas tindakan yang saya kerjakan				
48	Daripada menghabiskan waktu di jalanan saya lebih senang belajar keterampilan tertentu di balai				

	rehabilitasi ini.				
49	Saya kecewa mengikuti kegiatan yang kurang jelas informasinya				
50	Saya berani mengikuti kegiatan tertentu, setelah memperoleh informasi yang lengkap dan terpercaya				
51	Kehadiran saya dalam mengikuti pembelajaran disebabkan saya memerlukan keterampilan tersebut				
52	Meski saya tidak membutuhkan keterampilan yang tersedia di balai namun saya masih mengikutinya				
53	Saya lebih senang menghabiskan waktu luang saya dengan melakukan kegiatan yang bermanfaat				
54	Meski saya penasaran dengan penjelasan yang dijelaskan oleh orang lain, namun saya lebih memilih untuk diam daripada bertanya				
55	Saya memaksakan diri untuk mengikuti kegiatan meski hal tersebut diluar kemampuan yang saya miliki				
56	Kegiatan tambahan yang saya ikuti bukan karena paksaan dari pendamping wisma melainkan saya sangat memerlukan kegiatan tersebut				
57	Setiap kegiatan yang saya ikuti, saya sudah memiliki gambaran tentang kegiatan tersebut				
58	Keterampilan yang saya pilih saya sesuaikan dengan kemampuan yang saya miliki				
59	Aktivitas yang saya kerjakan hanya membuang-buang waktu saja				
60	Ketika ada tawaran untuk bekerja atau magang saya akan mencoba untuk mengikutinya				

61	Saya tidak menyesali ketarampilan yang saya tekuni di balai rehabilitasi ini				
62	Saya berada di balai rehabilitasi ini karena di paksa oleh pihak lain.				
63	Saya dapat mengikuti proses pelatihan keterampilan dengan baik				
64	Saya mengikuti ajakan teman, meski hal tersebut tidak memberikan manfaat sama sekali bagi diri saya				
65	Di balai ini, saya memiliki banyak kesempatan untuk menambah pengetahuan				
66	Ketika penyampaian materi berlangsung saya lebih suka mengobrol dengan teman				
67	Saya kurang berani menolak ajakan teman yang merugikan diri saya sendiri				
68	Berada di balai rehabilitasi ini saya justru merasa terhambat untuk mencari pekerjaan.				
69	Jika ada kesempatan untuk bertanya dalam proses pelatihan keterampilan, saya cenderung untuk memendam pertanyaan saya				
70	Saya akan bersabar untuk melakukan aktifitas yang sedang saya kerjakan				
71	Saya mempertimbangkan kemampuan saya setiap kali akan mengikuti suatu kegiatan				
72	Jika ada tawaran untuk mengikuti suatu kegiatan pelatihan keterampilan, saya cenderung untuk menolaknya terlebih dahulu sebelum saya mengetahuinya				
73	Saya mengalami banyak kesulitan ketika proses pelatihan keterampilan berlangsung				

74	Saya menyukai berbagai jenis kegiatan yang tersedia di balai ini, namun saya malas untuk mengikutinya				
75	Selama berada di balai ini, saya pergunakan pergunakan waktu saya untuk mengasah keterampilan saya.				
76	Saya asal-asalan dalam memilih keterampilan yang disediakan tanpa mempertimbangkan kemampuan yang saya miliki				
77	Saya membiarkan begitu saja kesempatan untuk mengikuti pelatihan keterampilan meski tidak dipungut biaya				
78	Saya memilih kegiatan hanya untuk mengisi waktu luang saja daripada untuk melatih keterampilan yang saya miliki				
79	Selagi saya berada disini saya manfaatkan untuk memperoleh informasi guna perencanaan masa depan				
80	Saya memilih untuk mengikuti kegiatan yang memungkinkan bagi saya kerjakan daripada harus memaksakan diri				

Semarang,

Responden

PERHITUNGAN RELIABILITAS SKALA PENGENDALIAN DIRI

Rumus
:

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Kriteria
:

Apabila $r_{11} > r$ tabel, maka angket tersebut reliabel

Perhitungan :

1. Varians total

$$\sigma_t^2 = \frac{\sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{N}}{N}$$

$$\begin{aligned} \sigma_t^2 &= \frac{1751158 - \frac{1734726,53}{30}}{30} \\ &= 547,716 \end{aligned}$$

2. Varians butir

$$\sum \sigma_b^2 = \frac{\sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N}}{N}$$

$$S_{sb1}^2 = \frac{0 - \frac{326,70}{30}}{30} = -10,890$$

$$S_{sb2}^2 = \frac{367 - \frac{353,63}{30}}{30} = 0,446$$

$$S_{Sb3}^2 = \frac{272 - 258,13}{30} = 0,462$$



$$S_{Sb56}^2 = \frac{300 - 282,13}{30} = 0,596$$

$$S_{Sb}^2 = 0,410 + 0,446 + 0,462 + \dots + 0,596$$

$$= 33,729$$

3. Koefisien reliabilitas

$$r_{11} = \left(\frac{80}{80 - 1} \right) \left[1 - \frac{33,729}{547,716} \right]$$

$$= 0,929016$$

Pada $\alpha = 5\%$ dengan $n = 30$, diperoleh $r_{tabel} = 0,361$

Karena $r_{11} > r_{tabel}$ maka dapat disimpulkan bahwa skala tersebut reliabel

Kisi-Kisi Instrumen Skala Pengendalian Diri Penerima Manfaat

Variabel	Indikator	Deskriptor	Item	
			+	-
Pengendalian Diri Penerima Manfaat	1. Kontrol perilaku <i>(Behavior control)</i>	Menentukan kegiatan atas dasar inisiatif pribadi	1,2,7	3,5,9
		Membuat prioritas kegiatan	4,7, 8	11,13, 15
	Mampu mengendalikan keadaan	10,14,16,	12, 19,	
		17	20, 24	
	2. Kontrol Kognitif <i>(Cognitive control)</i>	Melakukan pertimbangan sebelum bertindak	18, 21, 22	25 , 27, 30, 32
		Memilih kegiatan berdasarkan informasi yang telah jelas	26, 28,33,	23, 31 ,
			37	34, 36,41
	3. Mengontrol keputusan <i>(Decision control)</i>	Memilih kegiatan yang sesuai dengan kebutuhan	29, 38, 43,	35, 39,
			40	45, 48
		Memilih kegiatan sesuai dengan kemampuan	44 , 47, 49,54,62	42, 56,60
Mampu memanfaatkan peluang	46, 50,52 58,61	51, 53, 59,55,57		

LAMPIRAN 7**INSTRUMET PENELITIAN**

Kepada
Yth. Penerima manfaat
Di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang II

Dengan hormat

Pertama-tama kami haturkan mohon maaf karena mengganggu aktifitas anda semua. Pada kesempatan ini, peneliti mengharapkan kerja sama anda sekalian guna mengisi skala psikologis secara suka rela dan apa adanya. Tanggapan saudara tidak berpengaruh terhadap kegiatan yang sedang anda kerjakan di balai rehabilitasi dan tanggapan yang saudara berikan dijamin kerahasiannya.

Skala ini bertujuan untuk mengumpulkan data awal terkait dengan pengendalian diri yang saudara miliki. Data yang diperoleh akan dipergunakan sebagai bahan pertimbangan untuk pemberian layanan bimbingan kelompok. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berarti terhadap kebijakan yang berlaku di lingkungan balai rehabilitasi. Saudara diharapkan memberikan tanggapan terhadap semua butir pernyataan yang tersedia yang terdiri dari 80 butir.

Akhirnya, terimakasih atas kerjasama yang anda lakukan. Semoga data yang anda berikan dapat memberikan kontribusi yang berarti terhadap pengembangan diri kita. Amin

Hormat kami,

Peneliti

Petunjuk pengisian :

Bacalah setiap pernyataan dibawah ini dengan seksama kemudian berikan jawaban anda pada kolom yang disediakan dengan memberi tanda cek (✓) :

SS, Apabila pernyataan tersebut Sangat sesuai dengan keadaan yang saudara rasakan

S, Apabila pernyataan tersebut sesuai dengan keadaan yang saudara rasakan

TS, Apabila pernyataan tersebut tidak setuju dengan keadaan yang saudara rasakan

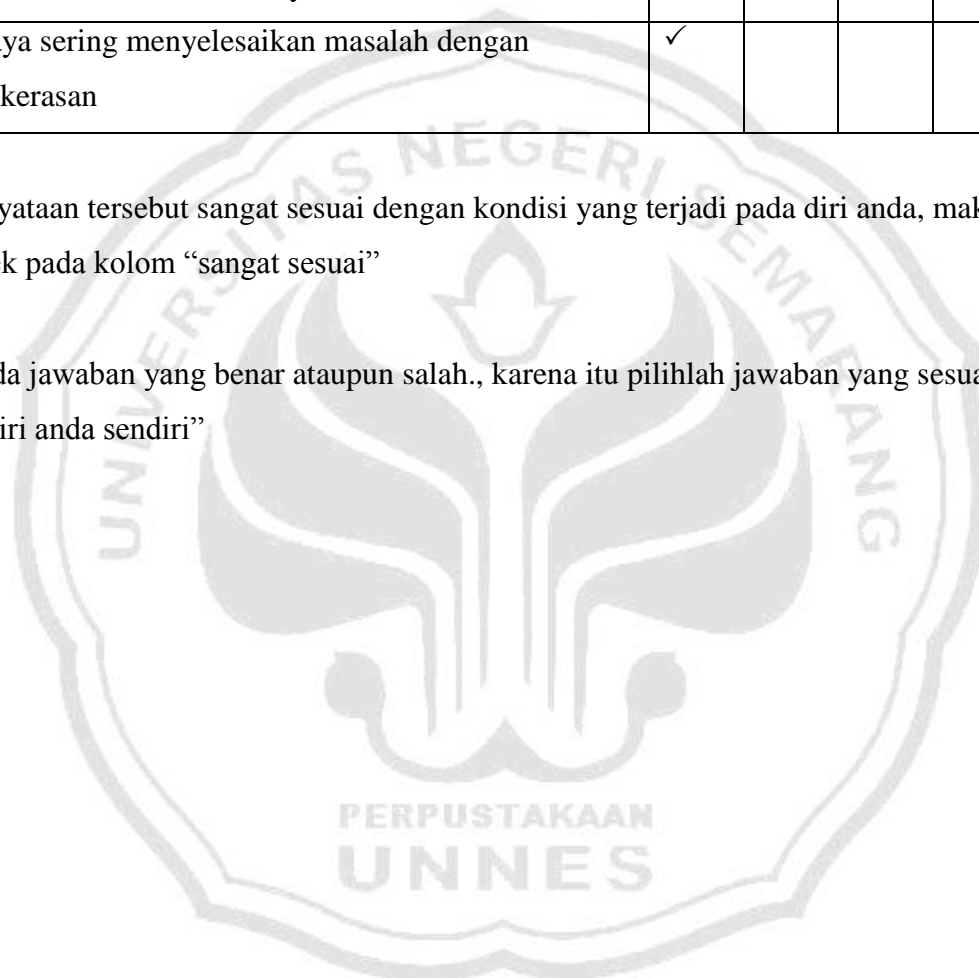
STS, Apabila pernyataan tersebut sangat tidak setuju dengan keadaan yang saudara rasakan

Contoh pengisian :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
-	Saya sering menyelesaikan masalah dengan kekerasan	✓			

Jika pernyataan tersebut sangat sesuai dengan kondisi yang terjadi pada diri anda, maka berilah tanda cek pada kolom “sangat sesuai”

“Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah., karena itu pilihlah jawaban yang sesuai dengan kondisi diri anda sendiri”



Nama:
Kelas:
Wisma:

No.	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya mengisi waktu luang saya dengan belajar mempraktikkan keterampilan yang diajarkan di balai rehabilitasi.				
2	Saya memilih keterampilan khusus atas dasar keinginan saya				
3	Jika teman satu wisma berbuat onar saya ikut-ikutan.				
4	Saya merencanakan kegiatan yang akan saya lakukan esok hari				
5	Saya mudah terpengaruh ajakan teman untuk melanggar aturan yang ditetapkan oleh pihak balai rehabilitasi				
6	Saya menolak ajakan teman yang kurang bermanfaat				
7	Saya berusaha untuk mendahulukan kegiatan yang telah saya jadwalkan				
8	Dari pada bermain saya mendahulukan kegiatan yang bermanfaat bagi diri saya				
9	Meskipun merugikan diri saya, saya mengikuti ajakan teman				
10	Saya mengingatkan teman yang bertindak kurang sopan				
11	Saya kurang persiapan ketika mengikuti suatu kegiatan				

12	Jika terjadi keramaian saya cenderung membiarkan hal tersebut berlalu dengan sendirinya				
13	Saya kesulitan untuk mengatur kegiatan yang saya ikuti				
14	Jika suasana kelas bimbingan ramai, saya akan mencoba untuk menenangkannya				
15	Saya biarkan berjalan apa adanya kegiatan yang akan saya lakukan				
16	Saya tidak segan-segan menegur teman, jika mereka membuat kekacauan ketika kegiatan berlangsung				
17	Saya mengajak teman-teman untuk mencari solusi jika menjumpai permasalahan dalam aktivitas yang sedang kita kerjakan				
18	Sebelum bertindak saya memikirkan akibat atas tindakan saya				
19	Saya diam saja jika terjadi perkelahian				
20	Saya menyuruh orang lain untuk mengatur kondisi kelas bimbingan				
21	Saya memikirkan perasaan orang lain sebelum melakukan suatu tindakan				
22	Saran dari orang lain saya jadikan bahan pertimbangan untuk melakukan suatu tindakan				
23	Asalkan kegiatan tersebut dapat membuat saya senang, akan saya ikuti meski saya belum tahu seutuhnya.				
24	Jika terjadi keributan saya pergi untuk menghindar				
25	Jika ada permasalahan dengan anggota wisma lainnya, tanpa pikir panjang saya akan menyelesaikannya dengan kekerasan				

26	Sebelum saya benar-benar mengikuti kegiatan saya diskusikan terlebih dahulu dengan pendamping wisma				
27	Saya asal-asalan dalam memilih keterampilan yang disediakan oleh pihak balai rehabilitasi				
28	Informasi dari orang lain sangat membantu saya dalam memilih kegiatan yang akan saya kerjakan				
29	Pendidikan di balai rehabilitasi ini sangat membantu saya dalam kehidupan bersosial				
30	Saya tidak terbiasa memikirkan dampak dari tindakan yang akan saya kerjakan				
31	Saya cuek dengan kegiatan yang saya ikuti				
32	Saya tidak peduli dengan akibat perbuatan saya terhadap orang lain				
33	Saya enggan mengikuti kegiatan yang tidak jelas arah dan tujuannya				
34	Sampai sekarang saya masih belum mengerti tujuan saya berada di balai rehabilitasi mandiri				
35	Daripada menghabiskan waktu di jalanan saya lebih senang belajar keterampilan tertentu di balai rehabilitasi ini.				
36	Saya kecewa mengikuti kegiatan yang kurang jelas informasinya				
37	Saya berani mengikuti kegiatan tertentu, setelah memperoleh informasi yang lengkap dan terpercaya				
38	Kehadiran saya dalam mengikuti pembelajaran disebabkan saya memerlukan keterampilan tersebut				
39	Meski saya tidak membutuhkan keterampilan yang tersedia di balai namun saya masih				

	mengikutinya				
40	Saya lebih senang menghabiskan waktu luang saya dengan melakukan kegiatan yang bermanfaat				
41	Meski saya penasaran dengan penjelasan yang dijelaskan oleh orang lain, namun saya lebih memilih untuk diam daripada bertanya				
42	Saya memaksakan diri untuk mengikuti kegiatan meski hal tersebut diluar kemampuan yang saya miliki				
43	Kegiatan tambahan yang saya ikuti bukan karena paksaan dari pendamping wisma melainkan saya sangat memerlukan kegiatan tersebut				
44	Keterampilan yang saya pilih saya sesuaikan dengan kemampuan yang saya miliki				
45	Aktivitas yang saya kerjakan hanya membuang-buang waktu saja				
46	Ketika ada tawaran untuk bekerja atau magang saya akan mencoba untuk mengikutinya				
47	Saya tidak menyesali ketarampilan yang saya tekuni di balai rehabilitasi ini				
48	Saya berada di balai rehabilitasi ini karena di paksa oleh pihak lain.				
49	Saya dapat mengikuti proses pelatihan keterampilan dengan baik				
50	Di balai ini, saya memiliki banyak kesempatan untuk menambah pengetahuan				
51	Ketika penyampaian materi berlangsung saya lebih suka mengobrol dengan teman				
52	Berada di balai rehabilitasi ini saya justru merasa terhambat untuk mencari pekerjaan.				

53	Jika ada kesempatan untuk bertanya dalam proses pelatihan keterampilan, saya cenderung untuk memendam pertanyaan saya				
54	Saya mempertimbangkan kemampuan saya setiap kali akan mengikuti suatu kegiatan				
55	Jika ada tawaran untuk mengikuti suatu kegiatan pelatihan keterampilan, saya cenderung untuk menolaknya terlebih dahulu sebelum saya mengetahuinya				
56	Saya mengalami banyak kesulitan ketika proses pelatihan keterampilan berlangsung				
57	Saya menyukai berbagai jenis kegiatan yang tersedia di balai ini, namun saya malas untuk mengikutinya				
58	Selama berada di balai ini, saya menggunakan penggunaan waktu saya untuk mengasah keterampilan saya.				
59	Saya membiarkan begitu saja kesempatan untuk mengikuti pelatihan keterampilan meski tidak dipungut biaya				
60	Saya memilih kegiatan hanya untuk mengisi waktu luang saja daripada untuk melatih keterampilan yang saya miliki				
61	Selagi saya berada disini saya manfaatkan untuk memperoleh informasi guna perencanaan masa depan				
62	Saya memilih untuk mengikuti kegiatan yang memungkinkan bagi saya kerjakan daripada harus memaksakan diri				

Semarang,
Responden

SATUAN LAYANAN

BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Topik Permasalahan** : Topik Tugas (Ketegasan)
- B. Bidang Bimbingan** : Bidang Sosial
- C. Jenis Layanan** : Layanan Bimbingan Kelompok
- D. Fungsi Layanan** : Pemahaman dan Pengembangan
- E. Tujuan Layanan**

Tujuan umum : Mengembangkan kemampuan sosialisasi PM dalam bersikap tegas terhadap ajakan orang lain yang kurang bermanfaat.

Tujuan khusus : Anggota kelompok memahami konsep tentang ketegasan, manfaat memiliki ketegasan, menggunakan sikap tegas pada situasi yang tepat.

- F. Hari/Tanggal pelaksanaan** : Senin, 10 Desember 2012
- G. Sasaran Layanan** : Kelompok eksperimen
- H. Uraian Kegiatan** :

a. Tahap Pembentukan:

- a. Mengucapkan salam dan ucapan terimakasih
- b. Menyakan kabar dan kondisi anggota kelompok .
- c. Bersama anggota kelompok memastikan waktu pelaksanaan kegiatan Bkp

b. Tahap Peralihan

- a. Menanyakan kesiapan anggota kelompok karena kegiatan inti akan segera dilakukan.
- b. Berdoa bersama sebelum melaksanakan kegiatan inti Bkp
- c. Memberikan topik yang akan dibahas saat tahap kegiatan.

3. Tahap Pelaksanaan

- a. Menjabarkan materi dalam beberapa subtopik yang akan dibahas, meliputi:
 - 1) Arti ketegasan
 - 2) Manfaat memiliki ketegasan
 - 3) Dampak tidak memiliki ketegasan dalam pergaulan
- b. Mempersilahkan anggota kelompok jika ada yang ingin menambahkan subtopik pembahasan.

c. Tanya jawab dan diskusi

4. Tahap pengakhiran

- a. Memberitahukan kepada anggota kelompok bahwa kegiatan Bimbingan Kelompok akan segera berakhir.
- b. Pemimpin kelompok dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan harapan mengenai kegiatan Bimbingan Kelompok
- c. Pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk mengisi LAISEG.
- d. Pemimpin dan anggota kelompok menyepakati untuk pertemuan selanjutnya
- e. Menutup kegiatan dengan berdoa bersama

I. Materi Pembahasan : Ketegasan

J. Metode : Diskusi, ceramah, dan tanya jawab

K. Alokasi Waktu : 1x45 menit

L. Penyelenggara Layanan : Praktikan

M. Alat dan Perlengkapan : Alat tulis

N. Rencana Penilaian dan Tindak Lanjut :

1. Rencana Penilaian:
 - a) Penilaian proses, dilakukan dengan mengamati keaktifan anggota kelompok dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.
 - b) Penilaian hasil, dilakukan dengan membarikan angket berupa penilaian segera (laiseg) terhadap
2. Tindak lanjut: Melaksanakan layanan bimbingan kelompok

O. Keterkaitan layanan ini dengan kegiatan pendukung: -

Catatan Khusus: -

Semarang, 10 Desember 2012

Mengetahui,

Konselor Pamong,

Praktikan

Siti Rahayu, S.Pd
NIP. 19620302 198303 2 019

Galih Fajar Fadillah
NIM. 1301408017

Lampiran 11

ANALISIS UJI WILCOXON

Analisis yang digunakan untuk mengetahui layanan bimbingan kelompok dapat merubah tingkat pengendalian diri pada penerima manfaat, dapat diketahui melalui hasil *pre test* dan *post test* dengan menggunakan uji *wilcoxon*. Dalam penelitian ini jumlah subyeknya adalah 10 orang (kurang dari 25) maka distribusi data tidak normal sehingga tidak menggunakan rumus z tetapi menggunakan tabel penolong uji *wilcoxon*.

Tabel Penolong Untuk Uji Wilcoxon Self Disclosure

Kode Responden	Pre-test (X1)	Post-test (X2)	Beda (X2-X1)	Tanda Jenjang		
				Jenjang	+	-
SW	104	157	53	5	5	0
CN	96	163	67	8	8	0
AW	135	193	58	6,5	6,5	0
MT	102	170	68	9	9	0
AN	141	188	47	1,5	1,5	0
MS	100	170	70	10	10	0
ST	157	204	47	1,5	1,5	0
SP	131	181	50	3	3	0
IS	110	168	58	6,5	6,5	0
MZ	156	207	51	4	4	0
Jumlah					55	0

Dari hasil perhitungan dengan menggunakan analisis uji *wilcoxon* diperoleh jumlah jenjang sebesar = 55 dan t tabel = 8. Jumlah jenjang (55) > t tabel (8) dengan demikian maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pengendalian diri yang dimiliki oleh penerima manfaat mengalami perubahan setelah mereka mengikuti layanan bimbingan kelompok. Dengan kata lain, layanan bimbingan kelompok telah berhasil merubah tingkat pengendalian diri penerima manfaat.

**TABEL HASIL EVALUASI PENILAIAN SEGERA (UCA)
LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK**

Pertemuan : 1
 Topik : Memahami orang lain
 Hari, tanggal : Selasa, 20 November 2012

No	Anggota	Aspek penilaian segera (UCA)		
		Pemahaman (Understanding)	Perasaan (Comfortable)	Tindakan yang akan dilakukan (Action)
1.	SW	Menjadi paham tentang memahami orang lain	Senang	Berusahan menjadi pribadi yang baik
2.	CN	Tahu tentang manfaat memiliki pemahaman tentang orang lain	Puas	Mencoba untuk mendengarkan orang lain
3.	AW	Mengerti cara memahami orang lain	Puas	Mengurangi sikap egois
4.	MT	Memahami makna tentang pemahaman orang lain	Senang	Belajar untuk mengrerti orang lain
5.	AN	Memiliki banyak keuntungan jika bisa memahami orang lain	Bahagia	Akan bersikap lebih baik lagi dalam pergaulan
6.	MS	Mengerti tentang cara memahami orang lain	Dapat pengalaman	Mencoba untuk memhami orang lain
7.	ST	Memahami orang lain merupakan sesuatu hal yang penting dalam pergaulan	Senang berdiskusi	Membiasakan diri untuk mengerti orang lain
8.	SP	Harus lebih memahami orang lain	Senang	Memahami orang lain dengan baik
9.	IS	Menjadi seseorang yang dapat memahami orang lain	Senang	Akan meningkatkan pemahaman tentang orang lain
10.	MZ	Memahami orang lain merupakan keharusan yang harus dikerjakan	Senang	Mencoba untuk membiasakan diri memahami orang lain

**TABEL HASIL EVALUASI PENILAIAN SEGERA (UCA)
LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK**

Pertemuan : 2
 Topik : Sabar

Hari, tanggal : Kamis, 23 November 2012

No	Anggota	Aspek penilaian segera (UCA)		
		Pemahaman (Understanding)	Perasaan (Comfortable)	Tindakan yang akan dilakukan (Action)
1.	SW	Mengerti manfaat memiliki kesabaran	Bahagia	Mencoba untuk lebih bersabar
2.	CN	Memahami cara meningkatkan kesabaran	Senang	Melatih kesabaran
3.	AW	Banyak keuntungan jika bersabar	Biasa saja	Tidak tergesa-gesa dalam mengambil sebuah keputusan
4.	MT	Mengetahui bagaimana cara untuk melatih kesabaran	Puas	Melatih kesabaran
5.	AN	Memahami tentang kesabaran	Bahagia	Belajar untuk lebih bersabar
6.	MS	Memahami kerugian jika tergesa-gesa	Senang	Berlatih untuk lebih bersabar
7.	ST	Mengetahui cara meningkatkan kesabaran	Puas	Bersikap sewajarnya
8.	SP	Mengetahui situasi-situasi yang tepat untuk bersabar	Senang	Melatih kesabaran
9.	IS	Mengetahu cara melatih kesabaran	Dapat pengalaman	Mencoba untuk berfikir terlebih dahulu sebelum bertindak
10.	MZ	Memahami situasi yang tepat untuk bersabar	Senang	Mencoba untuk bersikap bersabar sewajarnya

**TABEL HASIL EVALUASI PENILAIAN SEGERA (UCA)
LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK**

Pertemuan : 3
 Topik : Penyesuaian diri
 Hari, tanggal : Selasa, 27 November 2012

No	Anggota	Aspek penilaian segera (UCA)		
		Pemahaman (Understanding)	Perasaan (Comfortable)	Tindakan yang akan dilakukan (Action)
1.	SW	Menjadi paham tentang penyesuaian diri	Menyenangkan	Belajar untuk meningkatkan penyesuaian diri

2.	CN	Mengetahui makna penyesuaian diri	Puas	Melatih diri untuk cepat menyesuaikan diri terhadap lingkungan
3.	AW	Memhamia manfaat memiliki Penyesuaian diri yang baik	Senang	Mencoba untuk menyesuaikan diri di berbagai situasi
4.	MT	Penyesuaian diri pada remaja yang benar akan memberi dampak yang baik	Bahagia	Akan bersikap lebih baik lagi
5.	AN	Penyesuaian diri setiap orang berbeda-beda	Senang	Mencoba untuk menyesuaikan diri dengan baik
6.	MS	Mengerti tentang penyesuaian diri	Senang	Berlatih untuk meningkatkan penyesuaian diri
7.	ST	Penyesuaian diri yang harus ditingkatkan	Menyenangkan	Bersikap terbuka
8.	SP	Harus lebih meningkatkan penyesuaian diri	Senang	Bersikap lebih baik lagi
9.	IS	Penyesuaian diri yang cocok untuk remaja	Puas	Menyesuaikan diri sesuai dengan perkembangan usia
10.	MZ	Penyesuaian diri mempengaruhi kehidupan seseorang	Menyenangkan	Berlatih untuk fokus pada penyesuaian diri di lingkungan yang baru

**TABEL HASIL EVALUASI PENILAIAN SEGERA (UCA)
LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK**

Pertemuan : 4
 Topik : Tanggungjawab
 Hari, tanggal : Kamis, 29 November 2012

No	Anggota	Aspek penilaian segera (UCA)		
		Pemahaman (Understanding)	Perasaan (Comfortable)	Tindakan yang akan dilakukan (Action)
1.	SW	Memahami makna tanggungjawab	Puas	Berlatih untuk lebih bertanggung jawab
2.	CN	Mengerti manfaat memiliki tanggungjawab	Nyaman	Berlatih meningkatkan tanggung jawab
3.	AW	Memahami cara meningkatkan tanggungjawab	Menyenangkan	Bersikap lebih realisasi
4.	MT	Mengerti manfaat tanggungjawab	Senang dapat pemahaman baru	Mencoba untuk berlatih lebih tanggungjawab lagi
5.	AN	Memahami cara untuk melatih tanggung jawab	Senang karena menambah	Mengikuti kegiatan yang melatih tanggung jawab

			wawasan	
6.	MS	Tanggungjawab memberikan pengaruh terhadap cara seseorang bertindak	Dapat pengalaman	Balajar untuk melatih tanggungjawab
7.	ST	Tanggungjawab berpengaruh terhadap masa depan	Senang berdiskusi	Mengikuti kegiatan dengan sungguh-sungguh
8.	SP	Tanggung jawab merupakan amanah	Antusias	Tidak menghindar dari tanggungjawab yang diberikan
9.	IS	Tanggung jawab dapat dilatih dan dikembangkan	Dapat pengalaman	Lebih berani dalam bersikap
10.	MZ	Tanggung jawab memberikan dampak terhadap kesuksesan	Berseemangat	Bersikap untuk lebih realitis

**TABEL HASIL EVALUASI PENILAIAN SEGERA (UCA)
LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK**

Pertemuan : 5
 Topik : Perencanaan
 Hari, tanggal : Selasa, 4 Desember 2012

No	Anggota	Aspek penilaian segera (UCA)		
		Pemahaman (Understanding)	Perasaan (Comfortable)	Tindakan yang akan dilakukan (Action)
1.	SW	Memahami tentang arti dari perencanaan	Seru	Membuat perencanaan
2.	CN	Memahami makna membuat perencanaan	Senang	Memiliki perencanaan sebelum bertindak
3.	AW	Mengerti manfaat dari sebuah perencanaan	Menyenangkan	Merencanakan kegiatan untuk esok hari
4.	MT	Perencanaan erat kaitannya dengan persiapan	Puas	Memiliki perencanaan
5.	AN	Perencanaan dapat meningkatkan rasa percaya diri	Senang dapat pemahaman baru	Mencoba untuk melakukan kegiatan yang telah direncanakan
6.	MS	Merencanakan segala sesuatu merupakan hal yang penting	Bahagia	Membuat perencanaan
7.	ST	Pentingnya memiliki perencanaan dalam hidup	Menyenangkan	Melatih diri untuk melakukan kegiatan yang telah direncanakan
8.	SP	Perencanaan menunjukkan	Senang	Belajar untuk

		kesiapan seseorang		merencanakan kegiatan
9.	IS	Kelemahan seseorang jika tidak memiliki perencanaan	Dapat pengalaman	Membuat perencanaan untuk masa depan
10.	MZ	Perencanaan membantu seseorang untuk mempersiapkan diri atas segala kemungkinan.	Sangat menyenangkan	Berlatih untuk merencanakan kegiatan

**TABEL HASIL EVALUASI PENILAIAN SEGERA (UCA)
LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK**

Pertemuan : 6
 Topik : Memanfaatkan peluang
 Hari, tanggal : Kamis, 6 Desember 2012

No	Anggota	Aspek penilaian segera (UCA)		
		Pemahaman (Understanding)	Perasaan (Comfortable)	Tindakan yang akan dilakukan (Action)
1.	SW	Memahami makna peluang	Senang	Lebih aktif dalam mengikuti kegiatan bimbingan
2.	CN	Mengerti manfaat sebuah peluang atau kesempatan	Lucu dan seru	Mencari informasi lapangan kerja
3.	AW	Mengetahui bagaimana cara untuk menyikapi peluang	Menyenangkan dan asik	Bersikap lebih sopan
4.	MT	Memahami manfaat sebuah kesempatan	Menyenangkan	Berfikir terbuka
5.	AN	Mengetahui cara memperoleh kesempatan atau peluang	Senang dapat pemahaman baru	Membuka diri
6.	MS	Memahami makna sebuah kesempatan atau peluang	Bahagia dan seru	Mencari informasi
7.	ST	Mengerti tentang peluang	Menyenangkan dan lucu	Belajar untuk bersikap lebih baik
8.	SP	Memahami manfaat mengambil sebuah peluang atau kesempatan	Senang dapat pemahaman baru	Mencari informasi sebanyak-banyaknya
9.	IS	Memahami menyikapi sebuah peluang	Dapat pengalaman baru	Mengikuti kegiatan yang disediakan oleh pihak balai
10.	MZ	Memanfaatkan sebuah kesempatan	Sangat menyenangkan	Mencari informasi pekerjaan

**TABEL HASIL EVALUASI PENILAIAN SEGERA (UCA)
LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK**

Pertemuan : 7
 Topik : Berani bersikap tegas
 Hari, tanggal : Senin, 10 Desember 2012

No	Anggota	Aspek penilaian segera (UCA)		
		Pemahaman (Understanding)	Perasaan (Comfortable)	Tindakan yang akan dilakukan (Action)
1.	SW	Memahami peranan ketegasan dalam pergaulan	Senang	Memiliki pendirian dalam pergaulan
2.	CN	Mengetahui manfaat memiliki ketegasan	Senang	Menolak ajakan teman yang kurang bermanfaat
3.	AW	Ketegasan diperlukan dalam pergaulan	Menyenangkan	Berlatih untuk bersikap tegas dalam pergaulan
4.	MT	Mengerti cara melatih ketegasan	Menyenangkan	Belajar untuk menolak ajakan buruk teman
5.	AN	Memahami keberanian dalam ketegasan	Menyenangkan	Berlatih untuk menyampaikan keinginan
6.	MS	Mengerti manfaat ketegasan	Bahagia	Menolak ajakan teman yang buruk
7.	ST	Mampu menjelaskan tentang makna ketegasan	Menyenangkan	Belajar untuk memiliki pendirian yang kuat
8.	SP	Memiliki wawawan tentang ketegasan	Senang	Belajar untuk mengungkapkan pendapat
9.	IS	Memiliki ketahuan baru untuk meningkatkan ketegasan dalam pergaulan	Sangat menyenangkan	Berlatih untuk menolak ajakan teman yang buruj
10.	MZ	Mampu menjelaskan konsep ketegasan dalam bergaul	Senang	Berlatih untuk bersikap tegas dalam pergaulan

**TABEL HASIL EVALUASI PENILAIAN SEGERA (UCA)
LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK**

Pertemuan : 8

Topik : Berani dalam mengambil keputusan
 Hari, tanggal : Kamis, 13 Desember 2012

No	Anggota	Aspek penilaian segera (UCA)		
		Pemahaman (Understanding)	Perasaan (Comfortable)	Tindakan yang akan dilakukan (Action)
1.	SW	Mampu memaknai tentang pengambilan keputusan	Menyenangkan	Mengambil keputusan dengan pertimbangan yang dimiliki
2.	CN	Mengetahui pertimbangan dalam mengambil sebuah keputusan	Sangat senang	Menggunakan pertimbangan dalam mengambil keputusan
3.	AW	Mengerti makna dalam mengambil keputusan	Dapat bertukar pendapat	Berfikir untung dan ruginya sebelum mengambil keputusan
4.	MT	Mengetahui pertimbangan dalam mengambil keputusan	Bahagia	Mengambil keputusan dengan pertimbangan yang dimiliki
5.	AN	Memiliki wawasan baru tentang pengambilan keputusan	Menyenangkan	Mencari informasi terlebih dahulu sebelum mengambil keputusan
6.	MS	Memiliki wawasan tentang pengambilan keputusan	Senang	Meminta masukan dan pertimbangan dari orang lain sebelum mengambil keputusan
7.	ST	Mengerti makna dalam mengambil sebuah keputusan	Menyenangkan	Mempertimbangkan berbagai hal dalam mengambil keputusan
8.	SP	Mengetahui manfaat dalam mengambil sebuah keputusan	Senang	Mengambil keputusan dengan pertimbangan yang dimiliki
9.	IS	Memiliki banyak pertimbangan dalam mengambil keputusan	Sangat menyenangkan	Mencari informasi secara lengkap sebelum mengambil sebuah keputusan
10.	MZ	Memiliki wawasan dalam mengambil keputusan	Menyenangkan	Mengambil keputusan dengan pertimbangan yang dimiliki

Dokumentasi



