

Pengaruh Latihan Regulasi Diri Dalam Bimbingan Kelompok Terhadap Kedisiplinan Siswa Di MAN Polman

Saifuddin

Prodi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan
Institut Agama Islam DDI Polman
email: Saifuddin@ddipolman.ac.id

Abstrak. Tujuan penelitian ini adalah (1) Untuk mengetahui gambaran penerapan latihan regulasi diri dalam Bimbingan Kelompok terhadap kedisiplinan siswa di MAN Polman. (2) untuk mengetahui gambaran sebelum dan setelah pemberian latihan regulasi diri dalam Bimbingan Kelompok terhadap kedisiplinan siswa di MAN Polman. (3) untuk mengetahui Apakah ada pengaruh latihan regulasi diri dalam Bimbingan Kelompok terhadap kedisiplinan siswa di MAN Polman? Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Penelitian yang digunakan disini adalah Pre-Experimental Desings, yang akan mengkaji pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Regulasi Diri (Self Regulation) terhadap peningkatan kedisiplinan siswa di MAN Polman. Desain Experimen yang digunakan adalah One-Group Pretest-Posttest Design. Hasil Penelitian ini adalah (1)Tingkat kedisiplinan siswa di MAN Polman sebelum diberi latihan regulasi diri berada pada kategori rendah yaitu sesuai dengan nilai rata-rata skor angket diperoleh sebesar 58,25, dimana nilai rata-rata tersebut berada pada interval 48- 68 yang berarti rendah dan setelah diberi latihan regulasi diri berada pada kategori tinggi yaitu sesuai dengan skor angket diperoleh nilai rata-rata sebesar 95,75 , dimana nilai rata-rata tersebut berada pada interval 90-110 yang berarti sangat tinggi.(2) Latihan regulasi diri pada siswa di MAN Polman dilaksanakan sebanyak 7 kali pertemuan dan diikuti oleh 16 siswa yang dikategorikan sebagai sampel penelitian. (3) Terdapat pengaruh tingkat kedisiplinan siswa sebelum dan sesudah diterapkan latihan regulasi diri. Artinya terdapat pengaruh yang positif penggunaan latihan regulasi diri terhadap tingkat kedisiplinan siswa di MAN Polman.

Kata kunci: Latihan regulasi diri, bimbingan kelompok, kedisiplinan

PENDAHULUAN

Pendidikan bersifat universal, dapat diakses dan dimiliki oleh semua anak bangsa karena pendidikan sekaligus merupakan hak bagi setiap warga negara. Oleh karena itu, setiap orang berhak mendapatkan pendidikan yang layak bagi kehidupannya. Hal ini seperti diatur dalam batang tubuh UUD 1945 Pasal 31 Ayat I yang berbunyi, "Setiap warga negara berhak mendapatkan pendidikan",

Pendidikan bersifat universal, dapat diakses dan dimiliki oleh semua anak bangsa karena pendidikan sekaligus merupakan hak bagi setiap warga negara. Oleh karena itu, setiap orang berhak mendapatkan pendidikan yang layak bagi kehidupannya. Hal ini diatur dalam UUD 1945 Pasal 31 Ayat I yang berbunyi, "Setiap warga negara berhak mendapatkan pendidikan",

Sejak seseorang dilahirkan ia sudah mendapatkan pendidikan. Pendidikan yang pertama dialami oleh seseorang berasal dari keluarga, kemudian seiring dengan pertumbuhan dan perkembangannya seseorang mendapatkan pendidikan dari luar di luar keluarganya. Pendidikan di luar lingkungan keluarga dapat diperoleh melalui interaksi dengan masyarakat di sekitar tempat

tinggal maupun di sekolah. Sekolah merupakan tempat kedua bagi pendidikan seseorang.

Ketika anak sudah mulai masuk sekolah, anak akan mendapatkan berbagai pengalaman yang akan mempengaruhi perilakunya kelak. Sekolah harus benar-benar memenuhi kebutuhan anak sebagai bekal bagi kehidupannya di masa yang akan datang. Sebagai tempat untuk mendapatkan pendidikan selain di rumah, di sekolah seseorang akan mendapatkan berbagai macam ilmu pengetahuan dan nilai-nilai yang berlaku di masyarakat.

Belajar merupakan salah satu bentuk perilaku yang amat penting bagi kelangsungan hidup manusia. Melalui belajar manusia dibantu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Belajar secara sederhana dikatakan sebagai proses perubahan dari yang belum mampu menjadi sudah mampu yang terjadi dalam jangka waktu tertentu. Perubahan yang terjadi itu harus secara relatif bersifat menetap dan tidak hanya terjadi pada perilaku yang saat ini nampak tetapi juga pada perilaku yang mungkin terjadi di masa mendatang. (Irwanto : 1991)

Manusia selalu mengalami proses perkembangan dan pertumbuhan secara kontinyu baik fisik maupun psikis. Proses perkembangan dan pertumbuhan tersebut berjalan selaras dengan kematangan fungsi fisik dan psikis untuk mencapai perkembangan yang optimal. Pertumbuhan dan perkembangan manusia diawali dari periode dalam kandungan menuju masa dewasa. Periode pertumbuhan dan perkembangan manusia dibagi menjadi lima yaitu periode dalam masa kandungan, masa kanak-kanak, masa remaja, masa dewasa dan masa tua.

Anak usia sekolah atau siswa mempunyai peran yang penting dalam pembangunan bangsa dan negara, karena mereka merupakan generasi penerus yang diharapkan dapat membangun dan menghasilkan karya-karya yang berguna bagi negara. Di tangan siswa inilah bagaimana perkembangan suatu negara ditentukan. Anak-anak yang terdidik, berdisiplin, dan berkualitas secara intelektual, mental dan spiritual akan mampu berkompeten dalam menjalankan roda kehidupan berbangsa dan bernegara, sehingga kelangsungan dan martabat bangsa dapat terjamin.

Kedisiplinan pada anak usia sekolah sangat penting diperhatikan, adanya peraturan-peraturan yang jelas dan terarah sangat mempengaruhi anak pada masa dewasanya nanti. Kedisiplinan pada anak harus dilakukan, salah satunya adalah kedisiplinan harus masuk akal dan adanya konsekuensi jika kedisiplinan dilanggar.

Sastropoetra (1998) menyatakan bahwa kedisiplinan adalah sesuatu yang teratur, misalnya disiplin dalam menyelesaikan pekerjaan berarti bekerja secara teratur. Kedisiplinan berkenaan dengan kepatuhan dan ketaatan seseorang atau kelompok orang terhadap norma-norma dan peraturan-peraturan yang berlaku, baik yang tertulis maupun yang tidak tertulis. Kedisiplinan dibentuk serta berkembang melalui latihan dan pendidikan sehingga terbentuk kesadaran dan keyakinan dalam dirinya untuk berbuat tanpa paksaan.

Dalam hal kedisiplinan pada anak usia sekolah, orang tua atau guru harus bersungguh-sungguh dengan apa yang dikatakannya. Penerapan peraturan yang konsisten dan hukuman ringan

jauh lebih bermanfaat bagi anak daripada peraturan yang tidak konsisten dan hukuman yang berat. Konsisten atau disebut disiplin merupakan cara orang tua atau guru untuk menunjukkan kepada anak bahwa orang tua sebenarnya memperhatikan perilakunya, maka orang tua tersebut akan lebih terdorong untuk bersikap sesuai dengan harapan.

Kenyataan yang bisa dilihat pada lembaga-lembaga pendidikan pada umumnya dan di MAN Polman khususnya, masih ditemukan tindakan yang tidak atau kurang disiplin para siswanya terutama dari ketepatan siswa masuk pada saat jam pertama pelajaran. Berdasarkan survey awal yang dilakukan melalui wawancara dengan guru mata pelajaran dan wali kelas dan catatan guru bimbingan dan konseling yang ada di MAN Polman pada semester ganjil yang sebelumnya, terdapat 40 % siswa mempunyai tingkat kedisiplinan yang rendah. Seperti siswa datang kesekolah tidak tepat waktu, tidak sopan terhadap guru, siswa tidak mengerjakan tugas tugas sekolah dan tidak rapi dalam berpakaian sehingga kegiatan proses belajar mengajar terhambat.

Sikap disiplin penting dimiliki oleh setiap siswa karena dengan disiplin akan memudahkan siswa dalam belajar secara terarah dan teratur. Siswa yang menyadari bahwa belajar tanpa adanya suatu paksaan, siswa menunjukkan perilaku yang memiliki kecenderungan disiplin yang tinggi dalam dirinya . Mereka menyadari bahwa dengan disiplin belajar dalam dirinya akan mempermudah kelancaran di dalam proses pendidikan. Hal ini terjadi karena dengan disiplin rasa segan, rasa malas, dan rasa membolos akan teratasi. Siswa memerlukan disiplin supaya dapat mengkondisikan diri untuk belajar sesuai dengan harapan-harapan yang terbentuk dari masyarakat. Siswa dengan disiplin belajar yang tinggi akan cenderung lebih mampu memperoleh hasil belajar yang baik dibanding dengan siswa yang memiliki kurang disiplin dalam belajar.

Berdasarkan fenomena di atas, maka perlu adanya upaya dalam menangani masalah kedisiplinan siswa di sekolah. Hal ini dilakukan dengan harapan agar ketidakdisiplinan siswa dapat di atasi dan tidak mengganggu kualitas siswa dan dalam belajar. Upaya tersebut dapat di tempuh melalui latihan regulasi diri dalam bimbingan kelompok untuk membantu siswa meningkatkan kedisiplinan di sekolah.

Berdasarkan permasalahan dan bahasan yang di kemukaan di atas, maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan sebuah penelitian di MAN Polman. Dalam hal ini peneliti bermaksud untuk mengadakan penelitian dengan judul: Pengaruh latihan regulasi diri dalam bimbingan kelompok terhadap kedisiplinan siswa di MAN Polman.

Regulasi diri adalah kemampuan untuk mengontrol perilaku sendiri. Regulasi diri merupakan penggunaan suatu proses yang mengaktivasi pemikiran, perilaku dan perasaan yang terus menerus dalam upaya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan Zimmerman (2006). Individu melakukan pengaturan diri ini dengan mengamati, mempertimbangkan, memberi ganjaran atau hukuman terhadap perilakunya sendiri. System pengaturan diri ini berupa standar-standar bagi tingkah laku seseorang dan kemampuan mengamati diri, menilai diri sendiri, dan memberikan respon terhadap diri

sendiri.

Definisi lain mengenai regulasi diri (*self regulation*) juga dikemukakan oleh Maes & Gebhardt (Bandura, 1994) yaitu suatu urutan tindakan atau suatu proses yang mengatur tindakan dengan niat untuk mencapai suatu tujuan pribadi. Regulasi diri merupakan kemampuan mengontrol perilaku sendiri adalah salah dari sekian penggerak utama kepribadian manusia (Bandura, 1994).

Berdasarkan dari beberapa pengertian yang sudah di uraikan, dapat disimpulkan bahwa regulasi diri (*self regulation*) adalah kemampuan dalam mengontrol, mengatur, merencanakan, mengarahkan, dan memonitor perilaku untuk mencapai suatu tujuan tertentu dengan menggunakan strategi tertentu dan melibatkan unsur fisik, kognitif, motivasi, emosional, dan sosial.

Menurut Prayitno (1995 : 62) menyatakan Bimbingan kelompok berarti memanfaatkan dinamika untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan dan konseling. Bimbingan kelompok lebih merupakan suatu upaya bimbingan kepada individu-individu melalui kelompok.

Menurut Winkel (2004:111) "Bimbingan kelompok dilakukan bilamana siswa yang dilayani lebih dari satu orang." Bimbingan kelompok dapat terlaksana dengan berbagai cara, misalnya dibentuk kelompok kecil dalam rangka layanan Konseling (konseling kelompok), dibentuk kelompok diskusi, diberikan bimbingan karier kepada siswa-siswi yang tergabung dalam satu kesatuan kelas di SMA/SMK. Dalam bimbingan kelompok merupakan sarana untuk menunjang perkembangan optimal masing-masing siswa, yang diharapkan dapat mengambil manfaat dari pengalaman pendidikan ini bagi dirinya sendiri.

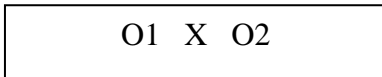
Kedisiplinan berasal dari kata disiplin yang mendapat awalan ke- dan akhiran -an menurut kamus besar Bahasa Indonesia disiplin mempunyai arti ketaatan dan kepatuhan pada aturan, tata tertib dan lain sebagainya.

Secara istilah disiplin oleh beberapa pakar diartikan sebagai berikut: Keith Davis (Sastropoetra : 1998) mengemukakan, disiplin diartikan sebagai pengawasan terhadap diri pribadi untuk melaksanakan segala sesuatu yang telah disetujui atau diterima sebagai tanggung jawab.

Dari definisi-definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa disiplin adalah suatu kondisi yang tercipta melalui proses latihan yang dikembangkan menjadi serangkaian perilaku yang di dalamnya terdapat unsur-unsur ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, ketertiban dan semua itu dilakukan sebagai tanggung jawab yang bertujuan untuk mawas diri.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dan jenis penelitian adalah Eksperimen (*Pre-Experimental Designs*), yang akan mengkaji pengaruh bimbingan kelompok dengan latihan regulasi diri (*Self Regulation*) terhadap kedisiplinan siswa di MAN Polman. Disain eksperimen yang digunakan adalah *One-Group Pretest-Posttest Design*. Disain ini digambarkan sebagai berikut



Gambar 3.1. Disain Penelitian
(Sugiyono, 2006: 111)

Keterangan :

O1 : Pengukuran pertama (awal) sebelum subjek diberi perlakuan.

X : Treatmen atau perlakuan (pemberian latihan regulasi diri).

O2 : Pengukuran kedua setelah subjek diberi perlakuan.

Prosedur pelaksanaan penelitian mulai dari tahap penentuan subjek penelitian, *pretest*, pemberian latihan regulasi diri (*Self Regulation*), dan *posttest*. Adapun alur pengembangannya sebagai berikut:

1. Penentuan subjek eksperimen dilakukan terhadap siswa di MAN Polman.
2. Pelaksanaan *pretest* terhadap subjek penelitian berupa pemberian angket penelitian yang berisi daftar pertanyaan tentang kedisiplinan siswa.
3. Pemberian latihan regulasi diri yang diberikan terhadap subjek penelitian. Secara rinci jadwal kegiatan latihan regulasi diri dapat dilihat pada bagian lampiran.
4. Pelaksanaan *posttest* terhadap subjek penelitian berupa pemberian angket penelitian seperti pada pelaksanaan *pretest* tentang kedisiplinan siswa.

Populasi penelitian ini adalah siswa kelas XI TKJ yang teridentifikasi memiliki tingkat kedisiplinan rendah. Data ini didapatkan berdasarkan informasi dari guru mata pelajaran, wali kelas dan guru BK. Populasi (subyek) dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI TKJ MAN Polman yaitu yang berjumlah 25 Orang terdiri dari 4 kelas.

Sampel ditentukan dengan cara menggunakan Purposive Sampling. Adapun sampel penelitian ini adalah kelas XI TKJ yang terdiri dari 16 orang dan di ambil dengan melihat catatan guru bimbingan konseling dan informasi dari guru mata pelajaran serta wali kelas tentang siswa yang perilaku disiplinnya rendah. Adanya peneliti menggunakan Teknik Purposive Sampling karena pemilik sampel hanya ini yang bersedia ikut kegiatan secara penuh. Terdapat beberapa siswa yang teridentifikasi mengalami kurang memiliki perilaku disiplin dengan indikasi seperti dalam kesehariannya ketika ada dilingkungan sekolah, siswa datang kesekolah tidak tepat waktu, tidak sopan terhadap guru, tidak berpakaian rapi serta tidak mengerjakan tugas-tugas sekolah.

Teknik pengumpulan data sangat dibutuhkan dalam penelitian, sebab dapat menentukan keberhasilan suatu penelitian. Kualitas data ditentukan oleh kualitas alat pengumpulan data yang cukup valid.

Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan adalah sebagai berikut:

1. Angket

Angket diberikan kepada subjek eksperimen untuk memperoleh gambaran tentang tingkat kedisiplinan yang dimiliki oleh siswa baik sebelum (*pretest*) maupun sesudah (*posttest*) diberikan perlakuan berupa pemberian latihan regulasi diri. Angket penelitian bersifat tertutup, karena setiap pertanyaan telah dilengkapi berbagai pilihan jawaban, dengan lima pilihan jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), cukup sesuai (CS), kurang sesuai (KS), dan tidak sesuai (TS). Guna kepentingan analisis data, maka angket penelitian ini dilakukan dengan menggunakan skala Likert dengan rentang 1 sampai 5.

Tabel 3. 2. Pembobotan Item Angket

Pilihan Jawaban	Kategori	
	Positif	Negatif
Sangat Sesuai (SS)	5	1
Sesuai (S)	4	2
Cukup Sesuai (CS)	3	3
Kurang Sesuai (KS)	2	4
Tidak Sesuai (TS)	1	5

2. Observasi

Teknik observasi dibuat oleh peneliti yang digunakan untuk mencatat reaksi-reaksi dan partisipasi siswa selama mengikuti latihan regulasi diri melalui pengamatan secara langsung terhadap subjek penelitian. Adapun aspek-aspek yang diobservasi adalah partisipasi, toleransi, perhatian, dan inisiatif. Cara penggunaannya dengan cara memberi tanda cek (√) pada setiap aspek yang muncul. Adapun kriterianya ditentukan sendiri oleh peneliti berdasarkan persentase kemunculan setiap aspek pada setiap kali pertemuan kegiatan dengan menggunakan rumus persentase sebagai berikut:

$$\text{Analisis Individual} = \frac{nm}{N} \times 100\%$$

$$\text{Analisis Kelompok} = \frac{Nm}{P} \times 100\%$$

$$\text{Analisis Per Aspek} = \frac{Nmp}{N \times P} \times 100\%$$

(Abimanyu, 1983: 26)

Dimana:

nm : Jumlah item yang tercek dari satu siswa

N : Jumlah item dari seluruh aspek yang diobservasi

Nm : Jumlah cek pada item aspek tertentu yang tercek dari seluruh siswa

P : Jumlah siswa

Nmp : Jumlah cek seluruh item aspek yang tercek dari seluruh siswa

N : Jumlah item dalam aspek yang diobservasi

Kriteria untuk penentuan hasil observasi dibuat berdasarkan hasil analisis persentase individual, kelompok dan per aspek, yaitu nilai tertinggi 100 % dan angka terendah 0 % sehingga diperoleh kriteria sebagai berikut:

Table 3. 1: Kriteria Penentuan Hasil observasi

Persentase	Kriteria
80 % - 100 %	Sangat tinggi
60 % - 79 %	Tinggi
40 % - 59 %	Sedang
20 % - 39 %	Rendah
0 % - 19 %	Sangat rendah

Analisis data penelitian dimaksudkan untuk menganalisis data hasil angket penelitian berkaitan dengan perilaku disiplin, Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif, dan analisis statistik inferensial.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini diperoleh dari penelitian yang dilaksanakan di MAN Polman. Sebelum penelitian dilakukan, peneliti terlebih dahulu melakukan observasi kepada siswa baik melalui observasi langsung ataupun tidak langsung tentang tingkat kedisiplinan siswa ketika di lingkungan sekolah. Berdasarkan hasil observasi yang dilaksanakan oleh peneliti maka peneliti mendapatkan beberapa siswa di MAN Polman yang tingkat kedisiplinan kurang sehingga inilah yang menjadi dasar peneliti melakukan penelitian pada siswa MAN Polman yang bertujuan untuk lebih meningkatkan tingkat kedisiplinan siswa ketika di sekolah dan hasilnya adalah sebelum penelitian dilakukan kedisiplinan siswa yang ada di sekolah MAN Polman dapat dikategorikan rendah dan setelah mengikuti kegiatan latihan regulasi diri tingkat kedisiplinan siswa di MAN Polman menjadi meningkat. Hal ini bisa dilihat pada angket pretest dan posttes yang telah diisi oleh siswa, dimana hasil tingkat kedisiplinan siswa sebelum dan setelah perlakuan mengalami peningkatan.

Penelitian dilaksanakan dengan memberikan layanan bimbingan dengan teknik latihan regulasi diri dalam bimbingan kelompok yang berfokus pada kedisiplinan siswa dan dilaksanakan dengan membentuk kelompok dengan lima kali pertemuan kepada kelompok eksperimen. Dalam pelaksanaan tindakan ini, sampel yang digunakan sebanyak 16 siswa yang diambil dari kelas XI TKJ berdasarkan hasil observasi dan catatan guru bimbingan dan konseling tentang kedisiplinan siswa ketika di sekolah. Berikut ini adalah deskripsi dari pelaksanaan layanan bimbingan dengan latihan regulasi diri dalam bimbingan kelompok berfokus pada kedisiplinan siswa untuk masing-masing pertemuan.

Pada pertemuan pertama yaitu tahap pembentukan dimana peneliti memperkenalkan diri dan diikuti masing-masing siswa , sehingga antara siswa yang satu dengan yang lainnya bisa saling kenal

dan akrab selama mengikuti kegiatan. Pada pertemuan ini peneliti berusaha memberikan penjelasan dan tujuan dari kegiatan latihan regulasi diri yang akan dilakukan pada tiap tahapnya.

Pada pertemuan kedua, merupakan tahapan membahas pentingnya kedisiplinan. Pada pertemuan ini peneliti menjelaskan pentingnya kedisiplinan dengan membagikan bahan bacaan tentang kedisiplinan. Kemudian siswa diskusi tentang materi tersebut dan konselor menyimpulkan hasil diskusi siswa. Adapun tujuan dari pertemuan ini adalah agar siswa memiliki sikap kedisiplinan yang baik, dan bisa menjalankan aktivitas sebagai pelajar serta dapat memahami peran kedisiplinan terhadap proses belajar ketika disekolah.

Pertemuan ketiga, merupakan tahapan konseptualisasi masalah. Siswa diberi kesempatan untuk mengemukakan masalah yang dihadapi terkait dengan seringnya terlambat datang kesekolah, Tidak sopan terhadap guru, tidak berpakaian rapi, sering tidak mengerjakan tugas-tugas sekolah, dengan cara menulis dikertas lalu lima orang naik membaca masalahnya kemudian yang lain memberi masukan dan saran Sehingga dengan kegiatan ini siswa mampu mengkonseptualisasikan masalah-masalah yang dialami yang berdampak pada kedisiplinan siswa.

Pertemuan keempat merupakan tahapan latihan regulasi diri dimana peneliti pada pertemuan ini membagi form atau lembar komitmen (penentuan target perilaku) kepada siswa. Adapun tujuan dari kegiatan ini yaitu agar setiap siswa memiliki strategi untuk mampu bersikap disiplin ketika disekolah dan diharapkan siswa mampu mengidentifikasi perilaku yang ditargetkan untuk diubah.

Pertemuan kelima merupakan tahap evaluasi diri, observasi diri dan memberikan pekerjaan rumah dimana peneliti pada pertemuan ini mengevaluasi setiap tahapan yang telah dilaksanakan dan sebagai pengakhiran pada kegiatan yang dilakukan peneliti memberikan ucapan terima kasih kepada seluruh siswa yang bersedia mengikuti kegiatan dari awal sampai selesai.

Tingkat kedisiplinan siswa di MAN Polman masih tergolong rendah. Hal ini dapat terlihat dalam keseharian siswa ketika ada disekolah dimana masih banyak siswa yang sering terlambat ketika datang kesekolah, tugas-tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran juga sering tidak diselesaikan dan dari hasil angket pretest pun juga menunjukkan bahwa rata-rata semua siswa memiliki tingkat kedisiplinan berada pada kategori sangat rendah sebanyak 1 orang (6,25%), kemudian kategori rendah yang mencapai 4 orang (87,5 %), kemudian kategori sedang mencapai 1 orang (6,25 %), sedangkan tidak ada responden yang berada dalam kategori tinggi maupun yang sangat tinggi. Sehingga hal ini akan sangat menghambat terhadap kondisi belajar siswa ketika disekolah.

Dengan kondisi seperti inilah, sehingga peneliti berusaha membantu siswa dengan menerapkan latihan regulasi diri dalam bimbingan kelompok. Peneliti berharap penerapan latihan regulasi diri dalam bimbingan kelompok dapat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kedisiplinan siswa yang ada di sekolah.

Setelah kegiatan dilakukan kedisiplinan siswa yang ada di MAN Polman mengalami sedikit peningkatan. Hal ini dapat dilihat dari hasil pretest dan posttest yang sudah diberikan oleh siswa,

yaitu hasil posttest menunjukkan bahwa sebanyak 11 orang tergolong kategori tinggi, 4 orang kategori sedang dan hanya 1 orang yang berada pada kategori rendah. Hal ini membuktikan bahwa kedisiplinan siswa sebelum dan sesudah pemberian latihan regulasi diri dalam bimbingan kelompok mengalami peningkatan.

Guna menggambarkan tingkat kedisiplinan siswa di MAN Polman sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttes*) diberikan perlakuan yaitu latihan *regulasi diri* dalam bimbingan kelompok, maka berikut ini akan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase, yang diklasifikasikan atas kategori sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah.

Tingkat kedisiplinan siswa di MAN Polman sebelum diberikan latihan *regulasi diri* di MAN Polman, rata-rata semua siswa memiliki tingkat kedisiplinan berada pada kategori sangat rendah sebanyak 1 orang (6,25%), kemudian kategori rendah yang mencapai 14 orang (87,5 %), kemudian kategori sedang mencapai 1 orang (6,25 %), sedangkan tidak ada responden yang berada dalam kategori tinggi maupun yang sangat tinggi. Selanjutnya sesuai dengan nilai rata-rata skor angket diperoleh sebesar 58,25, dimana nilai rata-rata tersebut berada pada interval 48- 68 yang berarti rendah. Hal Ini berarti bahwa tingkat kedisiplinan siswa di SMK Negeri 2 Barru sebelum diberikan latihan rgulasi diri berada pada kategori rendah.

Setelah diberikan latihan *regulasi diri* sebanyak 5 pertemuan, tingkat kedisiplinan siswa di MAN Polman setelah diberikan latihan *regulasi diri* mengalami peningkatan. Tingkat kedisiplinan siswa yang berada pada kategori tinggi sebanyak 11 orang (68,75 %), kemudian kategori sedang sebanyak 41 orang (25%) dan hanya 1 orang (6,25%) berada pada kategori rendah. Selanjutnya sesuai dengan skor angket diperoleh nilai rata-rata sebesar 91,31 , dimana nilai rata-rata tersebut berada pada interval 90-110 yang berarti tinggi. Hal Ini berarti bahwa tingkat kedisiplinan siswa di MAN Polman setelah diberikan latihan *regulasi diri* berada pada kategori sangat tinggi.

Berdasarkan hasil analisis persentase per aspek yang diobservasi tersebut di atas, menunjukkan bahwa perubahan yang dialami siswa diakibatkan karena adanya latihan *regulasi diri*, yang dibuktikan pada saat pelaksanaan latihan *regulasi diri* pertemuan pertama, kedua, ketiga, keempat dan kelima berada dalam kriteria tinggi. Pada pertemuan pertama 71%, pertemuan kedua 78%, pertemuan ketiga 80%, pertemuan keempat 83% dan pertemuan kelima 85% peserta aktif dalam mengikuti latihan regulasi diri dalam bimbingan kelompok. Jika dikaitkan dengan kriteria penentuan hasil observasi maka keaktifan peserta pelatihan berada pada kategori tinggi.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan statistik nonparametik dengan menggunakan uji wilcoxon dan menggunakan IMB SPSS 21.

Pada kolom asymp sig (2-tailed) untuk di uji 2 sisi adalah 000. disini dapat probalitas dibawah 0,05, maka Ho di tolak, atau latihan *regulasi diri* memang mempunyai efek yang nyata terhadap kedisiplinan siswa.

Seorang siswa dalam mengikuti kegiatan belajar di sekolah tidak akan lepas dari berbagai peraturan dan tata tertib yang diberlakukan di sekolahnya, dan setiap siswa dituntut untuk dapat berperilaku sesuai dengan aturan dan tata tertib yang berlaku di sekolahnya. Kepatuhan dan ketaatan siswa terhadap berbagai aturan dan tata tertib yang berlaku di sekolahnya itu biasa disebut disiplin siswa. Sedangkan peraturan, tata tertib, dan berbagai ketentuan lainnya yang berupaya mengatur perilaku siswa disebut disiplin sekolah. Disiplin sekolah adalah usaha sekolah untuk memelihara perilaku siswa agar tidak menyimpang dan dapat mendorong siswa untuk berperilaku sesuai dengan norma, peraturan dan tata tertib yang berlaku di sekolah. Yang dimaksud dengan aturan sekolah (school rule) tersebut, seperti aturan tentang standar berpakaian (standards of clothing), ketepatan waktu, perilaku social dan etika belajar/kerja. Pengertian disiplin sekolah kadangkala diterapkan pula untuk memberikan hukuman (sanksi) sebagai konsekuensi dari pelanggaran terhadap aturan, meski kadangkala menjadi kontroversi dalam menerapkan metode pendisiplinannya, sehingga terjebak dalam bentuk kesalahan perlakuan fisik (physical maltreatment) dan kesalahan perlakuan psikologis (psychological maltreatment).

Disiplin sangatlah penting dalam proses pendidikan, maka dari itu sekolah pasti memiliki sebuah aturan yang harus diikuti serta diterapkan oleh setiap guru, siswa dan seluruh aparat sekolah, aturan yang diberlakukan bagi siswa, guru, serta aparat sekolah menjadi landasan kedisiplinan di sekolah.

Kedisiplinan di sekolah sangatlah penting, maka dari itu kedisiplinan harus diterapkan dalam setiap sekolah, agar pembelajaran di sekolah dapat berjalan dengan baik dan mendapatkan hasil yang sesuai dengan apa yang di harapkan, serta sesuai dengan visi dan misi sekolah tersebut.

Setiap sekolah pasti menerapkan kedisiplinan baik bagi guru, siswa atau pun aparat sekolah, akan tetapi masih banyak siswa yang tidak mengikuti kedisiplinan di sekolah, bahkan seorang guru pun masih banyak yang tidak disiplin serta kurang menerapkan kedisiplinan, banyak hal yang harus dipahami dalam kedisiplinan yang ada di sekolah, yaitu kedisiplinan bukan hanya harus dilakukan dan diterapkan pada siswa akan tetapi kedisiplinan harus diterapkan pada seluruh warga sekolah, baik itu siswa, guru ataupun aparat sekolah. Ada beberapa contoh kedisiplinan yang diterapkan pada siswa, yaitu selalu hadir tepat waktu, selalu mengikuti peraturan. Begitu pula dengan guru serta aparat sekolah juga harus menerapkan kedisiplinan.

Masalah kedisiplinan siswa menjadi sangat berarti bagi kemajuan sekolah itu sendiri. Di sekolah yang tertib akan selalu menciptakan proses pembelajaran yang baik. Sebaliknya, pada sekolah yang tidak tertib kondisinya akan jauh berbeda.

Meningkatkan disiplin siswa memang penting untuk dilakukan karena sekolah merupakan tempat bagi generasi calon pemimpin bangsa menimba ilmu pengetahuan dan berinteraksi dalam dunia keilmuan, disadari atau tidak oleh siswa, sekolah menjadi salah satu tempat bagi mereka untuk belajar tentang banyak hal agar kelak menjadi orang yang eksis dan sukses. Disiplin menjadi salah

satu faktor yang dapat membantu seseorang meraih sukses, tidak terkecuali disiplin pada siswa.

Disiplin diartikan sebagai ketaatan pada peraturan. Dari sini semuanya bermula, sebelum disiplin diterapkan perlu dibuat tata tertib atau peraturan yang benar-benar realistis. Dengan disiplin seseorang dituntut untuk berperilaku sesuai dengan aturan dan norma-norma yang berlaku di mana seseorang tersebut berada. Di setiap tempat terdapat berbagai macam aturan dan norma. Aturan dan norma di tempat yang satu berbeda pula dengan aturan dan norma yang berlaku di tempat lain, oleh karena itu setiap individu dituntut untuk selalu disiplin di manapun ia berada. Bila individu selalu disiplin dan mematuhi aturan dan norma yang berlaku maka individu tersebut akan terbiasa hidup teratur.

Dengan memiliki kedisiplinan anak diharapkan dapat berperilaku sesuai standar yang ditetapkan oleh kelompok mereka. Untuk memenuhi harapan ini maka disiplin harus memenuhi empat unsur pokok, antara lain: peraturan sebagai pedoman perilaku, konsistensi dalam peraturan tersebut dan dalam cara yang digunakan untuk mengajarkan dan memaksakannya, hukuman untuk pelanggaran peraturan dan penghargaan untuk perilaku yang baik yang sejalan dengan peraturan yang berlaku. (Hurlock, 1990, h.84)

Kedisiplinan mutlak diperlukan baik di rumah maupun di sekolah untuk mendukung pendidikan dan proses belajar dan mengajar. Tanpa adanya disiplin hasil pelajaran menjadi tidak maksimal. Kedisiplinan di rumah juga dapat membantu tercapainya hasil belajar yang baik. Demikian juga dengan kedisiplinan di sekolah. Berbagai macam aturan ditetapkan sekolah untuk membentuk perilaku disiplin tidak hanya untuk murid namun juga bagi seluruh warga sekolah. Kedisiplinan dapat diartikan sebagai cara siswa berperilaku, menyesuaikan diri dan mengikuti aturan-aturan yang sudah ditetapkan baik oleh sekolah, keluarga maupun masyarakat.

Kedisiplinan harus dapat dijalankan dengan konsisten dan jelas sesuai dengan peraturan tata tertib yang telah ditetapkan, sehingga siswa akan terbiasa hidup dengan teratur. Bagi anak yang hidup agak longgar dari peraturan tata tertib dalam keluarga, akan mereaksi negatif terhadap peraturan tata tertib tersebut. Reaksi negatif itu timbul karena peraturan tata tertib tersebut sangat berat baginya.

Bersarkan hasil analisis statistik deskriptif, diperoleh bahwa pada hakekatnya terdapat perubahan tingkat kedisiplinan siswa pada subjek eksperimen karena telah diberikan perlakuan berupa latihan *regulasi diri*. Hal ini dibuktikan dengan pengkajian hipotesis yang menunjukkan terdapat pengaruh positif penerapan latihan *regulasi diri* dalam bimbingan kelompok terhadap kedisiplinan siswa di MAN Polman.

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 16 subjek menunjukkan bahwa subjek eksperimen pada saat pretest, secara umum menunjukkan tingkat kedisiplinan siswa berada pada kategori rendah. Adapun gejala tingkat kedisiplinan yang rendah ditunjukkan seperti dalam proses pembelajaran siswa sering melanggar tata tertib sekolah, sangat jarang mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh guru, tidak semua mata pelajaran diikuti dan ketika datang kesekolah selalu terlambat ketika datang

kesekolah. Sehingga perilaku tersebut dapat mempengaruhi proses belajar siswa dan prestasi belajar siswa ketika disekolah.

Berdasarkan hipotesis penelitian yang berbunyi "terdapat pengaruh positif penerapan latihan *regulasi diri* dalam bimbingan kelompok terhadap kedisiplinan siswa di MAN Polman" dapat diterima berdasarkan hasil Uji Wilcoxon pada taraf signifikan 5% diperoleh nilai Asymp.Sig. (2-tailed) $0.000 < 0.05$ yang berarti terima H_1 dan tolak H_0 . Dengan demikian pemberian layanan konseling dengan latihan *regulasi diri* dalam bimbingan kelompok mampu meningkatkan kedisiplinan siswa di MAN Polman.

SIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan beberapa hal diantaranya sebagai berikut:

1. Latihan *regulasi diri* dalam bimbingan kelompok pada siswa di MAN Polman dilaksanakan sebanyak 5 tahapan yaitu pembentukan hubungan, membahas pentingnya kedisiplinan, konseptualisasi masalah, latihan *regulasi diri* (penentuan target perilaku), evaluasi diri dan memberikan pekerjaan rumah. Sudah terlaksana dengan baik.
2. Tingkat kedisiplinan siswa di MAN Polman sebelum diberi latihan *regulasi diri* berada pada kategori rendah dan setelah diberi latihan *regulasi diri* berada pada kategori tinggi.
3. Ada pengaruh latihan *regulasi diri* dalam bimbingan kelompok terhadap kedisiplinan siswa di MAN Polman.

Sehubungan dengan kesimpulan di atas, maka diajukan saran sebagai berikut:

1. Guru Pembimbing, hendaknya menjadikan latihan *regulasi diri* dalam bimbingan kelompok sebagai salah satu alternatif pemberian bantuan terhadap tingkat kedisiplinan siswa di sekolah.
2. Siswa, untuk senantiasa melakukan latihan *regulasi diri* yang telah diberikan, sehingga mampu mengatasi kedisiplinan siswa yang rendah.
3. Peneliti selanjutnya, dapat dijadikan bahan perbandingan dalam melakukan penelitian selanjutnya.

DAFTAR RUJUKAN

- Abimanyu, S. 1983. *Teknik Pemahaman Individu (Teknik Non Tes)*. Makassar: FIP UNM. Hal: 26
- Alwi, Hasan, dkk. 2003. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Ketiga*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional. Ekosiswoyo, Rasdi & Rachman, Maman. 2000. *Manajemen Kelas*. Semarang: IKIP Semarang Press. Hal. 268
- Amin, A. 1975. *Etika*. Jakarta : Bulan Bintang.
- Andrews, J. 1996. "*Discipline*", dalam Shelia Ellison and Barbara An Barnett Ph.D, 365 Ways to help your Children Grow, Sourcebook, Naperville : Illinois.

- Anshari, H.M. 1982. *Pengantar Ilmu Pendidikan*. Surabaya : Usaha Nasional.
- Arikunto, S. 1993. *Menejemen Pengajaran Secara Manusiawi*. Jakarta : Rineka
- Arikunto. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek (Edisi V)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- As'ad, M. 2004. *Psikologi Industri Edisi Ke-3*. Jakarta : Liberti Cipta. Hal: 66
- Bandura, A. 1994. "Self Efficacy" dalam V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of Human Behavior* (Vol. 4, pp.71-81). New York: Academic Press. 1 Desember 2006.
- Barbara and Shelia. 1996. *365 Ways to help your Children Grow*. Sourcebook. Naperville : Illinois.
- Cushway, B. 2002. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta : Elex Media Komputindo.
- Draver, J. 1986. *Kamus Psikologi*. Jakarta : Bina Aksara.
- Fachrudin, S. 1989. *Administrasi Pendidikan*. Malang : Tim Publikasi FIB IKIP.
- Gie, T.L. 1988. *Cara Belajar yang Efisien*. Yogyakarta: Pusat Kemajuan Studio.
- Gunarsah, S. 2000. *Psikologi untuk Membimbing*. Jakarta : PT. Gunung Mulia
- Hadi, S. 2000. *Statistik, Jilid 1*. Yogyakarta: Andi Offset
- Hurlock E. 1990. *Perkembangan Anak*. Jakarta : Erlangga. Hal. 84
- _____, E. 2005. *Perkembangan Anak*. Jakarta : Erlangga.
- Indrakusuma, A. 1993. *Pengantar Ilmu Pendidikan*. Surabaya : Usaha Nasional.
- _____, E. 1978. *Perkembangan Anak*. Jakarta : Erlangga.
- Juntika Nurihsan, Achmad, 2003: *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung:Refika Aditama. Hal: 31
- Kartono, K. 1992. *Pengantar Ilmu Mendidik Teoritis*. Bandung : Mandar Maju
- Lembaga Ketahanan Nasional. 1997. *Disiplin Nasional*. Jakarta: PT Balai Pustaka.
- Lynton. 1984 *Pelatihan dan pengembangan Tenaga Kerja*. Jakarta : Pustaka Binaman Pressindo. Hal: 26
- Papalia, O. 2001. *Human-Development*. New York : McGraw-Hill.
- Pidarta, M. 1995. *Peranan Kepala Sekolah pada Pendidikan Dasar*. Jakarta : Grafindo.
- Poerwadarminto, S. 1994. *Disiplin Kiat Menuju Sukses*. Jakarta: PT. Pradnya Paramita.
- Prayitno. 1994. *Layanan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*. Jakarta: Ghalia Indonesia. Hal: 70
- Purwanto, N. 1993 *Ilmu Pendidikan Teoritis dan Praktis*. Bandung : Remaja Rosda Karya. hal: 236.
- Rusdinal. 2005. *Pengelolaan Kelas di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional. Hal. 136
- Sastrapraja. 1987. *Kamus Istilah Pendidikan dan Umum*. Surabaya : Usaha Nasional.
- Sastropoetra, S. 1998 *Partisipasi, Komunikasi, Persuasi dan Disiplin dalam Pembangunan Nasional*. Bandung : Penerbit Alumni.
- Schaefer, C. 1996. *Cara Efektif Mendidik dan Mendisiplin Anak*. Jakarta : Mitra Utama.

- Schunk & Ertmer. 1999. *Self Regulatory Process During Computers Skill Acquisition: Goal and Self Evaluative Influence*. Journal of Educational Psychology, 91 (2), 251-260.
- Siegel, S. 1985. *Statistik Noparametrik Untuk Ilmu-Ilmu Sosial*. Jakarta: PT Gramedia
- Soegeng. 2004. *Dasar-Dasar Penelitian Bidang Sosial, Psikologi, dan Pendidikan*. Semarang. IKIP PGRI Semarang Press.
- Subari. 1994. *Supervise Pendidikan Dalam Rangka Perbaikan Situasi Belajar*. Jakarta: Bina Aksara.
- Sugiyono. 2006. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta. Hal: 111
- Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta. Hal: 49
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta. Hal: 133
- Sukardi, D. 2002. *Pengantar Pelaksanaan BK di Sekolah*. Jakarta: PT. Bina Aksara. Hal: 48
- Sumarno, D. (1998). *Pedoman Pelaksanaan Disiplin Nasional dan Tata Tertib Sekolah*. Jakarta : C.V. Jaya Abadi.
- Tiro, M. 2004. *Dasar-dasar Statistika*. Makassar: UNM. Hal: 242
- Toenlio, A. 1992. *Teori dan Praktek Pengolahan Kelas*. Surabaya : Usaha Nasional.
- Winkel, W.S. 2004. *Psikologi Pengajaran*. Yogyakarta: Media Abadi. Hal: 111
- Zimmerman, B. J. & Timothy. 2006. *"Adolescent" Development of Personal Agency: The Role of Self efficacy Beliefs and Self Regulatory Skills*. Connecticut : IAP-Information Age Publishing, Inc.
- Yusransyah, M. 2005. *Mengurangi Pelanggaran Disiplin Siswa Melalui*. Hal. 15