



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK
SELF CONTROL UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN PADA
ANAK BINAAN UPTD KAMPUNG ANAK NEGERI SURABAYA
DALAM MELAKSANAKAN *RUNDOWN* HARIAN

Skripsi

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya,
Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu
Sosial (S.Sos)

Oleh

Nurul Fadiyah Rahayu

NIM. B03219046

Program Studi Bimbingan Konseling Islam
Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
2023

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Nurul Fadiah Rahayu
NIM : B03219046
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Alamat : Banjarkemantren, RT 09, RW 02, Kec.
Buduran, Kab. Sidoarjo

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul Efektivitas Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Self Control* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Pada Anak Binaan UPTD Kampung Anak Negeri Surabaya Dalam Melaksanakan *Rundown* Harian, adalah murni merupakan hasil karya mandiri, bukan merupakan hasil plagiasi atas karya orang lain, dan skripsi ini tidak pernah dikumpulkan kepada lembaga perguruan tinggi manapun untuk memperoleh gelar akademik apapun.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini sebagai hasil plagiasi, saya bersedia menanggung segala bentuk konsekuensi hukum yang terjadi berupa pencabutan skripsi dan gelar akademik yang telah saya peroleh dari skripsi tersebut.

Surabaya, 08 Maret 2023

Yang menyatakan



Nurul Fadiah Rahayu

NIM, B03219046

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Nama : Nurul Fadiyah Rahayu
NIM : B03219046
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul : Efektivitas Konseling Kelompok
Menggunakan Teknik *Self Control*
Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Pada
Anak Binaan UPTD Kampung Anak
Negeri Surabaya Dalam Melaksanakan
Rundown Harian

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk diajukan.

Surabaya, 08 Maret 2023

Telah Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing



Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sw.L., S.Pd.,
M.Pd., Kons.
NIP : 197708082007101004

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Efektivitas Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Self Control*
Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Pada Anak Binaan UPTD
Kampung Anak Negeri Surabaya Dalam Melaksanakan *Rundown*
Harian

SKRIPSI

Disusun Oleh :

Nurul Fadiyah Rahayu

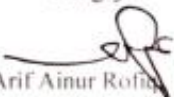
B03219046

Telah diuji, dinyatakan lulus dalam ujian sarjana strata satu

Pada tanggal 11 April 2023

Tim Penguji

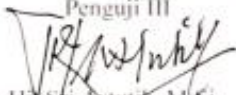
Penguji I


Dr. Arif Ainur Rofiq
S.Sos.I., S.Pd., M.Pd., Kons.
NIP : 197708082007101004

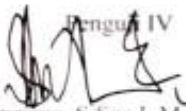
Penguji II


Dr. H. Abd Syakur M.Ag.
NIP : 196607042003021001

Penguji III


Dr. Hj. Sri Astuti, M.Si
NIP : 195902051986032004

Penguji IV


Amriana, S.Sos.I., M.Pd.
NIP : 198904112020122019



11 April 2023

Arif, S.Ag.,

NIP : 1971071998031001

LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI

 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA	KEMENTERIAN AGAMA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA PERPUSTAKAAN Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax 031-8413300 E-Mail: perpustakaanby.ac.id
--	---

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : MURUL FADYAH RAHAYU
NIM : B0319046
Fakultas/Jurusan : DAWAH DAN KOMUNIKASI / Bimbingan & Konseling Islam
E-mail address : Murul.fadyah23@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :
☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :
Efektivitas KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK SELF CONTROL
UNTUK MENINGKATKAN KEPATUNTAHAN PADA ANAK SIKITAN UPTD KAMPUNG
ANAK NEGERI SURABAYA DALAM MELAKSANAKAN RUNDOWN HARIAN

berserta perangkat yang diperlukan (jika ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 19 Mei 2023

Penulis



(MURUL FADYAH RAHAYU)
nama yang tertera pada tanda tangan

Abstrak

Nurul Fadiyah Rahayu, NIM B03219046. Efektivitas Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Self Control* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Pada Anak Binaan UPTD Kampung Anak Negeri Surabaya Dalam Melaksanakan *Rundwon* Harian.

Fokus permasalahan pada penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas dari penerapan konseling kelompok menggunakan teknik *self control* dalam meningkatkan kedisiplinan pada anak binaan UPTD Kampung Anak Negeri Surabaya.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen. Dalam penelitian ini juga peneliti membagi responden menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Hasil penelitian dari uji hipotesis didapatkan nilai *Sig* (2-tailed) pada bagian *Equal Variance Assumed* $< 0,05$ yakni 0,021. Maka dapat disimpulkan dari hasil independen t test bahwa H_1 yang berbunyi “Konseling kelompok menggunakan teknik *self control* berpengaruh untuk meningkatkan kedisiplinan pada anak binaan UPTD kampung anak negeri surabaya dalam melaksanakan *Rundown* harian.” Diterima. Dari hasil penelitian tersebut maka dapat dikatakan bahwa konseling kelompok dengan teknik *self control* efektif untuk meningkatkan kedisiplinan pada anak binaan UPTD Kampung Anak Negeri.

Kata kunci : Konseling Kelompok, Teknik *Self Control*, kedisiplinan

Abstract

Nurul Fadiyah Rahayu, NIM B03219046. Effectiveness Group Counseling Using Self Control Techniques To Improve Discipline In Children UPTD Assisted Children's Village Surabaya in Carrying Out Daily Rundwon.

The focus of the problem in this study was to determine the effectiveness of implementing group counseling using self-control techniques in increasing discipline in UPTD Kampung Anak Negeri Surabaya fostered children.

In this study, researchers used quantitative research methods with experimental research types. In this study the researchers also divided the respondents into two groups, namely the experimental group and the control group.

The research results from the hypothesis test showed that the Sig (2-tailed) value in the Equal Variance Assumed section was <0.05 , namely 0.021. So it can be concluded from the results of the independent t test that H1 which reads "Group counseling using self-control techniques has an effect on increasing discipline in children assisted by UPTD Kampung Anak Negeri Surabaya in carrying out daily rundowns." Accepted. From the results of this study, it can be said that group counseling with self-control techniques is effective for increasing discipline in UPTD Kampung Anak Negeri fostered children.

Keyword: *Group Counseling, Self Control Techniques, Discipline*

Daftar Isi

Cover.....	
PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI	i
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
Abstrak	v
Abstract	vi
Daftar Isi	vii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
1. Manfaat Teoretis.....	5
2. Manfaat Praktis	5
E. Definisi Operasional	6
1. Konseling Kelompok	6
2. Teknik Self Control	7
3. Kedisiplinan.....	8
F. Sistematika Pembahasan	9
BAB II KAJIAN TEORITIK.....	11
A. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	11
B. Kerangka Teori	13
1. Konseling Kelompok.....	13

2. Teknik Self Control	28
3. Kedisiplinan.....	34
C. Paradigma Penelitian	40
D. Hipotesis Penelitian	41
BAB III METODE PENELITIAN	43
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	43
B. Lokasi Penelitian	44
C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	44
1. Populasi.....	44
2. Sampel	45
3. Teknik Sampling.....	45
D. Variabel dan Indikator Penelitian.....	46
1. Variabel.....	46
2. Indikator Penelitian.....	47
E. Tahap-Tahap Penelitian	47
F. Teknik Pengumpulan Data.....	54
G. Teknik Validitas Instrumen Penelitian	56
1. Teknik Reliabilitas.....	56
2. Teknik Validitas.....	57
3. Teknik Analisis Data	59
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	61
A. Gambaran Umum Objek Penelitian.....	61
1. Profil UPTD Kampung Anak Negeri	61
2. Visi dan Misi UPTD Kampung Anak Negeri.....	62

3. Struktur Kepengurusan UPTD Kampung Anak Negeri	62
4. Kegiatan-Kegiatan Harian (<i>Rundwon</i>) UPTD Kampung Anak Negeri.....	64
B. Penyajian Data.....	66
1. Pemaparan Angket.....	68
2. Hasil Penelitian.....	69
C. Pengujian Hipotesis	80
1. Uji Normalitas	80
2. Uji Homogenitas.....	81
3. Uji Hipotesis	82
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	83
1. Perspektif Teoretis	83
2. Perspektif Islam	87
BAB V PENUTUP.....	91
A. Kesimpulan.....	91
B. Saran dan Rekomendasi.....	92
C. Keterbatasan Peneliti	93
DAFTAR PUSTAKA	94
LAMPIRAN.....	98

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kedisiplinan merupakan salah satu sikap yang diajarkan dan diterapkan pada anak mulai dari usia dini. Kedisiplinan memiliki dampak terhadap suatu kebiasaan yang dilakukan oleh setiap individu. Kedisiplinan juga merupakan bentuk kepatuhan atau ketaatan individu dari dalam hati terhadap segala peraturan yang ditetapkan tanpa adanya paksaan atau tekanan dari manapun.¹ Seseorang yang memiliki tingkat kedisiplinan yang baik akan tercerminkan dari tingka laku atau perbuatan yang ditunjukkan. Seperti halnya disiplin dalam mematuhi aturan yang ada.

UPTD Kampung Anak Negeri merupakan lembaga dibawah naungan dinas sosial, lembaga tersebut memiliki tatanan peraturan dan kegiatan yang tersusun dalam *rundown* harian, dimana hal tersebut membuat semua anak binaan memiliki kewajiban untuk menjalankan dan mematuhi, namun ada kalanya beberapa anak binaan melanggar setiap aturan dan memilih untuk meninggalkan beberapa kegiatan yang ada. Sebagian dari mereka memiliki alasan “capek” dan lain sebagainya. Contoh kegiatan yang beberapa kali mereka tinggalkan yakni ketika sholat jamaah. Selain meninggalkan mereka juga

¹ Akmaluddin, Haqqi, *Kedisiplinan Belajar Siswa di Sekolah Dasar (SD) Negeri Cot Keu Eung Kabupaten Aceh Besar (Studi Kasus)*, Jurnal Of Education Science (JES) (Vol. 5, No. 2, Oktober 2019), hal. 3

mengulur-ulur waktu ketika akan melakukan kegiatan, sehingga hal tersebut sering kali menghambat berjalannya kegiatan tersebut, waktu yang menjadi mundur mengakibatkan kegiatan yang lain menjadi mundur juga, namun mereka menginginkan untuk semua kegiatan selesai tepat waktu. Berangkat dari peraturan, lembaga ini juga telah menyiapkan hukuman bagi anak binaan yang melanggar peraturan, namun sebagian dari mereka yang melanggar aturan tidak siap untuk menerima hukuman dari pelanggaran yang telah dilakukannya. Dari hal tersebut dapat dikatakan bahwa tingkat kedisiplinan para anak binaan di UPTD ini rendah.

Peraturan dan rangkaian kegiatan yang telah ditetapkan merupakan bentuk upaya lembaga untuk menciptakan kedisiplinan yang baik pada anak binaan. Kedisiplinan seperti ini ditujukan dengan maksud untuk menciptakan perilaku baru yang lebih teratur, maka dari itu disetiap lingkungan atau bahkan lembaga diterapkan aturan-aturan yang berlaku. Terlebih berdasarkan latar belakang para anak binaan yang didominasi berasal dari lingkungan keluarga pra sejahtera, kurang mendapat perhatian keluarga, hingga turun ke jalan untuk bekerja seperti megamen dan berjualan. Sehingga perilaku mereka sering kali masih terbawah ketika mereka berada di luar UPTD.

Individu yang memiliki tingkat kedisiplinan yang rendah akan memiliki potensi untuk melanggar aturan yang ada. Hal seperti ini harus mendapatkan pelaksanaan atau tindak lanjut secara khusus untuk

dapat mengatasi permasalahan tersebut, karena kurangnya kedisiplinan yang dilakukan satu dua orang dapat berdampak pada terganggunya kegiatan yang telah ditetapkan dalam aturan.

Peneliti dalam permasalahan ini menerapkan proses konseling kelompok dengan menggunakan teknik *self control*. Konseling menurut Prayitno dan Erman Amti adalah konseling sebagai suatu proses pemberian bantuan yang oleh seorang profesional (konselor) melalui wawancara terhadap konseli yang mengalami suatu permasalahan dan berakhir pada terselesaikannya permasalahan tersebut.²

Konseling kelompok juga memuat unsur-unsur yang ada dalam sebuah kelompok konseling, diantaranya pemimpin kelompok, anggota kelompok, dan dinamika kelompok. Dalam penelitian ini konselor akan membagi konseli menjadi dua kelompok dimana satu kelompok sebagai kelompok kontrol dan kelompok yang satu sebagai kelompok manipulasi (kelompok yang tidak diberikan treatment). Penelitian ini menggunakan pendekatan konseling kelompok dengan menerapkan teknik *Self Control*.

Self Control berdasarkan pendapat dari Soekardi memiliki arti luas yakni prosedur dimana individu dapat mengatur dan mengarahkan perilakunya secara mandiri. Sedangkan menurut Baumeister dan Boone

² Farid Mashudi, *Psikologi Konseling*, (Jogjakarta: IRCiSoD, 2012), hal. 248

mengartikan bahwa *Self Control* merupakan suatu kemampuan seseorang dalam menentukan perilakunya yang berdasarkan standar tertentu, seperti moral, nilai, dan aturan yang terdapat dalam masyarakat untuk dapat mengarah pada perilaku positif. Sebelum diberikan perlakuan *self control* yang ditunjukkan oleh anak binaan menuju pada penerapan yang kurang tepat, banyak diantara mereka yang belum menunjukkan *self control* yang mengarah pada perilaku positif. Seperti halnya ketika peneliti menanyakan “ketika melihat teman sedang bertengkar apa yang akan kalian lakukan?”, beberapa diantara mereka menjawab “ikut berantem”, hal tersebut menunjukkan bahwa mereka dalam mengambil keputusan masih suka untuk ikut-ikutan, tanpa berfikir panjang, dan *self control* yang positif belum mereka tunjukkan.

Self Control seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya kepribadian orang itu sendiri, situasi yang sedang dihadapi, budaya tempat tinggal, pengalaman dan usia. Penerapan teknik *Self Control* telah dilakukan oleh beberapa peneliti dalam mengatasi permasalahan yang berkaitan dengan kognitif, dan diperoleh hasil yang efektif untuk menangani permasalahan individu yang berkaitan dengan kognitif.

Maka dengan ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Efektivitas Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Self Control* untuk Meningkatkan Kedisiplinan pada**

Anak Binaan UPTD Kampung Anak Negeri Surabaya dalam Melaksanakan *Rundown* Harian”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Apakah layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self control* efektif untuk meningkatkan kedisiplinan ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah tertera diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Mengetahui efektif atau tidaknya penggunaan teknik *self control* untuk meningkatkan kedisiplinan.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah :

1. Manfaat Teoretis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai apa yang dimaksud dengan kurangnya kedisiplinan, ciri-ciri, penyebab dan akibatnya, serta bagaimana penanganannya dengan menggunakan teknik *self control*.
- b. Memberikan pemahaman seberapa penting kedisiplinan pada masing-masing individu dalam kehidupan atau aktivitas sehari-hari.

2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan rujukan pembaca dalam meningkatkan kedisiplinan.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan pembaca mengenai kedisiplinan, dan bagaimana penanganan untuk meningkatkan kedisiplinan dengan menggunakan teknik self control.

E. Definisi Operasional

Untuk mempermudah dalam pembahasan dan terarahnya penulisan, terdapat beberapa definisi penelitian, diantaranya :

1. Konseling Kelompok

Konseling merupakan salah satu usaha untuk membantu konseli yang dilakukan secara tatap muka dengan tujuan agar klien dapat mengambil tanggung jawab sendiri terhadap berbagai permasalahan khusus atau dapat terselesaikannya masalah yang sedang dihadapi oleh konseli. Sedangkan konseling menurut Prayitno dan Erman Amti adalah sebuah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara yang dilakukan oleh seorang ahli atau konselor terhadap individu yang sedang mengalami suatu permasalahan yang disebut sebagai konseli, yang berakhir pada teratasinya permasalahan yang dihadapi oleh konseli.³

³ Anas Salahudin, *Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2016), hal. 15-16

Konseling kelompok merupakan kelompok terapeutic yang dilaksanakan untuk membantu konseli mengatasi permasalahan yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari, dimana konseling kelompok pada umumnya ditekankan untuk proses pencapaian fungsi-fungsi secara optimal, dan pada umumnya konseling dilakukan untuk jangka pendek atau menengah. Dimana pada umumnya menurut Pauline Harrison konseling kelompok terdiri dari 4-8 konseli yang bertemu dengan 1-2 konselor dalam suatu kelompok.⁴

2. Teknik Self Control

Self control atau kontrol diri menurut Baumeister dan Boone (tahun 2004) menjelaskan bahwa kontrol diri adalah sebuah kemampuan yang dimiliki oleh masing-masing individu untuk dapat menentukan perilakunya berdasarkan standart tertentu seperti moral, nilai dan aturan masyarakat agar mengarah pada perilaku yang positif. Sedangkan menurut Averill kontrol diri sebuah kemampuan individu untuk mengolah informasi yang diinginkan dan tidak diinginkan, kemampuan individu untuk dapat memotifikasi perilaku, dan sebuah kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu

⁴ Rasiman dan Muhamad Hamdi, *Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2019), hal. 6-7

yang diyakininya.⁵ Self Control atau kontrol diri dalam artian yang luas menurut Soekardji ialah prosedur di mana individu dapat mengarahkan atau mengatur perilakunya sendiri.

3. Kedisiplinan

Kedisiplinan atau disiplin merupakan sikap yang dapat tercerminkan dalam perbuatan atau tingkah laku individu, kelompok atau masyarakat yang terlihat dalam ketaatannya terhadap peraturan, norma dan kaidah yang berlaku dalam lingkungan masyarakat atau lembaga untuk tujuan tertentu. Disiplin adalah individu yang belajar atau sukarela mengikuti pimpinannya.⁶

Kedisiplinan merupakan bentuk kepatuhan atau ketaatan individu dari dalam hati terhadap segala peraturan yang ditetapkan tanpa adanya paksaan atau tekanan dari manapun. Menurut Rachman disiplin merupakan sesuatu yang berkenaan dengan pengendalian diri individu terhadap aturan yang ada. Sedangkan menurut Handayani, disiplin berasal dari kata *disicple* yang memiliki arti belajar secara sukarela dengan mengikuti pimpinan dan memiliki tujuan untuk

⁵ Ramadona Dwi Marsela, Mamat Supriatna, *Kontrol Diri: Definisi dan Faktor*, Jurnal Of Innovative Counseling (Vol. 3, No. 2, Agustus 2019), hal. 66-67

⁶ Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Kencana, 2011), hal. 459

mencapai pertumbuhan dan juga perkembangan secara optimal.⁷

F. Sistematika Pembahasan

Peneliti menyusun sistematika pembahasan, guna mempermudah pemahaman pembaca, berikut penjelasannya :

1. Bagian awal, menjelaskan mengenai judul penelitian (sampul laporan), pernyataan otentisitas skripsi, persetujuan dosen pembimbing, pengesahan tim penguji, motto dan persembahan, abstrak, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel, dan daftar gambar.

2. Bagian inti, penguraian dari lima bab dan masing-masing bab berisi beberapa sub-bab, diantaranya :

Bab Pertama (Pendahuluan). Meliputi: Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Definisi Operasional, dan Sistematika Pembahasan.

Bab Kedua Kajian Teoretik. Meliputi : Penelitian Terdahulu yang Relevan, Kerangka Teoritik yang terdiri dari : kajian tentang konseling kelompok, Teknik *Self Control*, Kedisiplinan., meliputi juga paradigma penelitian dan Hipotesis Penelitian.

Bab Ketiga Metode Penelitian. Meliputi : Pendekatan dan Jenis Penelitian, Lokasi Penelitian, Populasi, Sampel dan Teknik

⁷ Akmaluddin, Haqqi, *Kedisiplinan Belajar Siswa di Sekolah Dasar (SD) Negeri Cot Keu Eung Kabupaten Aceh Besar (Studi Kasus)*, Jurnal Of Education Science (JES) (Vol. 5, No. 2, Oktober 2019), hal. 3

Sampling, Variabel dan Indikator Penelitian, Tahap-tahap Penelitian, Teknik Pengumpulan Data, Teknik Validitas Instrumen Penelitian, dan Teknik Analisis Data.

Bab Keempat Hasil Penelitian dan Pembahasan. Meliputi : Gambaran Umum Obyek Penelitian, Penyajian Data, Pengujian Hipotesis, Pembahasan Hasil Penelitian.

Bab Kelima Penutup. Meliputi : Kesimpulan, Saran dan Rekomendasi, dan Keterbatasan Penelitian.

3. Bagian akhir terdiri atas daftar pustaka dan juga lampiran-lampiran.

Di atas merupakan sistematika pembahasan skripsi dengan judul, “Efektivitas Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Self Control* Untuk Mengatasi Kurangnya Kedisiplinan Pada Anak Binaan UPTD Kampung Anak Negeri Surabaya Dalam Melaksanakan *Rundown* Harian”

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

KAJIAN TEORITIK

A. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Setelah peneliti melakukan pencarian dan peninjauan, ditemukan pembahasan yang sejenis dengan penelitian ini, diantaranya:

1. **Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Control* Terhadap Peningkatan Manajemen Waktu (Penelitian pada kelas VIII SMP PGRI Pakis Magelang).**

Oleh : Annisa Arifah

NIM : 13.0301.0039

Tahun : 2020

Jenis : Skripsi

Instansi : Universitas Muhammadiyah
Magelang

Pada penelitian ini memiliki persamaan dalam bentuk konseling yang dilakukan yakni menggunakan konseling kelompok. Dan juga pada teknik yang digunakan. Sedangkan perbedaan dari penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada subjek yang digunakan dalam penelitian dan juga permasalahan yang diangkat dalam penelitian tersebut berbeda dengan permasalahan yang diangkat dalam penelitian kali ini.

2. **Efektivitas Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik**

Kelas VII Di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh

Oleh : Nurul Fauzan Nurin

NIM : 150213079

Tahun : 2019

Jenis : Skripsi

Instansi : Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh

Pada penelitian ini memiliki persamaan pada permasalahan yang diangkat dalam penelitian yakni mengenai kedisiplinan, dan juga metode penelitian yang digunakan yakni kuantitatif eksperimen. Sedangkan perbedaan dari penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada teknik yang digunakan dalam penelitian tersebut, dan juga subjek yang digunakan.

3. Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Teknik Self Control Bagi Pengguna Narkoba dan Minuman Keras Di Dusun Selorentek Kulon Kelurahan Kranganyar Kecamatan Kraton Kabupaten Pasuruan

Oleh : Alifia Nuzulu Ni'ami

NIM : B93215095

Tahun : 2019

Jenis : Skripsi

Instansi : Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Pada penelitian ini memiliki persamaan dalam penggunaan teknik yakni menggunakan teknik self control. Sedangkan perbedaan dalam

penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada permasalahan yang diangkat, kemudian subjek penelitian yang digunakan, dan juga pada metode penelitian yang digunakan, metode penelitian yang digunakan dalam penelitian Alifia yakni kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus.

B. Kerangka Teori

1. Konseling Kelompok

a. Pengertian Konseling Kelompok

Prayitno dan Erman Amti mendefinisikan konseling sebagai suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang konselor melalui wawancara terhadap individu atau konseli yang mengalami suatu permasalahan dan berakhir pada teratasinya masalah tersebut. Winkel berpendapat bahwa konseling adalah serangkaian kegiatan paling penting dari bimbingan sebagai usaha membantu konseli secara langsung atau tatap muka dengan tujuan konseli dapat mengambil tanggung jawab secara mandiri terhadap permasalahan yang dihadapinya.

Konseling kelompok menurut Farit Mashudi merupakan suatu bentuk layanan untuk membantu peserta didik dalam pembahasan dan penyelesaian masalah pribadi

melalui dinamika kelompok.⁸ Konseling kelompok adalah kelompok terapeutik yang dibentuk untuk membantu konseli dalam mengatasi permasalahan yang berhubungan dengan kehidupan atau aktifitas sehari-hari. Dalam konseling kelompok pada umumnya akan ditekankan untuk proses pencapaian fungsi-fungsi diri secara optimal, konseling kelompok mengatasi konseli dalam keadaan normal, atau dalam arti lain konseli tidak sedang mengalami gangguan fungsi kepribadian. Konseling kelompok menurut Pauline Harrison menyatakan bahwa yang dimaksud dengan konseling kelompok adalah suatu konseling yang terdiri dari 4-8 konseli yang bertemu dengan 1-2 konselor.

Konseling kelompok merupakan jenis layanan konseling perorangan yang dilakukan di dalam suasana kelompok. Di dalam konseling kelompok terdapat seorang konselor dan konseli, dimana konseli dalam layanan ini lebih dari seorang, terdapat sebab munculnya permasalahan, upaya untuk memecahkan masalah, adanya kegiatan evaluasi dan tindak lanjut.⁹

b. Asas-asas Konseling Kelompok

⁸ Farid Mashudi, *Psikologi Konseling*, (Jogjakarta: IRCiSoD, 2012), hal. 248

⁹ Rasiman dan Muhamad Hamdi, *Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2019), hal. 6-8

Dalam proses konseling kelompok terdapat beberapa asas-asas yang harus diperhatikan terlebih dahulu oleh konselor dan konseli-konseli. Asas-asas tersebut diantaranya adalah :

1) Asas Kerahasiaan

Asas yang pertama merupakan asa kunci dalam proses bimbingan konseling, jika asas ini benar-benar diperhatikan dan dilakukan, maka pelaksanaan bimbingan akan mendapat kepercayaan dari semua pihak yang terlibat dalam bimbingan konseling.

2) Asas Kesukarelaan

Dalam proses bimbingan konseling harus terlaksana atas dasar kesukarelaan, antara konseli dan konselor. Artinya dari kedua belah pihak tidak ada yang merasa terpaksa. Konseli tidak ragu-ragu, mau menyampaikan permasalahan yang dihadapi, mengungkapkan fakta, data, dan lain sebagainya yang berhubungan dengan permasalahannya kepada konselor.

3) Asas Keterbukaan

Suasana keterbukaan dalam proses bimbingan konseling sangat diperlukan, baik keterbukaan dari konseli maupun konselor. Keterbukaan dalam hal ini diharapkan masing-masing pihak yang bersangkutan bersedia membuka diri guna

kepentingan terselesaikannya permasalahan. Konseli yang membutuhkan bantuan diharapkan dapat berbicara jujur dan mengungkapkan mengenai dirinya secara terus terang dan tidak berpura-pura.¹⁰

4) Asas Kekinian

Pembahasan yang dilakukan dalam sebuah kelompok merupakan permasalahan aktual. Dalam hal ini anggota kelompok diminta untuk mengemukakan hal-hal yang terjadi saat itu. Suatu hal yang telah terjadi dianalisis dampak dan keterkaitannya dengan apa yang terjadi saat ini, hal-hal yang akan datang direncanakan sesuai kondisi yang ada saat ini.

5) Asas Kenormatifan

Asas yang menghendaki agar layanan konseling didasarkan pada norma-norma, adat istiadat, kebiasaan dan bertata-krama dalam kegiatan kelompok.

6) Asas Keahlian

Asas yang menghendaki agar proses konseling diselenggarakan atas dasar kaidah-kaidah profesional yang diperlihatkan oleh konselor atau pemimpin

¹⁰ Prayitno, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), hal. 115-117

kelompok dalam mengolah atau memimpin kegiatan kelompok untuk dapat mengembangkan proses dan isi pembahasan secara keseluruhan.

7) Asas Kegiatan

Asas yang mempersilahkan atau memperbolehkan konseli atau anggota kelompok untuk berperan aktif selama proses konseling berlangsung. Sedangkan konselor atau pemimpin harus mendorong dan memotivasi anggota kelompok konseling untuk dapat berperan aktif dalam proses konseling.¹¹

c. Unsur-unsur Konseling Kelompok

1) Pemimpin Kelompok

Prayitno berpendapat bahwa pemimpin kelompok dalam hal ini adalah seorang profesional (konselor) yang telah terlatih dan memiliki keterampilan dan kemampuan untuk memimpin suatu kelompok, dengan maksud agar tujuan yang ingin dicapai dalam kelompok konseling dapat digapai. Dan bertanggung jawab atas kelompok tersebut. Peranan pemimpin kelompok dalam konseling kelompok menurut Prayitno diantaranya :

¹¹ Sisca Folastris, Itsar Bolo Rangka, *Prosedur Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Bandung: Mujahid Press, 2016), hal. 31

- a) Pemimpin kelompok diharapkan dapat memberi bantuan, dapat mengarahkan dan ikut serta secara langsung terhadap kegiatan konseling kelompok.
- b) Pemimpin kelompok dapat memusatkan perhatiannya pada suasana yang sedang berkembang dalam kelompok tersebut, seperti suasana hati setiap anggota.
- c) Pemimpin kelompok dapat memberikan arahan yang sesuai kepada kelompok. Sesuai dalam hal ini adalah sesuai dengan tujuan konseling kelompok yang akan dicapai.
- d) Pemimpin kelompok diharuskan dapat memberikan umpan balik atau tanggapan terhadap berbagai hal yang telah terjadi dalam kelompok.
- e) Seorang pemimpin kelompok juga diharapkan mampu mengatur alur kegiatan kelompok. Seperti memegang aturan permainan, pendamai dan pendorong kerja sama dalam kelompok. Selain itu pemimpin kelompok juga diharapkan dapat menjaga agar apapun yang terjadi dalam kelompok tidak merusak apa yang telah direncanakan dan tidak

menyakiti masing-masing anggota kelompok.

- f) Pemimpin kelompok diharapkan mampu untuk menjaga kerahasiaan mengenai apapun yang terjadi dari kegiatan konseling kelompok.¹²

2) Anggota Kelompok

Hadi berpendapat mengenai anggota kelompok, menurutnya anggota kelompok adalah sekumpulan orang yang secara sadar atau sukarela mengikuti serangkaian kegiatan kelompok yang dipimpin oleh seorang konselor atau guru pembimbing profesional dan memiliki tujuan yang jelas dan sama antar anggota kelompok tersebut.

3) Dinamika Kelompok

Dinamika kelompok menurut pendapat Folastris dan Rangka adalah sebuah kumpulan dari semua faktor yang terdapat dalam satu kelompok. Dalam arti lain dinamika kelompok merupakan jiwa atau pokok utama yang menghidupkan suasana kelompok.¹³ Dinamika kelompok

¹² Drajat Edy Kurniawan, *Bahan Ajar Mata Kuliah Bimbingan dan Konseling Kelompok*, Buku Ajar Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas PGRI Yogyakarta, hal. 17

¹³ Esty Ariyani Safithry, Niky Anita, *Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management untuk Menurunkan Prasangka Sosial Peserta Didik*, Jurnal Bimbingan dan Konseling (Vol. 4, No. 5, Februari 2019), hal. 36

merupakan sebuah kekuatan yang saling mempengaruhi hubungan timbal balik antara anggota kelompok dengan pemimpin kelompok yang diberi pengaruh kuat pada perkembangan kelompok, tentang teknik-teknik untuk mengubah hubungan interpersonal, dan tingkah laku dalam kelompok.¹⁴

d. Tahapan Konseling Kelompok

Penerapan konseling kelompok memiliki beberapa tahapan yang harus diperhatikan ketika akan melakukan konseling kelompok, diantaranya adalah :

1) Tahap pertama

Tahap pertama yaitu tahap pembentukan, pada tahap ini diawali dengan pembuatan rancangan kerja, yang memuat tujuan, populasi, alasan membentuk kelompok, struktur kelompok, dan lain sebagainya. Tentunya hal tersebut harus diperhatikan dan direncanakan secara jelas oleh seorang konselor atau pemimpin konseling. Menurut Corey penekanan yang harus diperhatikan dalam tahap ini adalah tentang bagaimana seorang pemimpin dapat berpikir dengan baik mengenai jenis kelompok yang akan

¹⁴ Bambang Syamsul Arifin, *Dinamika Kelompok*, (Bandung: CV Pustaka Setia, Juli 2015), hal. 5-6

digunakan, dan juga seorang pemimpin harus mempersiapkan diri secara psikologis, dengan tujuan agar dapat menciptakan suasana kelompok yang efektif.

2) Tahap Kedua

Tahap kedua ini disebut sebagai tahap orientasi dan eksplorasi. Tugas utama pada tahap ini adalah menemukan identitas dalam kelompok dan juga mengenai sejauh mana anggota kelompok menjadi anggota yang aktif. Dalam hal ini Corey mengklarifikasikan dua faktor yang menjadi kaki atau fondasi sebuah kelompok, yakni membangun kepercayaan dan menjaga kepercayaan.

Tahapan ini menekankan agar seorang konselor dapat memperhatikan hak, menjaga kerahasiaan kelompok, menghargai keragaman yang ada dan saling menghormati sesama. Konselor juga diharapkan memiliki sikap yang serius dan tegas terhadap kelompok dan menghargai hak-hak individu.

3) Tahap Ketiga

Tahap ketiga dikenal sebagai tahap transisi. Tahap transisi dalam kelompok ditandai dengan adanya konflik dalam kelompok. Konflik tersebut terjadi akibat dari adanya kecemasan anggota kelompok

ketika akan memasuki proses konseling. Kegagalan dalam mengatasi konflik tersebut akan berakibat terhentinya proses konseling. Maka dari itu pada tahapan ini seorang konselor menurut pendapat Gladding perlu melakukan beberapa langkah antisipasi aktif dalam upaya mengatasi konflik tersebut diantaranya:

- a) Meningkatkan hubungan anggota kelompok. Dalam hal ini konselor menunjukkan pengembangan kepemimpinan dan menunjukkan kekuasaan yang terbuka terhadap kelompok konseling.
- b) Resistensi. Resistensi dalam hal ini diartikan sebagai perilaku anggota kelompok dalam menghindari daerah yang tidak nyaman dan situasi konflik. Resistensi dibagi menjadi dua yaitu secara langsung dan tidak langsung. Contoh resistensi secara langsung yakni dapat berupa pemberian nasihat, menghalangi orang lain dan ketergantungan, sedangkan bentuk resistensi secara tidak langsung seperti pelawanan terhadap konselor atau pemimpin kelompok.
- c) *Task processing*. Dapat dilakukan dengan memotivasi anggota kelompok agar dapat berinteraksi secara bebas

dan terbuka, menyadarkan anggota kelompok mengenai kekacauan atau konflik yang terjadi merupakan suatu hal yang wajar terjadi dalam kelompok, dan konselor juga dapat meminta umpan balik dari anggota mengenai keadaan dan apa yang mereka rasakan saat ini.

4) Tahap Keempat

Tahap keempat disebut sebagai tahap kerja. Tahapan ini ditandai dengan anggota kelompok dapat berbaur dan menjadi satu kesatuan dalam sebuah kelompok, mereka tidak begitu tergantung dengan pemimpin, lebih memiliki kebersamaan antar anggota dan eksplorasi diri mengalami peningkatan, dan lebih fokus pada hasil kerja.

Menurut Supriatna terdapat beberapa strategi yang dapat diterapkan dalam tahap kerja, diantaranya adalah :

- a) Modeling, modeling adalah metode yang digunakan dengan tujuan untuk mengajarkan perilaku yang kompleks pada anggota kelompok, dalam waktu yang singkat dengan cara mencontoh atau menyalin. Metode ini sangat bergantung pada waktu, penguatan, dan banyaknya umpan balik positif yang diperoleh.

- b) Exercises, exercises digunakan oleh konselor untuk menghubungkan keadaan, apakah latihan direncanakan terlebih dahulu untuk dapat digunakan dalam kelompok dan kapan latihan tersebut digunakan.

5) Tahap Kelima

Tahap kelima disebut sebagai tahap akhir. Menciptakan sebuah kelompok yang berkembang dan sampai pada tahap akhir adalah kemampuan untuk membantu anggota kelompok memahami apa yang telah mereka dapatkan selama tahapan konseling, setelah itu anggota kelompok dapat menerapkan apa yang telah mereka peroleh dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan pendapat Gladding dimana beliau mengatakan bahwa terdapat beberapa cara untuk mengakhiri sesi konseling kelompok, diantaranya adalah :

a) Member Summarization

Dengan cara ini anggota kelompok diminta untuk merangkum hasil dari pertemuan konseling kelompok yang telah dilakukan.

b) Leader Summarization

Pemimpin kelompok merangkum dan memberikan beberapa masukan kepada setiap anggota kelompok yang hadir dalam sesi konseling kelompok.

c) Dyads

Pada cara ini kelompok akan dibagi lagi menjadi beberapa kelompok yang terdiri dari dua orang yang kemudian masing-masing anggota kelompok memberikan komentar pada hasil dari sesi konseling kelompok.

d) Written Reactions

Pada cara ini dimana masing-masing anggota kelompok diminta untuk menuliskan kritik, saran, dan hasil yang telah didapat dari proses konseling.

e) Rating Sheets

Penggunaan cara ini dimana anggota kelompok diminta untuk menuliskan apa yang paling berkesan saat aktivitas konseling kelompok, siapa anggota kelompok yang paling menginspirasi, dan lainnya.

f) Homework

Memberikan pekerjaan rumah pada anggota konseling kelompok yang akan dikumpulkan pada sesi konseling kelompok berikutnya.

6) Tahap Keenam

Tahap keenam disebut sebagai tahap evaluasi dan tindak lanjut. Evaluasi merupakan aspek dasar dari setiap pengalaman kelompok dan dapat

memberikan keuntungan sendiri pada anggota kelompok maupun pemimpin kelompok. Evaluasi bukan merupakan prosedur yang dapat memutus hubungan, melainkan sebuah proses yang berkelanjutan.

Menurut Berg tahap tindak lanjut pada konseling kelompok sangat penting untuk dilakukan sebagai upaya untuk memberikan kesempatan kepada para anggota dalam menangani konflik yang belum terselesaikan dan diharapkan dapat menerima dukungan dan dorongan dari kelompok. Tahapan ini dijadwalkan 2-3 bulan setelah pengakhiran kelompok, dengan harapan dapat memberikan nilai tambah untuk anggota kelompok agar perubahan yang didapat terus berkembang.

e. Tujuan dan Manfaat Konseling Kelompok

- 1) Tujuan koseling kelompok menurut Winkel diantaranya :
 - a) Setiap anggota kelompok memahami dirinya dengan baik dan menemukan dirinya sendiri.
 - b) Para anggota kelompok dapat mengembangkan komunikasi antar sesama anggota, sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam penyelesaian tugas-tugas perkembangannya.

- c) Masing-masing anggota kelompok mendapatkan kemampuan untuk manajemen diri yang baik.
 - d) Masing-masing anggota kelompok menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain.
 - e) Para anggota kelompok lebih berani melangkah maju dan menerima resiko yang ada.
- 2) Manfaat konseling kelompok

Manfaat yang diperoleh dalam konseling kelompok adalah anggota kelompok diharapkan dapat memberikan manfaat melalui interaksi dengan anggota kelompok, mereka akan dapat mengembangkan berbagai keterampilan yang dapat meningkatkan kepercayaan diri, dan juga kepercayaan untuk dapat berinteraksi dengan orang lain. dalam suasana kelompok mereka akan dapat lebih mudah untuk membicarakan persoalan-persoalan yang mereka hadapi. Dalam suasana kelompok mereka juga lebih rela untuk menerima sumbangan pikiran dan masukkan dari orang lain atau dari konselor sendiri.¹⁵

¹⁵ Rasimin dan Muhammad Hamdi, *Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2019), hal. 8 dan 172-196

2. Teknik Self Control

a. Pengertian Self Control

Teknik *Self Control* merupakan salah satu teknik dari aliran Behavior. *Behavior* merupakan salah satu aliran dalam *Psikologi* yang didirikan oleh John B. Watson pada tahun 1913 dan digerakkan oleh Burrhus Frederic Skinner. Pendekatan *Behavioral* adalah salah satu pendekatan yang menekankan pada *kognitif* individu. pendekatan *Behavior* menurut Baraja memandang bahwa masalah yang dihadapi individu dikarenakan individu salah dalam membuat keputusan atau bersikap untuk melakukan tindakan tertentu.

Behaviorisme memandang perilaku manusia sangat ditentukan oleh lingkungan sekitar dan manipulasi atau *conditioning* terhadap manusia tersebut. Aliran ini menganggap bahwa manusia adalah netral, baik buruknya perilaku individu ditentukan oleh situasi dan perlakuan yang dialami oleh individu tersebut.¹⁶

Para tokoh *behavioristik* memandang bahwa gangguan tingkah laku adalah akibat dari proses belajar yang salah, maka dari itu perilaku tersebut dapat diubah dengan

¹⁶ Syamsul Yusuf, Juntika Nurihsan, *Teori Kepribadian*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012), hal. 123

mengubah lingkungan lebih positif sehingga perilaku tersebut dapat berubah menjadi perilaku yang positif. Perubahan tingkah laku ini lah yang kemudian memiliki kemungkinan dilakukannya evaluasi terhadap kemajuan yang dialami klien secara lebih jelas.¹⁷

Behavioristik memiliki beberapa teknik diantaranya :

1) Desensitisasi Sistematis

Desensitisasi sistematis adalah salah satu teknik yang paling sering digunakan dalam terapi tingkah laku. Teknik ini biasanya digunakan untuk menghapus perilaku yang diperkuat secara negatif seperti kecemasan.

2) Latihan Asertif

Latihan asertif digunakan untuk melatih individu yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakannya adalah layak atau benar.¹⁸

3) *Self Control*

Self Control menurut Soekardi memiliki arti luas yakni prosedur dimana seseorang dapat mengatur dan mengarahkan perilakunya sendiri. Prosedur dimana subjek

¹⁷ Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2013), hal. 168

¹⁸ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang : UMM Press, 2008), hal. 141-143

terlibat secara langsung minimal pada beberapa kegiatan atau keseluruhannya, lima dasar yaitu: menentukan perilaku sasaran, mengontrol perilaku tersebut, menentukan prosedur yang akan diterapkan, merealisasikan prosedur tersebut, dan melakukan evaluasi dari keefektifan prosedur tersebut. Sedangkan menurut Baumeister dan Boone *Self Control* atau kontrol diri merupakan suatu kemampuan individu dalam menentukan perilakunya sendiri yang berdasarkan standar tertentu seperti moral, nilai, dan aturan di masyarakat untuk dapat mengarah pada perilaku positif. Kontrol diri menurut Averill yang menjelaskan kontrol diri sebagai kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, mengolah informasi yang diinginkan dan tidak diinginkan, dan kemampuan individu dalam menentukan salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang menjadi keyakinannya.¹⁹

b. Jenis dan Aspek-aspek Self Control

Jenis dan aspek dalam *self control* dibagi menjadi 3, diantaranya :

1) Kontrol perilaku (*Behavior control*)

Kontrol perilaku merupakan bentuk kesiapan responden yang secara langsung dapat mempengaruhi suatu keadaan yang

¹⁹Ramadona Dwi Marsela, Mamat Supriatna, *Kontrol Diri: Definisi dan Faktor*, Jurnal of Innovative Counseling: Theory, Practice dan Research (Vol. 3, No. 2, 2019), hal. 66-67

tidak menyenangkan. Kemampuan individu dalam mengontrol perilaku dibagi menjadi dua yaitu mengatur pelaksanaan dan kemampuan memodifikasi stimulus.

Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan suatu kemampuan yang dimiliki individu dalam menentukan siapa yang akan mengendalikan situasi atau keadaan. Sedangkan kemampuan memodifikasi stimulus merupakan kemampuan yang dimiliki oleh masing-masing individu untuk dapat mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dapat dihadapi.

2) Kontrol kognitif

Kontrol kognitif merupakan kemampuan seseorang dalam mengolah suatu informasi yang tidak dikehendaki dengan cara menginterpretasi, menilai, atau mengabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Dimana aspek ini terdiri dari dua komponen, yaitu komponen memperoleh informasi, dan komponen melakukan penilaian.

3) Mengontrol keputusan

Mengontrol keputusan menurut Block dibagi menjadi tiga jenis berdasarkan kualitas kontrol diri yaitu:

- a) Overl control, yaitu suatu kontrol diri yang dilakukan seseorang secara berlebihan, sehingga dapat menyebabkan orang tersebut banyak menahan dirinya untuk bereaksi terhadap stimulus yang ada.
- b) Under control, merupakan suatu bentuk kecenderungan seseorang untuk melepas implusivitas secara bebas tanpa adanya perhitungan yang pasti.
- c) Appropriate control, merupakan bentuk kontrol diri seseorang yang bertujuan untuk mengendalikan implis secara tepat.

c. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Self Control

Faktor-faktor yang mempengaruhi *self control* pada remaja yaitu :

1) Kepribadian atau Karakteristik Personal

Kepribadian memiliki pengaruh terhadap kontrol diri, bagaimana individu tertentu bereaksi dengan tekanan dan berpengaruh pada hasil yang didapat.

Karakteristik personal setiap masing-masing individu memiliki perbedaan, karakteristik merupakan ciri atau kemampuan untuk memperbaiki kualitas hidup. Menurut Robbins dan Judge mengatakan bahwa karakteristik personal adalah cara memandang objek tertentu dan

juga menafsirkan apa yang dilihat mencakup usia, jenis kelamin, status perkawinan, latar belakang keluarga, pengalaman, hubungan sosial, dan lain sebagainya.²⁰

2) Situasi

Situasi merupakan faktor yang memiliki peranan dalam proses mengontrol diri, dimana setiap individu memiliki cara atau strategi yang berbeda dalam menghadapi situasi tertentu, strategi yang dimiliki setiap individu memiliki karakteristik yang unik satu sama lain.

3) Budaya

Budaya memiliki pengaruh terhadap kontrol diri dalam bentuk keyakinan atau pemikiran, dimana setiap kebudayaan memiliki keyakinan atau nilai yang menjadi faktor seseorang dalam berhubungan atau beraksi dengan lingkungan.

4) Pengalaman

Pengalaman yang telah dialami seseorang akan menjadi proses pembelajaran pada diri individu. Suatu pengalaman dapat diperoleh individu dari

²⁰ Wiwit Ekayanti, Susi Widjajani, Budiyanto, *Pengaruh Karakteristik Personal Dan Karakteristik Pekerjaan Terhadap Komitmen Organisasional Perawat*, Jurnal Maksipreneur (Vol. 8, No. 2, Juni 2019), hal. 183 dan 184

proses pembelajaran lingkungan keluarga, khususnya pada anak-anak. Pada masa selanjutnya individu akan bereaksi dengan menggunakan pola pikir dan pengalaman terhadap situasi sebelumnya dalam mengambil dan melakukan suatu tindakan, sehingga pengalaman yang positif akan mendorong seseorang untuk bertindak yang sama, sedangkan pengalaman negatif akan dapat merubah pola reaksi terhadap situasi tersebut.

5) Usia

Pertambahan usia seseorang secara tidak langsung akan dapat mempengaruhi pola pikir dan tindakan seseorang. Hal tersebut disebabkan karena pengalaman hidup yang telah dilalui lebih banyak, sehingga hal tersebut akan sangat berpengaruh dan membantu dalam memberikan reaksi terhadap situasi yang dihadapi.²¹

3. Kedisiplinan

a. Pengertian Kedisiplinan

Disiplin merupakan suatu bentuk kesadaran diri yang muncul dari hati terdalam untuk mengikuti atau mematuhi peraturan, nilai, dan hukum yang berlaku dalam

²¹ Indah Ayu Wahyuni Sinaga, *Peran Guru BK Dalam Mengembangkan Self Control Siswa di MTS Alwasliyah Bandar Khalifah Kabupaten Serdang Bedagai*, hal. 46

lingkungan masyarakat dimana individu tersebut tinggal.²² Kedisiplinan atau disiplin merupakan sikap yang dapat tercerminkan dalam perbuatan atau tingkah laku individu, kelompok atau masyarakat yang terlihat dalam ketaatannya terhadap peraturan, norma dan kaidah yang berlaku dalam lingkungan masyarakat atau lembaga untuk tujuan tertentu. Disiplin adalah individu yang belajar atau sukarela mengikuti pimpinannya. Kedisiplinan merupakan bentuk kepatuhan atau ketaatan individu dari dalam hati terhadap segala peraturan yang ditetapkan tanpa adanya paksaan atau tekanan dari manapun. Menurut Rachman disiplin merupakan sesuatu yang berkenaan dengan pengendalian diri individu terhadap aturan yang ada. Sedangkan menurut Handayani, disiplin berasal dari kata *disicple* yang memiliki arti belajar secara sukarela dengan mengikuti pimpinan dan memiliki tujuan untuk mencapai pertumbuhan dan juga perkembangan secara optimal.²³

b. Tujuan Kedisiplinan

²² Ernita Br Taringan, *Meningkatkan Kedisiplinan Siswa dalam Proses Belajar Mengajar Melalui Layanan Konseling Kelompok pada Siswa Kelas VII-3 SMP Negeri 1 Gebang Tahun 2017-2018*, Jurnal Tabularasa PPS UNIMED (Vol. 15, No. 3, Desember 2018), hal. 272

²³ Akmaluddin, Haqqi, *Kedisiplinan Belajar Siswa di Sekolah Dasar (SD) Negeri Cot Keu Eung Kabupaten Aceh Besar (Studi Kasus)*, Jurnal Of Education Science (JES) (Vol. 5, No. 2, Oktober 2019), hal. 3

Tujuan disiplin adalah membentuk suatu perilaku sedemikian rupa sehingga individu tersebut memiliki perilaku yang sesuai dengan peran yang ditetapkan kelompok budaya tempat individu tersebut tinggal. Berikut beberapa tujuan disiplin yaitu :

- 1) Memberikan dukungan terciptanya perilaku yang positif atau tidak menyimpang
- 2) Mendorong individu melakukan perbuatan yang baik dan benar.
- 3) Membantu individu untuk memahami dan menyesuaikan diri terhadap tuntutan lingkungannya.
- 4) Individu dapat belajar untuk melakukan aktifitas atau kebiasaan-kebiasaan baik.²⁴

c. Ciri-ciri Kedisiplinan

Kedisiplinan atau disiplin dalam melakukan segala hal merupakan salah satu hal yang perlu dimiliki oleh setiap individu. berikut adalah ciri-ciri dari perilaku disiplin yaitu :

- 1) Tepat waktu
- 2) Tegas dan tanggung jawab
- 3) Sopan santun yang baik

²⁴ Elizabeth B, Harlock, *Perkembangan Anak*, Jilid 2 (Jakarta: Erlangga, 1993), hal. 82

- 4) Memberikan konfirmasi kehadiran yang dapat dibenarkan.²⁵

Dalam pelaksanaannya, disiplin atau kedisiplinan tidak terdapat unsur pemaksaan atau apapun itu, akan tetapi disiplin dilakukan seseorang secara sukarela, sadar dan tanpa paksaan dari pihak manapun. Yang muncul dari cerminan diri dengan niat yang tulus untuk melaksanakan kegiatan atau tuntutan secara disiplin.

d. Cara Membentuk Disiplin

Disiplin tidak terbentuk begitu saja, terdapat beberapa cara dalam membentuk kedisiplinan diantaranya adalah

- 1) Mendisiplinkan dengan otoriter

Disiplin dengan otoriter yaitu membuat peraturan dan pengaturan yang tegas dan keras dengan tujuan untuk memaksakan perilaku yang diinginkan. Dan memberikan hukuman yang berat apabila terjadi kegagalan dalam menaati peraturan.

- 2) Mendisiplinkan dengan permisif

Disiplin permisif memiliki arti sedikit disiplin atau tidak disiplin. Disiplin permisif tidak membimbing atau mengatur individu ke dalam perilaku tertentu, tanpa ada hukuman yang akan diberikan apabila

²⁵ Otong Sutisna, *Administrasi Pendidikan Dasar Teoretis*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 1983), hal. 111

individu mengalami kegagalan. Individu memiliki kebebasan atau diijinkan untuk mengambil keputusan dan berkehendak sesuai keinginan individu tersebut.

- 3) Mendisiplinkan dengan demokratis
Mendisiplinkan menggunakan metode demokratis yaitu dengan melalui proses penjelasan, diskusi dan penalaran untuk memberikan pemahaman terhadap individu mengapa perilaku tertentu diharapkan. Hukuman yang diberikan menggunakan hukuman dan penghargaan. Hukuman yang diberikan tidak pernah keras.²⁶

e. Kedisiplinan dalam Perspektif Islam

Islam mengajarkan umatnya untuk benar-benar memperhatikan dan menerapkan nilai-nilai kedisiplinan dalam kehidupan sehari-hari untuk membangun kualitas kehidupan bermasyarakat yang lebih baik. Dalam Al-Qur'an dijelaskan dalam beberapa ayat yang memerintahkan manusia untuk memiliki perilaku disiplin dalam arti ketaatan pada peraturan yang telah ditetapkan.²⁷ Dalam Al-Qur'an surat An-Nisa ayat 59 :

²⁶ Ali Imron, *Manajemen Peserta Didik Berbasis Sekolah*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2011), hal. 73

²⁷ Asmaun Sahlan, *Mewujudkan Budaya Religius di Sekola*, (Malang: Gajayana 50, 2010), hal. 70-71

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأُولَى
الْأَمْرِ مِنْكُمْ فَإِنْ تَنَازَعْتُمْ فِي شَيْءٍ فَرُدُّوهُ إِلَى اللَّهِ
وَالرَّسُولِ إِنْ كُنْتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ذَلِكَ
خَيْرٌ وَأَحْسَنُ تَأْوِيلًا

Artinya : “Hai orang-orang yang beriman taatilah Allah dan taatilah Rasul (Nya), dan ulil amri di antara kamu. Kemudian jika kamu berlainan pendapat tentang sesuatu, maka kembalikanlah ia kepada Allah (Al-Qur'an) dan Rasul (Sunnahnya), jika kamu benar-benar beriman kepada Allah dan hari kemudian. Yang demikian itu lebih utama (bagimu) dan lebih baik akibatnya” (An-Nisa:59)²⁸

Dari ayat di atas memuat pesan untuk patuh dan taat kepada para pemimpin selama aturan dan perintah pemimpin tidak bertentangan dengan syariat Allah dan Rasul-Nya.

Disiplin bukan hanya taat dan patuh terhadap peraturan yang ada, akan tetapi memperhatikan dan menggunakan waktu sebaik-baiknya juga termasuk dalam kedisiplinan, seperti dalam firman Allah Q.S. Al-Asr ayat 1-2 :

وَالْعَصْرِ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ

²⁸ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemah*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2014), hal. 87

Artinya : “*Demi masa, sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian*”. (Al-Asr:1-2).²⁹

Dari ayat di atas dapat disimpulkan bahwa kita harus disiplin, pandai-pandai menggunakan waktu sebaik-baiknya. Tapi jangan pula kita gunakan waktu untuk kepentingan akhirat namun mengorbankan kepentingan duniawi atau sebaliknya. Keduanya harus seimbang dan proposional.

C. Paradigma Penelitian

Berikut adalah paradigma penelitian dari pengaruh konseling kelompok menggunakan teknik *self control* untuk mengatasi kurangnya kedisiplinan pada anak binaan UPTD kampung anak negeri Surabaya dalam melaksanakan *rundown* harian.



X: Self control

Y: Meningkatkan kedisiplinan

Tingkat kedisiplinan anak binaan UPTD Kampung anak negeri sebelum mendapatkan treatment dapat dikatakan rendah, dimana UPTD telah memiliki *rundown* kegiatan sehari-hari dari bangun tidur sampai tidur kembali, namun dalam hal ini

²⁹ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemah*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2014), hal. 601

terdapat beberapa anak binaan yang masih tidak tepat waktu dalam melaksanakan susunan kegiatan tersebut, kadang kalahnya ketika kegiatan dimulai ditengah-tengah kegiatan ada yang keluar dari ruangan untuk melakukan aktivitas yang lain seperti halnya mencuci baju, menjemur baju dan lain sebagainya, dimana hal tersebut mereka lakukan sebelum jadwalnya atau sebelum waktunya melakukan aktivitas tersebut. Sehingga hal tersebut menyebabkan beberapa kegiatan terganggu akan hal yang dilakukan oleh beberapa anak binaan. Dan setelah diberikan treatment diharapkan terdapat perubahan pada tingkat kedisiplinan anak binaan UPTD Kampung Anak Negeri. Perubahan yang diharapkan diantaranya meningkatnya kedisiplinan pada anak binaan, memahami dan mengetahui pentingnya memiliki kedisiplinan dalam melakukan dan mentaati peraturan yang telah tersedia baik untuk dirinya sendiri, dan lingkungan dimana mereka tinggal.

Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka pikiran yang telah diuraikan, maka peneliti merumuskan hipotesis pada penelitian ini sebagai berikut :

H1 : “Konseling kelompok menggunakan teknik *self control* berpengaruh untuk meningkatkan kedisiplinan pada anak binaan UPTD kampung anak negeri surabaya dalam melaksanakan *Rundown* harian.”

H0 : “Konseling kelompok menggunakan teknik *self control* tidak berpengaruh dalam meningkatkan kedisiplinan pada anak binaan UPTD kampung anak negeri dalam melaksanakan *Rundown* harian.”



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian adalah suatu kegiatan yang dilakukan untuk mencari, mencatat, menganalisis, dan menyusun laporan hasil. Pengertian secara umum penelitian adalah suatu usaha untuk menjawab pertanyaan dan memecahkan permasalahan yang ada. Saputra berpendapat bahwa berdasarkan pendekatan yang digunakan dalam penelitian dibagi menjadi dua, yakni penelitian kualitatif dan penelitian kuantitatif.³⁰

Pendekatan penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada penelitian ini yaitu menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif merupakan penelitian ilmiah yang bersifat sistematis terhadap bagian-bagian, fenomena dan beberapa hubungannya. Sugiyono berpendapat bahwa metode kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, yang kemudian juga digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu. Pengumpulan data dapat dilakukan dengan menggunakan instrumen penelitian, analisis data yang bersifat statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditentukan.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Eksperimen. Dimana dalam

³⁰ Hardani, Helmina Andriani, Jumari Ustiawaty, dkk, *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*, (Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu, Maret 2020), hal. 234

penelitian ini responden akan dibagi menjadi dua kelompok yang akan diberikan teknik *self control*. Kelompok yang akan diberi teknik *self control* disebut sebagai kelompok eksperimen, dan kelompok yang tidak diberi perlakuan disebut sebagai kelompok kontrol. Pada tahap pertama pemberian *pretest* akan diberikan kepada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dengan tujuan untuk mengetahui kondisi awal sebelum diberikan perlakuan. Tahap berikutnya yaitu tahapan setelah pemberian perlakuan, yaitu pengujian *posttest*, dengan tujuan untuk memperoleh hasil akhir dari pengujian eksperimen.

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini berlokasi di UPTD (Unit Pelaksana Teknis Daerah) Kampung Anak Negeri Surabaya, yang berlokasi di Jl. Wonorejo Timur No. 130, Wonorejo, Kec. Rungkut. Kota Surabaya.

C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek dalam penelitian, yang dapat terdiri dari manusia, benda, hewan, tumbuhan, gejala-gejala, dan lain sebagainya yang memiliki karakteristik tertentu di dalam suatu penelitian. Hal tersebut merupakan pendapat dari Margono mengenai populasi.³¹ Populasi dalam penelitian ini berjumlah 36,

³¹ Priyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Sidoarjo: Zifatama Publishing, 2008), hal. 104

jumlah keseluruhan anak binaan yang tinggal di UPTD Kampung Anak Negeri.

2. Sampel

Sampel menurut pendapat Husain dan Purnomo merupakan sebagian anggota populasi yang diambil dengan menggunakan teknik sampling. Sampel dalam hal ini harus dapat mencerminkan keadaan populasi itu sendiri. Arikunto mengemukakan pendapat jika subjeknya < 100 orang, maka dianjurkan untuk mengambil seluruhnya. Namun jika subjeknya > 100 maka bisa diambil 10-15% atau juga 20-25%.³² Jumlah sampel dalam penelitian ini yakni 36 orang, dikarenakan jumlah anak binaan kurang dari 100 maka peneliti mengambil keseluruhan jumlah anak binaan yang tinggal di UPTD Kampung Anak Negeri.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling menurut Margonoa merupakan cara yang digunakan dalam penelitian untuk menentukan sampel yang jumlahnya sesuai dengan ukuran sampel yang akan dijadikan sebagai sumber data, tentunya dengan memperhatikan sifat dan penyebaran populasi agar diperoleh sampel yang akurat. Teknik sampling dipakai oleh peneliti karena terdapat kriteria khusus yang sesuai dengan tujuan

³² Muhammad Khoerul Amir Kholid, *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Self Efficacy Mahasiswa dalam Menyelesaikan Skripsi*, hal. 33

analisis. Maka kriteria khusus dalam penelitian ini adalah yang memiliki tingkat kedisiplinan rendah ke sedang.

Tabel 3.1
Kategori Skor Kuesioner Kedisiplinan

Kategori	Skor
Tinggi	76-100
Sedang	46-75
Rendah	0-45

D. Variabel dan Indikator Penelitian

1. Variabel

Menurut Sugiyono variabel pada suatu penelitian memiliki sifat menurut objek yang diteliti dan juga memiliki beragam variasi antara satu dengan lainnya dalam suatu kelompok.³³ Penelitian ini memiliki dua variabel, yaitu :

- a. Variabel Bebas, “X” (*Independent*).
Merupakan variabel yang mempengaruhi variabel lainnya. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu mengenai konseling kelompok menggunakan teknik *self control*.
- b. Variabel Terikat “Y” (*Dependent*).
Merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Variabel terikat “Y” dalam penelitian ini yaitu pengaruh teknik *self control* dalam mengatasi kurangnya

³³ Husein Umar, *Metode Penelitian untuk Skripsi dan Tesis Bisnis*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1998), hal. 47

kedisiplinan terhadap anak binaan UPTD
Kampung Anak Negeri.

2. Indikator Penelitian

Indikator penelitian digunakan sebagai alat ukur variabel yang berfungsi untuk mengetahui ukuran variabel dalam indikator penelitian yang ada dalam aspek Dependent yaitu “Kurangnya Kedisiplinan”, yang kemudian akan dirumuskan menjadi sebuah alat ukur dalam pembuatan angket.

E. Tahap-Tahap Penelitian

Pada tahap ini dilakukan untuk menyelesaikan penelitian yang berjudul “konseling kelompok menggunakan teknik self control untuk meningkatkan kedisiplinan pada anak binaan UPTD Kampung Anak Negeri dalam melaksanakan *rundown* harian” adalah sebagai berikut :

1. Tahap Pra Lapangan

Pada tahap pertama ini peneliti menyiapkan desain penelitian mulai dari awal pembuatan tema penelitian, peneliti menentukan permasalahan yang akan dijadikan objek penelitian, kemudian akan dirumuskan ke dalam variabel yang dijadikan bahan penelitian. Peneliti membuat dan menyerahkan outline kepada kaprodi untuk disetujui.

Setelah mendapatkan persetujuan, selanjutnya peneliti melakukan penelitian literatur melalui literatur yang sesuai dengan tujuan untuk memperoleh penelitian teoritis. Kajian teori ini

digunakan untuk menyempurnahkan teori yang akan digunakan dalam penelitian. Sebelum melakukan penelitian secara langsung ke lapangan, peneliti menyusun proposal penelitian terlebih dahulu, melakukan bimbingan ke dosen pembimbing kemudian peneliti melakukan seminar proposal.

Setelah seminar proposal. Penelitian merevisi proposal yang telah diujikan, dan peneliti dapat memasuki tahap penelitian lapangan.

2. Tahap Lapangan

Pada tahap ini peneliti melakukan observasi tempat yang akan dijadikan sebagai tempat penelitian. Selanjutnya peneliti membuat surat izin penelitian di aplikasi *Amira* UIN Sunan Ampel Surabaya. Setelah mendapatkan surat izin penelitian selanjutnya peneliti melanjutkan untuk membuat surat izin penelitian di BAKESBANGPOL (Badan Kesatuan Bangsa dan Politik), yang kemudian surat izin dari BAKESBANGPOL diteruskan ke DINSOS (Dinas Sosial), dan surat izin dari DINSOS yang kemudian dibawa ke lembaga. Perizinan tersebut dilakukan karena tempat yang akan dijadikan penelitian merupakan lembaga yang dibawah naungan DINSOS dan pemerintahan kota Surabaya. Setelah mendapatkan izin dari lembaga UPTD Kampung Anak Negeri selanjutnya peneliti mulai melakukan tahap-tahap penelitian berikutnya.

3. Tahap Pasca Lapangan

a. Teknik pelaksanaan

Teknik pelaksanaan yang akan dilakukan untuk mencapai tujuan dalam meningkatkan kedisiplinan melalui konseling kelompok yang menggunakan teknik *Self Control*. Proses konseling kelompok yang dilakukan satu minggu sekali.

1) Tahap identifikasi masalah

Untuk mendapatkan informasi atau data mengenai responden atau narasumber, peneliti melakukan langkah-langkah sebagai berikut :

- a) Tanggal 27 September-27 November, peneliti melaksanakan PPL di UPTD Kampung Anak Negeri. Dalam masa ini peneliti juga melaksanakan observasi terhadap permasalahan yang terjadi di kalangan anak binaan. Dari observasi diperoleh hasil bahwa terdapat beberapa anak binaan yang memiliki tingkat kedisiplinan yang kurang dalam melaksanakan *rundown* harian. Hal tersebut ditandai dengan seringnya para anak binaan dengan sengaja mengulur-ulur waktu pada saat melaksanakan kegiatan harian, melakukan kegiatan yang belum waktunya, dan lain sebagainya.

b) Tanggal 17 Januari 2023. Peneliti menyerahkan surat izin penelitian kepada kepala UPTD Kampung Anak Negeri, sekaligus menyampaikan mengenai subjek penelitian yang akan dituju.

2) Tahap Diagnosis

Setelah peneliti melakukan observasi di lokasi, wawancara dengan para pembina, dan tanda-tanda atau gejala yang nampak pada beberapa anak binaan UPTD Kampung Anak Negeri. Akhirnya peneliti menetapkan permasalahan utama yakni berkaitan dengan kedisiplinan mereka dalam mengikuti *Rundown* harian yang ada di lembaga tersebut.

3) Tahap Prognosa

Setelah peneliti mengidentifikasi permasalahan dan telah menetapkan diagnosa maka tahap selanjutnya peneliti menentukan treatment yang akan diberikan kepada mereka, dalam hal ini peneliti merasa bahwa konseling kelompok dengan menggunakan teknik *self control* cocok untuk diterapkan dalam permasalahan ini. Pada langkah pertama yang dilakukan peneliti sebagai berikut :

c) Tanggal 22 Januari 2023. Peneliti menyebarkan angket *pretest* kepada

semua anak binaan UPTD Kampung Anak Negeri.

d) Tanggal 29 Januari 2023. Peneliti membangun hubungan dengan klien yang akan dijadikan sebagai objek penelitian, peneliti juga menjelaskan secara singkat mengenai kedisiplinan dan pentingnya kedisiplinan untuk diri sendiri dan lingkungan.

4) Treatment

Peneliti pada tahap ini mulai memberikan perlakuan terhadap responden yang masuk kedalam kelompok eksperimen. Pemberian treatment diberikan satu minggu sekali sebanyak empat kali pertemuan.

5) Evaluasi

Peneliti melakukan tahap evaluasi dengan menggunakan kuesioner *prettest* dan wawancara kepada pembina disana untuk mengetahui perubahan responden sebelum dan sesudah diberikan treatment.

b. Menetapkan Tujuan

Pada tahap ini peneliti mengajak anak binaan untuk menetapkan tujuan yang akan dicapai setelah diberikan perlakuan, berdasarkan kesepakatan bersama, tujuan yang ingin dicapai dalam penerapan konseling kelompok menggunakan teknik *self control*

untuk meningkatkan kedisiplinan pada anak binaan yakni sebagai berikut:

- 1) Bisa memahami arti kedisiplinan dan dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari
- 2) Mengavaluasi diri mengenai kurangnya kedisiplinan yang telah dilakukan
- 3) Meningkatnya kedisiplinan pada anak binaan

C. Implementasi Teknik Konseling Kelompok

Setelah ditetapkan tujuan berdasarkan kesepakatan bersama, peneliti mengajak responden (kelompok eksperimen) yang telah ditentukan untuk mengikuti serangkaian kegiatan konseling kelompok dan pemberian *treatment* berupa penerapan teknik *self control*. Model penerapan teknik *self control* untuk meningkatkan kedisiplinan dalam melaksanakan *rundown* harian :

1) Tahap Pretest

Peneliti membagikan kuesioner untuk mengetahui tingkatan awal kedisiplinan pada anak binaan UPTD Kampung Anak Negeri. Setelah mendapatkan hasil. Selanjutnya peneliti membagi responden menjadi dua kelompok 18 responden digolongkan dalam kelompok eksperimen dan 18 responden lainnya masuk dalam kelompok kontrol.

2) Tahap Perlakuan

Setelah diberikan *pretest* peneliti mulai melakukan rangkaian konseling kelompok dengan menggunakan teknik *self control* pada kelompok eksperimen. Konseling kelompok dilakukan satu minggu sekali. Pada tahap ini pertama kali yang dilakukan peneliti yakni membangun hubungan baik dengan responden, mulai menyampaikan maksud dari penelitian dan meminta responden untuk membuat atau menentukan tujuan yang akan dicapai dari proses konseling kali ini. Setelah tujuan telah disepakati selanjutnya peneliti memberikan penjelasan mengenai apa yang dimaksud dengan *self control*, konseling kelompok dan juga kedisiplinan. Selanjutnya peneliti memberikan *treatment* kepada responden. Pemberian *treatment* diberikan oleh peneliti sebanyak tiga kali pertemuan.

3) Tahap Posttest

Setelah dilakukan tahap perlakuan pada kelompok eksperimen. Langkah selanjutnya peneliti memberikan kuesioner kepada seluruh responden, baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Hal tersebut dilakukan dengan tujuan untuk melihat perbedaan tingkat kedisiplinan pada anak binaan UPTD setelah diberikan perlakuan berupa

konseling kelompok dengan menggunakan teknik *self control*.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini diantaranya yaitu :

1. Observasi

Observasi merupakan salah satu teknik pengumpulan data dengan melakukan pengamatan, dan berpartisipasi secara langsung pada objek penelitian, dengan tujuan untuk mendapatkan data yang diperlukan untuk mendukung proses berjalannya sebuah penelitian.³⁴ Peneliti dalam penelitian ini menggunakan jenis observasi partisipan dimana peneliti turut serta atau berpartisipasi secara langsung dalam kegiatan yang sedang diobservasi.

2. Wawancara

Wawancara dalam penelitian dibedakan menjadi 2 yakni wawancara terstruktur dan wawancara tidak terstruktur. Pada penelitian ini peneliti menggunakan jenis wawancara tidak terstruktur, artinya peneliti bebas untuk melakukan wawancara tanpa memakai panduan yang telah tersusun. Maka dari itu peneliti langsung melakukan wawancara terhadap pihak-pihak yang bersangkutan.

3. Kuesioner atau Angket

³⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R & D cetakan XX*, (Bandung: Alfabeta, 2014), hal. 227

Menggunakan kuesioner atau angket dalam penelitian bertujuan untuk mendapatkan data dan informasi dari responden secara tertulis dan sesuai dengan keadaan responden. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis angket tertutup dan respondent menjawab sesuai kondisinya. Maka dari itu peneliti menggunakan skala likert yang berisi pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Pernyataan *favorable* merupakan pernyataan yang mengungkapkan persetujuan mengenai statement yang diberikan, sedangkan *unfavorable* merupakan pernyataan yang mengungkapkan penolakan atau ketidaksetujuan dengan statement yang ada.

Tabel 3.2
Skala Likert

Alternatif Jawaban	Skor Item	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

4. Dokumentasi

Dokumentasi digunakan untuk mencari data *history* dari responden atau klien, yang berupa surat-surat, foto, laporan, dan lain sebagainya. Pengambilan data ini tidak dibatasi oleh tempat

dan waktu. Sehingga dapat membuka kesempatan peneliti untuk dapat mengali data dan informasi mengenai responden atau klien secara mendalam.

G. Teknik Validitas Instrumen Penelitian

1. Teknik Reliabilitas

Reliabilitas berasal dari kata *reliability* yang memiliki makna sejauh mana suatu pengukuran itu dapat dipercaya. Kriteria pengukuran dipercaya apabila dalam beberapa kali pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama, didapatkan hasil pengukuran yang relatif sama. Azwar berpendapat bahwa reliabilitas merupakan salah satu ciri utama instrumen pengukuran data yang baik.³⁵

Uji reliabel menggunakan teknik *Alpha Cronbac*. Suatu data dikatakan reliabilitas apabila nilai *Alpha Cronbac* $\geq 0,6$. Jika nilai *Alpha* $\leq 0,6$, maka hasilnya dapat dikatakan tidak reliabel.³⁶

Hasil uji reliabilitas pada instrumen penelitian ini didapatkan hasil koefisien reliabilitas skala kedisiplinan dengan nilai *Alpha Cronbac* 0,703. Berdasarkan hasil tersebut instrumen penelitian yang digunakan bersifat reliabel.

Tabel 3.3
Hasil Uji Reliabilitas Menggunakan SPSS
V.20

³⁵ Zulkifli Matondang, *Validitas dan Reliabilitas Suatu Instrumen Penelitian*, Jurnal Tabularasa PPS UNIMED, Juni 2009, hal. 93

³⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Administrasi*, (Bandung: Alfabeta, 2007), hal. 137

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,703	24

2. Teknik Validitas

Uji validitas merupakan uji statistik yang memiliki fungsi untuk melihat apakah suatu alat ukur yang digunakan tersebut valid atau tidak. Alat ukur yang dimaksud dalam hal ini yakni pernyataan-pernyataan yang terdapat dalam kuesioner. Pada penelitian ini memanfaatkan teknik validitas tes *Korelasi Product Moment*, yaitu salah satu cara yang dapat digunakan untuk memahami suatu alat tes dengan cara mengkorelasikan skor yang didapat setiap *item* dengan skor total dan setelah itu dibandingkan dengan r tabel.

Dasar pengambilan keputusan pada uji validitas adalah :

1. Apabila r hitung $>$ dari r tabel, maka dapat dikatakan data tersebut valid.
2. Apabila r hitung $<$ dari r tabel, maka dapat dikatakan data tersebut tidak valid

Total responden keseluruhan adalah 36. Dari pernyataan tersebut nilai r tabel dengan tingkat signifikan 5% atau 0,5 adalah 0,329

Tabel 3.4
Nilai r Tabel Product Moment

No	N	Taraf Signifikan 5%
1.	32	0,349
2.	33	0,344
3.	34	0,339
4.	35	0,334
5.	36	0,329

Tabel 3.5
Hasil Uji Validitas Angket Kedisiplinan

No.	R _H	R _T	Ket
1.	0,334	0,329	Valid
2.	0,392	0,329	Valid
3.	0,480	0,329	Valid
4.	-0,065	0,329	Tidak Valid
5.	0,311	0,329	Tidak Valid
6.	0,341	0,329	Valid
7.	0,380	0,329	Valid
8.	0,339	0,329	Valid
9.	0,478	0,329	Valid
10.	0,075	0,329	Tidak Valid
11.	0,363	0,329	Valid
12.	0,289	0,329	Tidak Valid
13.	0,336	0,329	Valid
14.	0,559	0,329	Valid
15.	0,145	0,329	Tidak Valid
16.	0,453	0,329	Valid
17.	0,212	0,329	Tidak Valid
18.	0,332	0,329	Valid
19.	0,338	0,329	Valid

20.	0,503	0,329	Valid
21.	0,200	0,329	Tidak Valid
22.	0,330	0,329	Valid
23.	0,364	0,329	Valid
24.	0,337	0,329	Valid

3. Teknik Analisis Data

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan uji statistik yang digunakan untuk mengetahui apakah data yang didapat berasal dari populasi yang terdistribusi normal atau berada dalam sebaran normal. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik *One Sample Kolmogrov-Smirnov Test*. Data dikatakan normal apabila nilai signifikansi $p > 0,05$.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas merupakan suatu prosedur uji statistik yang bertujuan untuk mengetahui dua atau lebih kelompok data sampel berasal dari populasi yang memiliki variansi yang sama. Uji ini bertujuan untuk mengetahui apakah data dari beberapa kelompok memiliki varians yang sama atau tidak. Pehitungan uji homogenitas menggunakan aplikasi SPSS dengan uji

Levene, data dikatakan homogen apabila $P > 0,05$ ³⁷

c. Uji Hipotesis

Pada penelitian ini peneliti menggunakan uji independen t test untuk menghitung perbedaan rata-rata hitung. Hasil yang didapat akan digunakan sebagai perbandingan apakah ada perbedaan secara signifikan. Syarat dari hipotesis diterima yakni apabila perbedaan rata-rata hitungnya signifikan jika $P < 0,05$. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan *software* SPSS.³⁸

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

³⁷ Nuryadi, Tutut Dewi Astutik, dkk, *Dasar-Dasar Statistik Penelitian*, (Yogyakarta: Sibuku Media, Januari 2017), hal. 79 dan 89-90

³⁸ Khusnul Khotimah, *Pengaruh Teknik Reinforcement Positif Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya*, hal. 42

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Objek Penelitian

1. Profil UPTD Kampung Anak Negeri

- a. Nama Lembaga : UPTD Kampung Anak Negeri
- b. Alamat : Jl. Wonorejo Timur No. 130, Wonorejo, Kec. Rungkut, Kota Surabaya.

Masalah Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial (PMKS) merupakan fenomena sosial. Pemkot Surabaya telah melakukan berbagai langkah dalam menangani permasalahan PMKS khususnya mengenai Anak Jalanan, dan anak terlantar. Anak dengan permasalahan tersebut akan ditampung di UPTD Kampung Anak Negeri UPTD Kampung Anak Negeri merupakan Unit Pelaksana Teknis Dinas di Dinas Sosial Kota Surabaya yang memiliki tanggungjawab memberikan pelayanan sosial kepada anak-anak jalanan, dan anak terlantar atau keluarga yang mengalami permasalahan sosial yang berdomisili di Kota Surabaya. Adapun tujuan dari UPTD Kampung Anak Negeri ialah pulihnya kembali rasa harga diri, kepercayaan diri dan tanggungjawab sosial serta meningkatnya kemampuan Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) dalam menjalankan fungsi sosial secara wajar dalam kehidupan bermasyarakat

2. Visi dan Misi UPTD Kampung Anak Negeri

a. Visi UPTD Kampung Anak Negeri :

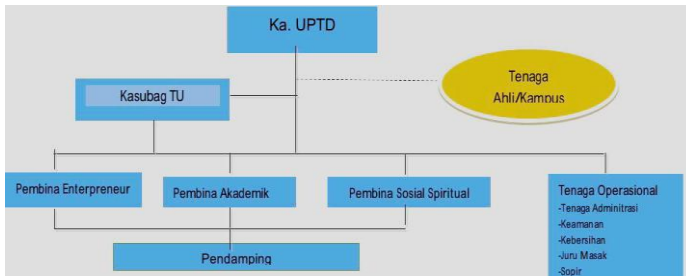
Terwujudnya anak-anak yang bermasalah sosial berperilaku normatif dan mandiri sehingga dapat melaksanakan fungsi sosialnya secara memadai dalam kehidupan bermasyarakat.

b. Misi UPTD Kampung Anak Negeri

- 1) Menyelenggarakan pelayanan kesejahteraan sosial bagi anak-anak bermasalah sosial dalam sistem Kampung Anak Negeri
- 2) Menumbuhkan kesadaran untuk mengembangkan potensi yang dimiliki anak-anak bermasalah sosial
- 3) Memfasilitasi tumbuh kembang, memotivasi dan memberikan arahan untuk mengembangkan minat bakat yang dimiliki
- 4) Mencetak anak yang memiliki permasalahan sosial menjadi anak yang mandiri dan berperilaku normatif di masyarakat.

3. Struktur Kepengurusan UPTD Kampung Anak Negeri

Gambar 4.1
Struktur Kepengurusan



Ka. UPTD, kasubag TU dan staff administrasi merupakan PNS (Pegawai Negeri Sipil) sedangkan sisanya merupakan tenaga kontrak. Adapun pembagian tugas setiap posisi diantaranya :

- a. Kepala UPTD Kampung Anak Negeri
Memiliki tugas bertanggung jawab atas terselenggaranya seluruh pelayanan sosial terhadap anak di UPTD Kampung Anak Negeri
- b. Kepala Sub Bagian Tata Usaha
Memiliki tugas bertanggung jawab atas terselenggaranya ketatausahaan dan kerumaha tanggaan UPTD Kampung Anak Negeri
- c. Tenaga Administrasi
Memiliki tugas untuk melaksanakan administrasi perkantoran
- d. Pembina Enterpreneur
Melakukan pembinaan terkait kegiatan kewirausahaan

- e. Pembina Sosial Spiritual
Melakukan pembinaan di bidang mental dan spiritual
- f. Petugas Pendamping
Memiliki tugas untuk mendampingi dan membimbing anak jalanan, dan anak terlantar dalam melakukan kegiatan sehari-hari
- g. Tenaga Operasional, terdiri dari :
 - 1) Petugas keamanan, bertugas untuk menjaga keamanan lingkungan kantor dan asrama UPTD Kampung Anak Negeri
 - 2) Petugas kebersihan, bertugas untuk menjaga kebersihan lingkungan kantor dan asrama UPTD Kampung Anak Negeri
 - 3) Juru masak, bertugas untuk menyiapkan makanan sesuai standar menu angka kecukupan gizi harian
 - 4) Sopir, bertugas sebagai supir

4. Kegiatan-Kegiatan Harian (*Rundwon*) UPTD Kampung Anak Negeri

Tabel 4.1
Jadwal Pembinaan Harian UPTD Kampung Anak Negeri Surabaya

Waktu	Kegiatan
04.15 - 04.30	Bangun tidur dan persiapan sholat subuh
04.30 - 04.45	Sholat Subuh berjamaah
04.45 - 05.00	Pembersihan kamar tidur
05.00 - 05.30	Mandi pagi, persiapan berangkat sekolah

05.30 - 05.45	Persiapan makan pagi
05.45 - 06.00	Makan pagi
06.00 - 06.30	Berangkat sekolah
06.30 - 07.00	Persiapan apel dan apel pagi
07.00 - 10.00	Giat pembinaan pagi (Sholat Dhuha, Pembacaan Juz Amma, KBM pagi untuk kejar paket).
10.00 - 11.00	Pembersihan Mushola
	Pembersihan dan perapian baju
11.00 - 11.30	Persiapan makan siang
	Persiapan sholat dzuhur
11.30 - 12.00	Sholat dzuhur berjamaah
12.00 - 12.30	Makan siang
12.30 - 14.30	Pembinaan siang KBM siang untuk sekolah reguler
	Istirahat siang
14.30 - 15.00	Persiapan sholat ashar
	Sholat ashar berjamaah
15.00 - 15.15	Mengangkat jemuran
15.15 - 16.00	Olahraga sore
16.00 - 16.30	Melipat dan perapihan baju individu
16.30 - 17.00	Giat pribadi
	Mandi sore
17.00 - 17.30	Penanting menyiapkan makan malam
	Persiapan sholat magrib
17.30 - 18.00	Sholat Magrib berjamaah
18.00 - 18.30	Makan malam
18.30 - 19.00	Sholat Isya berjamaah
19.00 - 21.00	Sekolah kejar paket

	Pembinaan malam dan minat bakat
21.00 - 22.00	Apel malam
22.00 - 04.15	Tidur

Tabel 4.2
Jadwal Pembinaan Kedisiplinan dan Minat
Bakat

Waktu	Kegiatan
Senin, Rabu, Jumat	Pembinaan Musik
Senin, Rabu	Pembinaan Silat
Senin, Kamis, Sabtu	Pembinaan Tinju
Rabu, Kamis	Pembinaan Balap Sepeda
Selasa, Jumat	Pembinaan Mental Spiritual
Jumat, Sabtu	Pembinaan Lukis

B. Penyajian Data

Di dalam penelitian ini untuk melihat anak binaan yang kedisiplinanya perlu ditingkatkan, peneliti menyebarkan instrumen penelitian berupa angket *pretest* kepada semua anak binaan UPTD Kampung Anak Negeri. Kemudian dari hasil *pretest* tersebut selanjutnya peneliti akan menentukan beberapa anak binaan yang kedisiplinanya perlu untuk ditingkatkan. Selanjutnya tahap *treatment* peneliti menggunakan salah satu teknik *Behavior* yakni teknik *self control* yang kemudian akan diketahui hasilnya. Jumlah respondent dalam penelitian ini adalah 36

anak binaan UPTD Kampung Anak Negeri.³⁹ Berikut adalah daftar nama subjek penelitian.

Tabel 4.3
Daftar Subjek Penelitian

No	Nama
1.	Radhit Pribadi Tegar
2.	Chrisna Gustavino Natsir
3.	Esta Ramadhan
4.	Rizky Bagus Ramanditya Saputra
5.	Muhamad Amin
6.	Ahmat Irfan
7.	Syahrul Setiawan
8.	Moch. Catur Ardianzah
9.	Dirly Pranindya Yudistira
10.	Marfel Maulana
11.	Moch. Riskiyani
12.	Reno Heri Setyawan
13.	Rendy Prasetya
14.	Raffa Erlangga Purnomo
15.	Vikri Dwi Firmansyah
16.	Muhammad Fauzi
17.	Tito Ananda Putra Tian
18.	Pedrik
19.	Devito Nevan Ibrahimofik
20.	Malvino Irgi Putra Fauzi
21.	Firmansyah
22.	Nando Astria
23.	Galang Bintang Candra Winata
24.	Marcel Dwi Rahmat

³⁹ Observasi di UPTD Kampung Anak Negeri

25.	Dinly Pramudya Yudistira
26.	Muhammad Rizky
27.	Syamsul Arifin
28.	Bagus Gede Setiawan
29.	Yudha Pratama
30.	Rizki Pangestu
31.	Reyhansyah Iqbal Nuryanto
32.	Bagas Adi Saputra
33.	M. Jordan Adjie Pamungkas
34.	Anjas Mahotra
35.	Nur Adi Santoso
36.	Bagus Yanto

1. Pemaparan Angket

Peneliti membagikan angket sebagai instrumen penelitian. Angket tersebut berasal dari variabel Y “Kedisiplinan” yang dikembangkan menjadi 24 butir pernyataan. Berikut ini tabel jumlah pernyataan.

Tabel 4.4

Porsi angket variabel Y Kedisiplinan

No.	Indikator	Sub Indikator	Faforable	Unfavorable
1.	Kesadaran diri yang muncul dari hati terdalam	Introspeksi diri	4	4
2.	Sikap yang dapat tercerminkan	Kebiasaan	4	4

	dalam kehidupan sehari-hari			
3.	Mencapai pertumbuhan dan juga perkembangan secara optimal	Konsisten	4	4

2. Hasil Penelitian

a. Tahap Pretest

Pada tahap ini peneliti mengukur tingkat kedisiplinan pada anak binaan UPTD Kampung Anak Negeri, peneliti menyebarkan angket penelitian dengan menggunakan penskoran skala *Likert*. Dari hasil *pretest* diperoleh hasil sebagai berikut

Tabel 4.5

**Hasil Penskoran Angket Pretest
Kedisiplinan pada Kelompok Eksperimen**

No.	Respondent																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1.	3	1	3	2	3	2	2	1	2	3	1	2	2	1	2	3	2	3
2.	3	2	2	3	4	2	2	3	2	3	1	2	3	3	2	3	3	4
3.	3	2	2	3	2	2	2	2	4	3	3	2	4	2	3	2	3	1
4.	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	3	2	2	1	2	3	2	2
5.	3	2	2	3	3	2	2	3	1	3	4	2	3	1	3	3	3	2
6.	2	1	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	4	1	2	2	1	2

7.	4	4	2	3	3	3	2	1	2	3	1	2	3	3	2	3	3	4
8.	4	4	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	3	4	4	2	2	3
9.	3	2	2	3	2	1	1	3	4	2	2	2	4	2	3	2	2	1
10.	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	4	3	2	1	2	3	3	1
11.	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	4	3	4	2	3	4
12.	4	4	2	3	2	2	2	3	2	2	1	1	3	4	3	2	2	3
13.	3	1	2	3	3	2	2	1	2	3	3	2	3	3	3	2	2	4
14.	3	3	2	3	2	2	2	1	4	3	1	2	4	2	4	3	2	2
15.	4	2	1	3	3	2	3	1	3	2	2	3	3	3	1	2	2	2
16.	2	1	2	3	3	2	2	4	3	3	2	2	3	3	3	3	2	1
17.	4	2	2	3	3	2	2	1	1	3	1	2	3	4	3	3	2	3
18.	4	2	2	3	2	2	2	3	2	3	1	2	3	4	1	4	4	3
19.	2	4	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	4	1
20.	4	4	2	3	2	2	1	1	4	3	4	2	4	2	2	3	4	1
21.	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	3	2	3	1	3	2	2	1
22.	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	1	1	4	3	2
23.	2	4	2	3	1	2	2	1	2	2	1	2	3	3	1	2	4	2
24.	2	4	2	2	4	2	2	2	1	2	4	1	2	1	4	3	4	3
Total	70	61	50	67	61	50	48	54	55	63	53	49	75	55	61	64	65	

Tabel 4.6
Hasil Penskoran Angket *Pretest*
Kedisiplinan pada Kelompok Kontrol

No.	Respondent																
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	1	1	1	1	1	1	1

										0	1	2	3	4	5	6	7	8
1.	3	2	1	4	2	2	2	2	2	1	2	3	3	2	3	3	1	2
2.	3	2	3	2	3	2	3	2	4	4	4	2	3	4	3	3	2	4
3.	3	2	2	2	4	3	2	2	2	4	3	4	3	2	3	3	3	2
4.	3	2	4	2	3	2	3	2	2	4	3	4	3	3	2	2	3	3
5.	2	2	3	4	3	2	1	2	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2
6.	3	2	1	2	2	1	1	2	4	4	2	3	3	2	3	3	2	2
7.	3	2	2	2	2	4	4	2	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2
8.	3	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	4	2	2	2	3	2	2
9.	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	4	2	4	2	3	3	2	3
10.	2	2	2	4	2	2	3	2	2	4	1	1	2	2	2	2	2	2
11.	2	2	2	3	2	3	2	2	2	4	2	2	2	2	3	2	2	2
12.	2	2	2	1	2	2	4	2	2	1	2	2	3	2	2	3	2	4
13.	3	2	2	2	2	2	1	2	2	4	4	1	3	2	2	3	2	2
14.	2	4	3	2	2	4	4	4	2	2	2	2	3	2	3	4	3	4
15.	2	4	3	2	2	2	2	3	3	1	2	3	2	4	2	3	3	2
16.	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2
17.	3	2	3	2	2	1	4	2	2	1	2	2	2	2	3	3	3	2
18.	3	4	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	3	2
19.	3	3	3	2	4	3	1	4	2	3	1	3	2	4	2	3	3	3
20.	2	2	3	1	4	4	4	3	3	4	3	2	2	2	3	2	3	4
21.	3	4	3	3	3	4	2	4	2	3	3	3	2	2	2	3	2	4
22.	3	3	3	2	2	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	2	2	2
23.	1	2	2	4	4	4	3	4	4	1	2	2	3	4	2	2	3	1
24.	2	4	3	4	4	4	4	4	4	1	3	4	3	4	2	3	4	3
Total	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
	2	1	0	1	2	3	1	2	0	2	1	1	4	1	1	5	0	1

Tabel 4.7
Tabel Hasil Pretest

No.	Eksperimen		No.	Kontrol	
1.	70	Sedang	1.	62	Sedang
2.	61	Sedang	2.	61	Sedang
3.	50	Sedang	3.	60	Sedang
4.	67	Sedang	4.	61	Sedang
5.	61	Sedang	5.	62	Sedang
6.	50	Sedang	6.	63	Sedang
7.	48	Sedang	7.	61	Sedang
8.	54	Sedang	8.	62	Sedang
9.	58	Sedang	9.	60	Sedang
10.	63	Sedang	10.	62	Sedang
11.	53	Sedang	11.	61	Sedang
12.	49	Sedang	12.	61	Sedang
13.	75	Sedang	13.	64	Sedang
14.	55	Sedang	14.	61	Sedang
15.	61	Sedang	15.	61	Sedang
16.	64	Sedang	16.	65	Sedang
17.	64	Sedang	17.	60	Sedang
18.	55	Sedang	18.	61	Sedang

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa hasil pretest 36 responden terdapat $45 < x < 100$ yang berarti termasuk kategori anak binaan yang memiliki tingkat kedisiplinan sedang. Pada penelitian ini terbagi dalam 2 kelompok yakni kelompok eksperimen yang berjumlah 18 dan kelompok kontrol yang berjumlah 18. Dikarenakan pada hasil *pretest* didapatkan kategori sedang untuk semua anak binaan, maka peneliti berinisiatif untuk meminta

pendapat dari pembimbing, dan pembimbing pun merekomendasikan beberapa nama untuk dijadikan sebagai kelompok eksperimen, hal tersebut didasarkan dengan apa yang selama ini terjadi atau mereka lakukan di UPTD.

b. Tahap Treatment

Pada tahap ini peneliti memberikan *treatment* kepada responden, pemberian *treatment* berupa teknik *self control* hanya diberikan pada kelompok eksperimen yang berjumlah 18 anak binaan. Sebelumnya peneliti membagikan angket penelitian kepada semua anak binaan UPTD guna mengetahui tingkat kedisiplinan mereka, yang kemudian dari hasil yang didapat dari penyebaran angket, peneliti membagi dua kelompok yakni kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kemudian dilanjutkan dengan penerapan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *self control* karena peneliti ingin agar anak binaan UPTD Kampung Anak Negeri dapat mengontrol diri sendiri untuk melakukan hal positif seperti halnya mematuhi dan mengikuti kegiatan positif yang telah disediakan. Langkah terakhir peneliti memberikan instrumen angket untuk mengukur tingkat keberhasilan dari penerapan konseling kelompok menggunakan teknik *self control* dalam meningkatkan kedisiplinan.

Langkah pertama, peneliti membangun hubungan terlebih dahulu antara peneliti dengan responden dan juga antara responden satu dengan yang lain, guna memperlancar proses konseling selanjutnya. Kemudian peneliti mulai menyampaikan maksud dari kegiatan yang dilakukan dan juga mulai mendiskusikan terkait tujuan yang akan dicapai dalam kegiatan ini. Setelah tujuan telah disepakati, selanjutnya peneliti menyampaikan kegiatan dari pertemuan selanjutnya.

Langkah kedua, peneliti menjelaskan mengenai “kedisiplinan” dan teknik “*self control*” kepada responden yang masuk dalam kelompok eksperimen. Disini peneliti mengajukan pertanyaan mengenai ketaatan mereka terhadap peraturan dan *rundown* kegiatan yang telah ditetapkan, diantara mereka menjawab “ada beberapa kegiatan yang tidak saya ikuti kak”, “saya sering tidak mengikuti kegiatan, iya dapat hukuman tapi kalau udah malas ya saya ulangi lagi kak”. Itulah jawaban dari mereka mengenai ketaatan dalam menjalankan atau mematuhi aturan dan *rundown* harian.

Langkah ketiga, dilanjut dengan konseling kelompok. Peneliti membagikan selebaran kertas yang berisi beberapa pertanyaan yang berkaitan dengan kedisiplinan. Hal tersebut

dilakukan peneliti guna memfasilitasi responden untuk dapat menjawab secara leluasa melalui tulisan, karena beberapa dari mereka malu-malu ketika harus menjawab secara lisan. Dari hasil jawaban responden beberapa memberikan jawaban yang menunjukkan kurangnya tingkat kedisiplinan. Ketika peneliti menanyakan “apakah yang akan kalian lakukan pada saat terlambat mengikuti sholat subuh berjamaah ?” sebagian dari mereka menjawab “tidur lagi kak”, “balik ke kamar kak”. Dan yang lain membenarkan hal tersebut. Kemudian peneliti melontarkan pertanyaan kembali “lalu apakah yang kalian lakukan agar tidak terlambat mengikuti sholat subuh berjamaah”. Beberapa jawaban dari mereka sudah menunjukkan atau telah mengetahui solusi dalam permasalahan tersebut seperti “tidak tidur larut malam”. Namun ada juga yang menjawab “begadang aja kak, nanti tidur setelah sholat subuh” “tidur di masjid”. Kemudian peneliti memberikan pemahaman dan juga contoh dari *self control* itu seperti apa. Kemudian muncul pertanyaan dari responden seperti “berarti jawaban aku tadi yang tidak tidur larut malam juga termasuk *self control* ya kak”. Dari pertanyaan tersebut mencerminkan bahwa mereka mulai memahami makna dari *self control* itu sendiri.

Langkah ke empat, peneliti mengajak responden untuk bermain sambil belajar. Disini peneliti mengajak mereka untuk memainkan permainan “ABC lima dasar” dengan menentukan kategori jawaban yang harus mereka jawab. Dimana *punishment* (hukuman) yang akan mereka dapat ketika tidak bisa menyebutkan nama kategori yang ditentukan akan menjawab pertanyaan yang telah disediakan oleh peneliti, pertanyaan tersebut tidak jauh dari hal kedisiplinan dan juga *self control*. Hal ini dilakukan peneliti guna mengetahui pemahaman mereka mengenai pentingnya kedisiplinan dan bagaimana hal yang harus mereka lakukan untuk mencapai tingkat kedisiplinan yang baik dengan menerapkan *self control* yang telah dicontohkan di pertemuan sebelumnya. Dari hasil pertemuan ini terlihat responden sudah memahami dan menerapkan *self control* dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai kedisiplinan yang peneliti sediakan.

c. Tahap Posttest

Setelah tahap pemberian *treatment* yakni penerapan konseling kelompok menggunakan teknik *self control*. Selanjutnya peneliti untuk mengetahui perubahan tingkat kedisiplinan para responden maka peneliti perlu untuk menggali data dengan menyebarkan kuesioner atau angket pada

tanggal 5 Maret 2023, dan didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 4.8
Hasil Penskoran Angket *Posttest*
Kedisiplinan pada Kelompok Eksperimen

No.	Responden																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1.	4	4	3	4	2	4	4	3	2	4	1	3	3	3	3	4	3	3
2.	3	3	4	3	4	1	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3
3.	2	2	4	2	2	1	2	4	3	2	4	2	2	4	3	2	3	4
4.	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4
5.	3	3	2	3	2	1	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	4	2
6.	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	1	3	4	4
7.	2	3	2	3	1	2	2	1	3	3	4	2	2	2	1	2	2	1
8.	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	4	2	3	2	2	4	3
9.	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	2	3	4	3
10.	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3
11.	2	2	4	2	3	3	2	3	3	2	2	1	3	4	4	2	3	1
12.	4	3	3	1	4	3	4	3	4	3	4	2	3	3	1	3	3	4
13.	2	2	3	2	2	4	2	2	1	2	3	2	2	3	3	2	4	2
14.	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	1	4	3	3
15.	4	4	4	4	3	4	4	1	3	4	2	3	4	4	3	4	2	4
16.	4	4	2	4	4	2	4	2	1	4	3	1	4	2	1	3	2	3
17.	4	3	1	3	2	1	3	2	1	3	1	3	3	1	1	4	2	2
18.	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2
19.	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2
20.	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	2	1	4	4	4	4	3	2
21.	4	4	3	4	4	2	4	4	2	4	3	2	4	3	4	4	2	1
22.	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	2	3	4	4	4	3	4	2
23.	2	2	3	2	3	3	2	2	4	2	1	3	2	3	4	2	3	1

24.	3	3	4	3	2	1	3	4	2	3	4	3	3	4	4	4	1	2
Total	7	7	7	7	6	6	7	6	6	7	6	6	7	7	6	7	7	6
	6	4	6	1	6	0	2	7	8	4	5	0	3	7	2	4	1	1

Tabel 4.9
Hasil Penskoran Angket *Posttest*
Kedisiplinan pada Kelompok Kontrol

No.	Responden																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1.	4	4	3	3	2	2	3	3	2	2	1	3	3	3	2	3	1	2
2.	4	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	2	2	2
3.	2	2	2	2	2	4	4	2	1	2	2	2	3	2	2	3	1	3
4.	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	4	3	4	4	3	3	1	3
5.	3	2	2	2	1	2	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3
6.	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	1	3	2	3	4	3
7.	2	3	2	2	2	4	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2
8.	3	2	2	2	2	3	4	2	2	2	3	2	2	1	1	2	4	2
9.	4	4	2	2	2	2	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	1	3
10.	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	
11.	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	4	2	4	2	2	3	2	1
12.	4	4	3	3	2	2	1	3	2	3	3	3	1	2	2	3	1	3
13.	2	2	2	2	1	3	1	2	1	2	2	3	3	2	2	2	4	2
14.	4	4	3	3	4	1	3	4	4	3	3	4	1	4	4	3	3	3
15.	4	4	4	4	2	1	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3
16.	4	4	3	3	2	4	2	4	3	2	2	4	1	3	3	2	4	3
17.	4	4	2	2	3	1	1	3	3	2	2	3	1	3	3	2	2	3
18.	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	4	3
19.	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	3	3	4	2
20.	4	4	3	3	2	2	3	4	2	2	4	4	4	2	4	4	3	3

21.	4	4	3	3	2	4	3	4	3	3	2	4	4	4	4	4	1	3
22.	4	4	3	3	2	1	4	3	2	3	3	4	4	4	4	4	4	3
23.	2	2	2	2	2	2	4	2	2	3	3	2	4	2	2	3	2	1
24.	3	3	2	2	3	3	1	3	2	3	2	3	4	3	3	4	2	3
Total	7	7	6	6	5	6	6	7	5	6	6	7	6	6	6	6	6	6
	8	6	1	1	0	2	3	0	2	1	3	3	1	6	4	9	0	2

Tabel 4.10
Hasil *Posttest*

No.	Eksperimen		No.	Kontrol	
1.	76	Tinggi	1.	78	Tinggi
2.	74	Sedang	2.	76	Tinggi
3.	76	Tinggi	3.	61	Sedang
4.	71	Sedang	4.	61	Sedang
5.	66	Sedang	5.	50	Sedang
6.	60	Sedang	6.	62	Sedang
7.	72	Sedang	7.	63	Sedang
8.	67	Sedang	8.	70	Sedang
9.	68	Sedang	9.	52	Sedang
10.	74	Sedang	10.	61	Sedang
11.	65	Sedang	11.	63	Sedang
12.	60	Sedang	12.	73	Sedang
13.	73	Sedang	13.	61	Sedang
14.	77	Tinggi	14.	66	Sedang
15.	62	Sedang	15.	64	Sedang
16.	74	Sedang	16.	69	Sedang
17.	71	Sedang	17.	60	Sedang
18.	61	Sedang	18.	62	Sedang

Dapat dilihat dari hasil *posttest* diatas yang menunjukkan hasil *posttest* dari 36 responden

terdapat 31 responden yang memiliki skor $45 < x < 75$ yang berarti termasuk dalam kategori anak binaan dengan tingkat kedisiplinan sedang dan 5 responden dengan skor $x > 75$ yang berarti termasuk dalam kategori anak binaan dengan tingkat kedisiplinan tinggi.

C. Pengujian Hipotesis

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan tujuan untuk menguji hipotesis. Uji normalitas ini menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov Smirnov Test* dengan tujuan untuk mengetahui apakah sebaran skor variabel penelitian berdistribusi normal dengan ketentuan apabila nilai signifikansi > 0.05 . Hasil uji normalitas ditunjukkan pada tabel 4.10

Tabel 4.11
Hasil Uji Normalitas Menggunakan SPSS
V.20

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		36
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	0E-7
	Std. Deviation	6,92453745
	Absolute	,111
Most Extreme Differences	Positive	,093
	Negative	-,111

Kolmogorov-Smirnov Z	,667
Asymp. Sig. (2-tailed)	,765

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Setelah dilakukan perhitungan menggunakan aplikasi SPSS V.20 dengan teknik *One Sample Kolmogrov Smirnov Test* dapat dilihat dari nilai *Sig* sebesar 0,765. Maka dapat disimpulkan bahwa data pada penelitian ini termasuk data yang berdistribusi normal karena nilai *Sig* >0,05.

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dalam penelitian ini menggunakan aplikasi *software* SPSS V.20 dengan menggunakan teknik uji *Levene statistic*, uji ini dilakukan dengan tujuan untuk melihat apakah masing-masing data memiliki varians yang sama atau tidak. Suatu data dikatakan homogen apabila signifikansi $p > 0,05$. Hasil dari uji homogenitas terdapat pada tabel 4.11

Tabel 4.12
Hasil Uji Homogenitas Menggunakan SPSS
V.20

Test of Homogeneity of Variances

Hasil Kedisiplinan

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
,059	1	34	,810

D

Dapat dilihat dari tabel di atas bahwa nilai *Sig* sebesar 0,810. Maka dapat dikatakan bahwa data pada penelitian ini bersifat homogen karena nilai $Sig\ p > 0,05$.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara variabel X (teknik *self control*) dengan variabel Y (kedisiplinan) pada anak binaan UPTD Kampung Anak Negeri. Maka dari itu peneliti melakukan uji hipotesis menggunakan aplikasi *software SPSS V.20* dengan menerapkan teknik uji t. Sebelumnya telah dilakukan uji normalitas dan homogenitas dan hasil yang diperoleh adalah data berdistribusi normal dan bersifat homogen. Maka hal tersebut memenuhi persyaratan untuk dilakukan uji t, dan didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 4.13
Hasil Uji Hipotesis Menggunakan SPSS
V.20

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means
--	---	------------------------------

		F	Sig.	t	Df	Sig. (2- taile d)	Mea n Diffe renc e	Std. Erro r Diffe renc e	95% Confidenc e Interval of the Difference	
									Low er	Upp er
Hasil_ Kedisi plinan	Equal variance s assumed	,059	,810	2, 41 5	34	,021	5,27 778	2,18 552	,836 26	9,71 929
	Equal variance s not assumed			2, 41 5	32 ,4 96	,022	5,27 778	2,18 552	,828 68	9,72 687

Dapat dilihat dari tabel diatas, diketahui nilai *Sig* (2-tailed) pada bagian *Equal Variance Assumed* < 0,05 yakni 0,021. Maka dapat disimpulkan dari hasil independen t test bahwa H0 ditolat dan H1 diterima, H1 yang berbunyi “Konseling kelompok menggunakan teknik *self control* berpengaruh untuk meningkatkan kedisiplinan pada anak binaan UPTD kampung anak negeri surabaya dalam melaksanakan *Rundown* harian.”

D. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Perspektif Teoretis

Setelah dilakukan penelitian menerapkan konseling kelompok dengan teknik *Self Control* yang dimulai dari tahap identifikasi masalah

sampai penyebaran *posttest*. Teknik *self control* diberikan peneliti kepada kelompok eksperimen yang berjumlah 18 responden. Setelah pemberian *treatmen*, dapat diketahui tingkat kedisiplinan anak binaan mengalami peningkatan yang cukup signifikan, dimana terdapat perbedaan nilai rata-rata pada hasil kuesioner responden. Berikut adalah hasil rata-rata yang diperoleh :

4.14

Hasil Uji Mean Angket *Pretest* SPSS V.20

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation
pretest_eksperimen	18	58,78	7,651
pretest_kontrol	18	61,56	1,338
Valid N (listwise)	18		

Pada tabel tersebut dapat dilihat bahwa nilai mean pada hasil *pretest* yakni pada kelompok eksperimen sebesar 58,78 dan pada kelompok kontrol sebesar 61,56.

4.15

Hasil Uji Mean Angket *Posttest* SPSS V.20

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation
posttest_eksperimen	18	69,28	5,809

posttest_kontrol	18	64,00	7,227
Valid N (listwise)	18		

Hasil uji mean dari angket *prettest* dapat dilihat terjadi peningkatan yang cukup signifikan dimana nilai mean pada tahap *pretest*, kelompok eksperimen mendapatkan skor 58,78, sedangkan pada tahap *posttest* kelompok eksperimen mendapatkan nilai mean sebesar 69,28. Selanjutnya pada kelompok kontrol ditahap *pretest* mendapatkan skor mean sebesar 61,56 dan pada tahap *posttest* mendapatkan skor mean sebesar 64,00. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh teknik *self control* dalam meningkatkan kedisiplinan pada anak binaan UPTD Kampung Anak Negeri.

Selanjutnya pada tahap uji hipotesis, didapatkan hasil uji hipotesis dengan menggunakan independent t test diperoleh nilai $sig < 0,05$ yakni 0,021. Maka dapat disimpulkan bahwa H1 yang berbunyi “Konseling kelompok menggunakan teknik *self control* berpengaruh untuk meningkatkan kedisiplinan pada anak binaan UPTD kampung anak negeri surabaya dalam melaksanakan *Rundown* harian.” Diterima.

Kurangnya tingkat kedisiplinan pada anak binaan UPTD Kampung Anak Negeri yang ditandai dengan berbagai hal dimana salah satunya adalah tidak mengikuti serangkaian

kegiatan yang ada dengan baik, mulai dari mengulur-ulur waktu, mengerjakan kegiatan lain disela-sela kegiatan seperti mencuci baju, bermain, dan lain sebagainya. Untuk mengatasi permasalahan tersebut peneliti menerapkan konseling kelompok menggunakan teknik *self control*. Dimana teknik *self control* merupakan bagian dari pendekatan *behavior*, dimana pendekatan tersebut memiliki beberapa teknik salah satunya adalah teknik *self control*. Pendekatan menggunakan teknik ini dimulai dari membangun hubungan yang baik dengan responden, kemudian menjelaskan apa itu *self control* dan kedisiplinan, meminta responden untuk menuliskan beberapa pelanggaran dan solusinya untuk memperbaiki hal tersebut dan seterusnya.

Tahapan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *self control* dimulai dari tahap indentifikasi masalah. Pada tahap ini peneliti telah melakukan observasi di lembaga selama 2 bulan dan didapatkan hasil bahwa tingkat kedisiplinan yang dimiliki beberapa anak binaan UPTD berkategori rendah. Selanjutnya masuk kedalam tahap diagnosa dan prognosa, dalam hal ini peneliti menggunakan instrumen angket yang disebut *pretest* dari hasil *pretest* didapatkan beberapa anak binaan UPTD memiliki tingkat kedisiplinan yang sedang. Dari hasil test tersebut juga peneliti membagi responden menjadi

dua kelompok yakni kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Tahap selanjutnya peneliti memberikan *treatment* kepada kelompok eksperimen. Dan kemudian diakhiri dengan evaluasi, pada tahap ini peneliti kembali menyebarkan instrumen angket *posttest* dan didapatkan lima anak binaan UPTD Kampung Anak Negeri mengalami peningkatan dalam hal kedisiplinan.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling kelompok dengan teknik *self control* memiliki pengaruh terhadap tingkat kedisiplinan. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dijelaskan. Teknik ini bisa diterapkan untuk meningkatkan kedisiplinan. Dimana setelah penerapan teknik *self control* didapatkan hasil bahwa sebelumnya semua anak binaan UPTD memiliki tingkat kedisiplinan sedang kemudian setelah diberikan *treatment* diperoleh lima anak binaan UPTD memiliki tingkat kedisiplinan yang tinggi, hasil ini dapat dilihat pada tabel 4.9.

2. Perspektif Islam

Pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik *self control* dalam pemberian konseling kelompok. Dari hasil penelitian didapatkan hasil bahwa teknik tersebut memiliki pengaruh dalam meningkatkan kedisiplinan. Sebagaimana agama Islam yang menganjurkan untuk menerapkan kedisiplinan dimanapun, hal ini sesuai dengan

berfirman Allah dalam surat An-Nisa ayat 59 yang berbunyi :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأُولِيَ الْأَمْرِ مِنْكُمْ فَإِنْ تَنَازَعْتُمْ فِي شَيْءٍ فَرُدُّوهُ إِلَى اللَّهِ وَالرَّسُولِ إِنْ كُنْتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ۚ ذَٰلِكَ خَيْرٌ وَأَحْسَنُ تَأْوِيلًا

Artinya : *“Wahai orang-orang yang beriman. Taatilah Allah dan taatilah Rasul (Muhammad), dan ulil Amri (pemegang kekuasaan) di antara kamu. Kemudian, jika kamu berbeda pendapat tentang sesuatu, maka kembalikanlah kepada Allah (Al-Qur'an) dan Rasul (sunnahnya). Jika kamu beriman kepada Allah dan hari kemudian, yang demikian itu lebih utama bagimu dan lebih baik akibatnya”* (Q.S. An-Nisa.59)⁴⁰

Berdasarkan ayat tersebut Allah telah menjelaskan bahwa sebagai umat manusia harus mematuhi aturan yang telah dibuat tentunya dengan tujuan untuk kebaikan bukan untuk sebaliknya. Mematuhi peraturan juga merupakan salah satu bentuk kedisiplinan. Namun terlepas dalam hal tersebut beberapa orang masih memiliki tingkat kedisiplinan yang rendah, tentunya hal tersebut disebabkan oleh beberapa hal salah satunya kurangnya kemampuan seseorang dalam mengendalikan diri sendiri. Seseorang yang kurang dapat mengendalikan diri dalam mematuhi kedisiplinan yang ada disebabkan karena

⁴⁰ Kementrian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemah*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2014), hal. 87

kenikmatan-kenikmatan yang didapat ketika melanggar aturan yang ada.

Pada hakikatnya manusia diciptakan oleh Allah SWT memiliki dua kecenderungan yaitu cenderung kepada kesesatan dan kecenderungan terhadap ketakwaan kepada Allah.⁴¹ Sebagaimana firman Allah dalam surat As-Syams ayat 8 yang berbunyi :

فَالْهَمَّهَا فَجُورَهَا وَتَقْوَاهَا

Artinya : “Maka Dia mengilhamkan kepadanya (jalan) kejahatan dan ketakwaan” (Q.S. As-Syams ayat 8)⁴²

Berdasarkan ayat tersebut Allah telah memberikan dua pilihan jalan kepada setiap hamba-hambanya, yakni menjalankan hidup dalam kejahatan atau menjalankan hidup dalam ketakwaan. Kedua pilihan tersebut tentunya berdasarkan pilihan masing-masing manusia. Oleh karena itu setiap manusia sejak lahir telah dibekali dengan *self control*. Namun tidak banyak diantara manusia masih tidak menyadari mengenai kendali diri untuk kebaikan diri sendiri.

Pada penelitian ini peneliti mengasah kemampuan kendali diri yang baik terhadap masing-masing respondent dalam penelitian ini,

⁴¹ Mansyur, Casmini, *Kontrol Diri dalam Perspektif Islam dan Upaya Peningkatannya Melalui Layanan Bimbingan Konseling Islam*, Jurnal At-Taujih (Vol. 5, No. 2. Juli-Desember 2022), hal. 6

⁴² Kementrian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemah*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2014), hal. 595

tentunya dengan tujuan agar mereka mampu mengendalikan diri untuk tidak berada di jalan yang kurang baik dalam melewati setiap perjalanan hidup mereka.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah dilakukan penelitian selama tiga bulan, peneliti dapat menyimpulkan bahwa Konseling Kelompok dengan Menerapkan Teknik *Self Control* untuk Meningkatkan Kedisiplinan pada Anak Binaan UPTD Kampung Anak Negeri. Diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, teknik *self control* memiliki pengaruh untuk dapat meningkatkan kedisiplinan pada anak binaan UPTD Kampung Anak Negeri. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan hasil uji statistik yang sudah peneliti lakukan setelah pemberian *treatment*. Dengan uji hipotesis yang menggunakan uji independen t-test diperoleh nilai *sig* (2-tailed) pada bagian *Equal Variance Assumed* $< 0,05$ yakni 0,021. Hal tersebut menunjukkan bahwa H_1 yang berbunyi “Konseling kelompok menggunakan teknik *self control* berpengaruh untuk meningkatkan kedisiplinan pada anak binaan UPTD kampung anak negeri surabaya dalam melaksanakan *Rundown* harian.” Diterima.
2. Besar efek konseling kelompok dengan Teknik *Self Control* untuk meningkatkan kedisiplinan pada anak binaan UPTD Kampung Anak Negeri, dapat dilihat berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest*. Dimana pada tahap *pretest* diperoleh

hasil bahwa semua anak binaan memiliki tingkat kedisiplinan pada kategori sedang. Sedangkan pada hasil *posttest* diperoleh hasil bahwa terdapat beberapa anak binaan yang mengalami peningkatan dari berkategori sedang menjadi kategori tinggi.

B. Saran dan Rekomendasi

Berdasarkan pengalaman peneliti dalam penyusunan skripsi ini, tentunya peneliti sadar masih memiliki banyak kekurangan. Guna meningkatkan dan menyempurnakan hasil dari penelitian ini, bagi peneliti selanjutnya. Berikut beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan :

1. Bagi pihak lembaga UPTD Kampung Anak Negeri, agar terus memperhatikan dan memantau para anak binaan dalam proses perjalanan karir yang akan mereka tempuh, termasuk dalam hal kedisiplinan mereka. Karena memasuki masa-masa remaja bahkan dewasa, tentunya mereka membutuhkan arahan yang baik agar nanti mereka tidak terjerumus kedalam keburukan, dan tentunya nanti mereka dapat hidup bermasyarakat yang baik.
2. Bagi semua anak binaan UPTD Kampung Anak Negeri, untuk bisa mempertahankan bahkan meningkatkan nilai kedisiplinan dan dapat menerapkan *self control* yang dimiliki dengan sebaik mungkin, karena tentunya hal tersebut akan sangat berpengaruh untuk masa depan kelak.

3. Untuk peneliti selanjutnya. Dibutuhkan pengetahuan yang luas dan mendalam untuk mendapatkan hasil penelitian yang lebih baik dari apa yang telah diteliti, mempunyai bahan atau rencana yang lebih matang untuk dapat melancarkan proses penelitian.

C. Keterbatasan Peneliti

Peneliti dalam hal ini masih merasa banyak kekurangan selama proses penelitian yang telah dilakukan hingga penyusunan skripsi. Keterbatasan dalam penelitian ini diantaranya:

1. Dalam segi waktu. Peneliti merasa bahwa waktu yang digunakan dalam proses penelitian ini terbilang sangat singkat.
2. Dalam segi respondent. Peneliti merasa mengalami kesulitan pada saat mengkondisikan responden, karena penelitian yang dilakukan peneliti pada hari minggu yang ada kalahnya diantara mereka tidak dapat mengikuti proses konseling dikarenakan ada kegiatan lain yang harus mereka ikuti. Selain itu responden dalam pengisian angket baik *pretest* dan *posttest* kadang tidak sesuai dengan keadaan yang sebenarnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementrian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemah*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2014).
- Akmaluddin, Haqqi, *Kedisiplinan Belajar Siswa di Sekolah Dasar (SD) Negeri Cot Keu Eung Kabupaten Aceh Besar (Studi Kasus)*, Jurnal Of Education Science (JES) (Vol. 5, No. 2, Oktober 2019).
- Farid Mashudi, *Psikologi Konseling*, (Jogjakarta: IRCiSoD, 2012).
- Anas Salahudin, *Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2016).
- Rasiman dan Muhamad Hamdi, *Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2019).
- Ramadona Dwi Marsela, Mamat Supriatna, *Kontrol Diri: Definisi dan Faktor*, Jurnal Of Innovative Counseling (Vol. 3, No. 2, Agustus 2019).
- Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Kencana, 2011).
- Prayitno, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009).

- Sisca Folastri, Itsar Bolo Rangka, *Prosedur Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Bandung: Mujahid Press, 2016).
- Drajat Edy Kurniawan, *Bahan Ajar Mata Kuliah Bimbingan dan Konseling Kelompok*, Buku Ajar Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas PGRI Yogyakarta.
- Esty Ariyani Safithry, Niky Anita, *Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management untuk Menurunkan Prasangka Sosial Peserta Didik*, Jurnal Bimbingan dan Konseling (Vol. 4, No. 5, Februari 2019).
- Bambang Syamsul Arifin, *Dinamika Kelompok*, (Bandung: CV Pustaka Setia, Juli 2015).
- Syamsul Yusuf, Juntika Nurihsan, *Teori Kepribadian*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012).
- Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2013).
- Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang : UMM Press, 2008).
- Wiwit Ekayanti, Susi Widjajani, Budiyanto, *Pengaruh Karakteristik Personal Dan Karakteristik Pekerjaan Terhadap Komitmen Organisasional*

Perawat, Jurnal Maksipreneur (Vol. 8, No. 2, Juni 2019).

Indah Ayu Wahyuni Sinaga, *Peran Guru BK Dalam Mengembangkan Self Control Siswa di MTS Alwasliyah Bandar Khalifah Kabupaten Serdang Bedahai.*

Ernita Br Taringan, *Meningkatkan Kedisiplinan Siswa dalam Proses Belajar Mengajar Melalui Layanan Konseling Kelompok pada Siswa Kelas VII-3 SMP Negeri 1 Gebang Tahun 2017-2018, Jurnal Tabularasa PPS UNIMED (Vol. 15, No. 3, Desember 2018).*

Elizabeth B, Harlock, *Perkembangan Anak, Jilid 2 (Jakarta: Erlangga, 1993)*

Otong Sutisna, *Administrasi Pendidikan Dasar Teoretis, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 1983).*

Ali Imron, *Manajemen Peserta Didik Berbasis Sekolah, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2011).*

Asmaun Sahlan, *Mewujudkan Budaya Religius di Sekola, (Malang: Gajayana 50, 2010).*

Hardani, Helmina Andriani, Jumari Ustiawaty, dkk, *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif, (Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu, Maret 2020).*

Priyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, (Sidoarjo: Zifatama Publishing, 2008).*

- Muhammad Khoerul Amir Kholid, *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Self Efficacy Mahasiswa dalam Menyelesaikan Skripsi*.
- Husein Umar, *Metode Penelitian untuk Skripsi dan Tesis Bisnis*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1998).
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatis, Kuantitatif, dan R & D cetakan XX*, (Bandung: Alfabeta, 2014).
- Zulkifli Matondang, *Validitas dan Reliabilitas Suatu Instrumen Penelitian*, Jurnal Tabularasa PPS UNIMED, Juni 2009.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Administrasi*, (Bandung: Alfabeta, 2007).
- Nuryadi, Tutut Dewi Astutik, dkk, *Dasar-Dasar Statistik Penelitian*, (Yogyakarta: Sibuku Media, Januari 2017).
- Khusnul Khotimah, *Pengaruh Teknik Reinforcement Positif Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya*.
- Mansyur, Casmini, *Kontrol Diri dalam Perspektif Islam dan Upaya Peningkatannya Melalui Layanan Bimbingan Konseling Islam*, Jurnal At-Taujih (Vol. 5, No. 2. Juli-Desember 2022).