

BAB II KAJIAN PUSTAKA

2.1 Konsep *Self control*

Self control atau kontrol diri merupakan salah satu kompetensi pribadi yang perlu dimiliki oleh setiap individu. Perilaku yang baik, konstruktif, serta keharmonisan dengan orang lain dipengaruhi oleh kemampuan individu untuk mengendalikan dirinya. *Self control* yang berkembang dengan baik pada diri individu akan membantu individu untuk menahan perilaku yang bertentangan dengan norma sosial. Tangney, dkk (2004, hlm. 271) menyatakan bahwa “*Central to our concept of self control is the ability to override or change one’s inner responses, as well as to interrupt undesired behavioral tendencies and refrain from acting on them*”. Pusat dari konsep pengendalian diri adalah kemampuan untuk mengesampingkan atau mengubah tanggapan batin, serta untuk menekan kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan dan menahan diri dari tindakan menyimpang.

Tingkah laku individu ditentukan oleh dua variabel yakni variabel internal dan variabel eksternal. Sekuat apapun stimulus dan penguat eksternal, perilaku individu masih bisa dirubah melalui proses kontrol diri (Skinner dalam Alwisol, 2009). Artinya meskipun kondisi eksternal sangat mempengaruhi, dengan kemampuan kontrol diri individu dapat memilih perilaku mana yang akan ditampilkan.

Kesulitan dan gangguan perilaku seperti kebiasaan merokok berlebihan, meminum minuman keras, dan berkelahi atau tawuran banyak bersumber dari rendahnya kontrol diri, sebagaimana Messina dan Messina (dalam Sriyanti, 2011) menyatakan *self-destructive* bersumber dari *self control* yang rendah.

Self control sangat diperlukan agar seseorang tidak terlibat dalam pelanggaran norma keluarga, sekolah dan masyarakat. Santrock (1998) menyebut beberapa perilaku yang melanggar norma yang memerlukan *self control* kuat meliputi dua jenis pelanggaran, yaitu tipe tindakan pelanggaran ringan (*status-offenses*) dan pelanggaran berat (*index-offenses*). Pelanggaran norma secara rinci meliputi:

- a. tindakan yang tidak diterima masyarakat sekitar karena bertentangan dengan nilai dan norma yang berlaku di masyarakat, seperti bicara kasar dengan orang tua dan guru.
 - b. pelanggaran ringan yaitu; melarikan diri dari rumah dan membolos.
 - c. pelanggaran berat merupakan tindakan kriminal seperti merampok, menodong, membunuh, menggunakan obat terlarang.
- (Santrock, 1998)

Pelanggaran norma sudah sangat sering dijumpai terutama dalam kehidupan remaja. Dengan demikian, *self control* perlu dikembangkan agar individu mampu menampilkan perilaku konstruktif dalam kehidupannya.

2.1.1 Definisi *Self Control*

Berikut diuraikan definisi *self control* menurut beberapa ahli. Menurut Berk (1995, hlm. 53), *Self control* merupakan kemampuan individu untuk menghambat atau mencegah suatu impuls agar tidak muncul dalam bentuk tingkah laku yang melanggar atau bertentangan dengan standar moral. Goldfried dan Merbaum (Muharsih, 2008, hlm. 16) mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif.

Menurut Louge (1995, hlm.7) “*self control as the choice of the large, more delayed outcome*”. Logue memaknai *self control* sebagai suatu pilihan tindakan yang akan memberikan manfaat lebih besar dengan cara menunda kepuasan sesaat. Individu biasanya memiliki kesulitan untuk menolak kesenangan yang menghampirinya, meskipun kesenangan akan memberikan dampak atau konsekuensi negatif di masa yang akan datang. Individu dengan *self control* yang baik akan mampu mengambil pilihan yang dapat memberikan dampak positif yang lebih besar di masa yang akan datang meskipun perlu mengesampingkan kesenangan sesaat.

Chaplin mendefinisikan *self control* sebagai kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangikan impuls-impuls atau tingkah laku impulsif (Terjemahan Kartini Kartono, 2002). *Self control* memiliki peran untuk mencegah individu berperilaku impulsif agar tidak melanggar standar perilaku. *Self control* dapat

membuat individu menampilkan perilaku yang sesuai dengan tuntutan lingkungannya sehingga tidak akan menimbulkan keresahan dalam berhubungan dengan dirinya sendiri dan orang lain.

Berdasarkan paparan para ahli, dapat disimpulkan *self control* merupakan kemampuan individu yang bermanfaat untuk mencegah, mengatur, dan mengelola dorongan dalam diri agar tidak melanggar standar moral yang berlaku untuk mendapatkan manfaat yang lebih besar.

2.1.2 Jenis-Jenis *Self Control*

Self control memiliki beberapa jenis, Block dan Block (Lazarus, 1976) mengemukakan tiga jenis *self control* yakni:

- a. *Over control* merupakan kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap stimulus. Individu dengan *over control* cenderung kesulitan mengekspresikan dirinya dalam menghadapi segala situasi yang ia hadapi.
- b. *Under control* merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impulsivitas dengan bebas tanpa perhitungan yang masak. *Under control* pada diri individu akan sangat rentan menyebabkan dirinya lepas kendali dalam berbagai hal dan menyebabkan kesulitan untuk mempertimbangkan pengambilan keputusan secara bijaksana.
- c. *Appropriate control* merupakan kontrol individu dalam upaya mengendalikan impuls secara tepat. *Appropriate control* sangat dibutuhkan individu agar mampu berhubungan secara tepat dengan diri dan lingkungannya. Jenis kontrol diri ini akan memberikan manfaat bagi individu karena kemampuan mengendalikan impuls cenderung menghasilkan dampak negatif yang lebih kecil.

2.1.3 Individu dengan Karakteristik *Self Control*

Individu yang memiliki *self control* yang baik akan menunjukkan karakteristik khusus dalam merespon segala hal yang menghampirinya.

Logue (1995) menyebutkan gambaran individu yang menggunakan *self control* yakni:

- a. Tetap bertahan mengerjakan tugas walaupun terdapat hambatan atau gangguan. Individu akan tekun terhadap tugas yang dikerjakannya walaupun ia merasa kesulitan karena adanya hambatan baik dari dalam maupun dari luar dirinya.
- b. Dapat berperilaku sesuai dengan aturan dan norma yang berlaku dimana ia berada. Kecenderungan individu dalam menaati aturan dan norma yang berlaku mencerminkan kemampuannya dalam mengendalikan diri meskipun sebenarnya individu ingin melanggar aturan dan norma tersebut.
- c. Tidak menunjukkan perilaku yang dipengaruhi kemarahan (mampu mengendalikan emosi negatif). Kemampuan merespon stimulus dengan emosi positif membantu individu untuk terbiasa mengendalikan dirinya dalam berperilaku sesuai harapan lingkungan.
- d. Toleransi terhadap stimulus yang tidak diharapkan untuk memperoleh manfaat atau keuntungan yang besar.

2.1.4 Aspek-Aspek *Self Control*

Aspek-aspek *self control* biasa digunakan untuk mengukur *self control* individu. Averill (1973, hlm. 287) menjelaskan, terdapat tiga aspek *self control* yakni *behavioral control*, *cognitif control*, dan *decisional control*.

a. *Behavioral Control* (Kontrol Perilaku)

Behavioral control merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan diri pada suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini dirinci menjadi dua komponen yakni kemampuan mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi perilaku (*stimulus modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu dalam menentukan siapa yang akan mengendalikan situasi atau keadaan, apakah dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan

menggunakan sumber eksternal. Sedangkan kemampuan memodifikasi perilaku merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki akan dihadapi oleh individu.

b. *Cognitif Control* (Kontrol Kognitif)

Cognitif control diartikan sebagai kemampuan individu dalam mengendalikan diri untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian kedalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis untuk mengurangi tekanan yang dihadapi. Aspek ini terdiri dari dua komponen, yakni memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.

c. *Decisional Control* (Mengontrol Keputusan)

Decisional control merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan diri untuk memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujui. Kontrol diri akan sangat berfungsi dalam menentukan pilihan, baik dengan adanya suatu kesempatan maupun kebebasan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

2.1.5 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan *Self Control*

Menurut Logue (1995, hlm. 34) faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan *self control* yakni faktor genetik dan faktor lingkungan. Faktor genetik yang mempengaruhi *self control* adalah usia. Umumnya *self control* berkembang sesuai bertambahnya usia. Anak-anak cenderung berperilaku impulsif dan lebih dapat mengendalikan diri sesuai pertambahan usianya.

Namun demikian, tidak dapat dibandingkan secara langsung *self control* pada anak dan pada orang dewasa.

Faktor lingkungan yang mempengaruhi perkembangan *self control* terutama dipengaruhi oleh orang tua. Orang tua menjadi pembentuk pertama *self control* pada anak. Cara orang tua menegakkan disiplin, cara orang tua merespon kegagalan anak, gaya berkomunikasi, cara orang tua mengekspresikan kemarahan (penuh emosi atau mampu menahan diri) merupakan awal anak belajar tentang kontrol diri. Hasil penelitian Liau-bei Wu (2004) terhadap 1000 anak sekolah menengah menguatkan peran orang tua dalam pembentukan *self control* dan pengaruh *self control* terhadap berbagai perilaku buruk. Kesimpulan penelitian antara lain, gaya pengasuhan orang tua mempengaruhi perilaku menyimpang, ada hubungan antara kontrol diri dengan perilaku menyimpang pada remaja.

Self control sangat diperlukan agar seseorang tidak terlibat dalam pelanggaran norma keluarga, sekolah dan masyarakat. Berbagai pelanggaran yang muncul karena rendahnya *self control*, sekaligus bersumber dari sikap orang tua yang salah. Rice (dalam Sriyanti, 2011) mengemukakan beberapa sikap orang tua yang kurang tepat dan dapat mengganggu *self control* anak adalah:

- 1) pengabaian fisik (*physical neglect*) yang meliputi kegagalan dalam memenuhi kebutuhan pokok (pangan, sandang, papan) yang memadai,
- 2) pengabaian emosional (*emotional neglect*) yang meliputi perhatian, perawatan, kasih sayang, dan afeksi yang tidak memadai dari orang tua, atau kegagalan untuk memenuhi kebutuhan remaja akan penerimaan, persetujuan, dan persahabatan,
- 3) pengabaian intelektual (*intellectual neglect*), termasuk di dalamnya kegagalan untuk memberikan pengalaman yang menstimulasi intelek remaja, membiarkan remaja membolos sekolah tanpa alasan apa pun, dan semacamnya,
- 4) pengabaian sosial (*social neglect*) meliputi pengawasan yang tidak memadai atas aktivitas sosial remaja, kurangnya perhatian dengan siapa remaja bergaul, atau karena gagal mengajarkan atau mensosialisasikan kepada remaja mengenai bagaimana bergaul secara baik dengan orang lain,
- 5) pengabaian moral (*moral neglect*), kegagalan dalam memberikan contoh moral atau pendidikan moral yang positif.

Sejalan dengan bertambahnya usia anak, bertambah luas pula komunitas sosial yang mempengaruhi anak, serta bertambah banyak pengalaman-pengalaman sosial yang dialaminya. Anak belajar dari

lingkungan bagaimana cara orang merespon suatu keadaan, anak belajar bagaimana merespon ketidaksukaan atau kekecewaan, bagaimana merespon kegagalan, bagaimana orang-orang mengekspresikan keinginan atau pandangannya yang menuntut kemampuan kontrol diri.

Dari berbagai situasi, ada orang yang dapat mengendalikan diri secara baik, ada pula orang yang pengendalian dirinya rendah, setiap perilaku akan memberikan efek tertentu dan anak bisa belajar dari semua itu termasuk dari efek yang ditimbulkan akibat suatu perilaku. Bandura (1997) menyatakan, seseorang tidak hanya belajar dari mengamati perilaku orang lain, tetapi juga belajar dari efek yang ditimbulkan oleh suatu perilaku.

2.1.6 *Self Control* pada Remaja

Pelanggaran norma yang seringkali dilakukan oleh remaja, merupakan cerminan kegagalan remaja dalam mengembangkan *self control*. Logue (1995, hlm. 36) mengemukakan, anak-anak cenderung impulsif dan remaja relatif menunjukkan lebih mampu mengendalikan diri. Seiring perkembangan usianya, remaja seharusnya mampu mengendalikan diri dengan baik. Remaja dengan tingkat kontrol diri tinggi semestinya mampu mengontrol stimulus eksternal yang dapat mempengaruhi tingkah laku. Fox & Calkins (2003) menyatakan, kontrol diri pada remaja merupakan kapasitas dalam diri yang dapat digunakan untuk mengontrol variabel-variabel luar yang menentukan tingkah laku.

Menurut Piaget kemampuan kognitif pada remaja telah mencapai tahap pelaksanaan operasional formal (Hurlock, 1997, hlm. 189). Pada tahap operasional formal remaja mampu memutuskan, menyelesaikan masalah yang dihadapinya dan bertanggung jawab atas keputusan yang diambilnya.

Kemampuan pengendalian diri pada remaja berkembang seiring dengan kematangan emosi yang dimiliki oleh remaja. Remaja dikatakan matang emosinya ketika remaja tidak meledakkan emosinya dihadapan orang lain, melainkan menunggu pada saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosi dengan cara-cara yang dapat diterima (Hurlock, 1997, hlm. 213). Remaja memerlukan kemampuan mengontrol diri yang kuat dalam

mencapai tugas-tugas perkembangannya agar perilaku yang ditampilkan dapat diterima secara positif.

2.2 Bimbingan Kelompok Teknik *Modeling*

Bimbingan kelompok merupakan salah satu strategi layanan dalam bimbingan dan konseling yang dinilai efektif untuk mengembangkan berbagai kompetensi diri siswa. Brown (1997, dalam Gladding, 2012, hlm. 11) menyatakan, bimbingan kelompok menekankan penggunaan metode pendidikan untuk memperoleh informasi dan mengembangkan keterampilan-keterampilan yang perlu dimiliki individu. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, perlu ditunjang dengan penggunaan teknik yang tepat sesuai kompetensi yang akan dikembangkan. Rancangan bimbingan kelompok dalam penelitian ini menggunakan teknik *modeling* untuk mengembangkan *self control* peserta didik. Berikut disajikan konsep bimbingan kelompok dan konsep teknik *modeling*.

2.2.1 Definisi Bimbingan Kelompok

Bimbingan (*guidance*) berasal dari kata *guide* yang berarti menunjukkan, menuntun, atau mengemudikan (Rusmana, 2009, hlm. 12). Bimbingan dapat diartikan sebagai upaya individu dalam menuntun atau menunjukkan individu lainnya ke arah yang sesuai dengan kondisi ideal. Dalam konteks bimbingan dan konseling, para ahli telah mengungkapkan beberapa pengertian bimbingan. Mortensen & Schmuller (1976, dalam Nurihsan, 2006, hlm. 7) menyatakan, *Guidance may be defined as that part of the total education program that helps provide the personal opportunities and specialized staff service by which each individual can develop to the fullest of his abilities and capacities in term of the democratic idea.*

Shertzer & Stone (Yusuf, 2009, hlm. 6) mengartikan bimbingan sebagai “...*process of helping an individual to understand him self and his world*”. Pernyataan tersebut berarti bahwa bimbingan merupakan proses pemberian bantuan kepada individu agar mampu memahami diri dan lingkungannya.

Dari pemaparan para ahli diatas, dapat disimpulkan bimbingan adalah proses bantuan yang diberikan kepada individu agar individu dapat mengembangkan dirinya secara optimal sesuai dengan kemampuan dan kesempatan yang dimilikinya.

Bimbingan sangat diperlukan individu dalam mencapai tugas perkembangannya secara optimal. Individu akan lebih mudah memahami diri dan lingkungannya jika ia mendapat layanan bimbingan sesuai kebutuhannya. Bimbingan di sekolah dapat dilakukan secara individual maupun kelompok. Bimbingan dalam *setting* kelompok akan membantu siswa untuk saling berbagi informasi dan pengalaman, namun yang menjadi sasaran bimbingan tetaplah individu. Melalui bimbingan kelompok, kegiatan layanan bimbingan akan lebih efisien karena dapat melayani sejumlah siswa dalam satu waktu.

Gazda (1971, hlm. 6) mengemukakan, bimbingan kelompok merupakan kegiatan penyediaan informasi akurat yang digunakan untuk memahami diri dan lingkungan, perubahan sikap dan cara berpikir, serta pencapaian tujuan atau hasil. Menurut Natawidjaja (1987, hlm. 24), bimbingan kelompok adalah kegiatan penyampaian informasi tentang masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan masalah sosial yang dimaksudkan untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman diri dan pemahaman mengenai orang lain, sedangkan perubahan sikap merupakan tujuan yang tidak langsung.

Nurihsan (2006, hlm. 30) mendefinisikan bimbingan kelompok sebagai bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok, dapat berupa penyampaian informasi ataupun aktifitas kelompok yang membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial.

Bimbingan kelompok merupakan kegiatan diskusi dan penyampaian informasi faktual terpadu yang digunakan untuk menyusun rencana pengembangan keterampilan (Corey & Corey, 2006, hlm. 11). Bimbingan kelompok memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk memperoleh keterampilan sosial, eksplorasi pengetahuan, dan latihan perilaku melalui interaksi dengan anggota kelompok lain.

Rusmana (2009, hlm. 13) mendefinisikan bimbingan kelompok sebagai suatu proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok yang memungkinkan setiap anggota untuk berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dalam upaya pengembangan wawasan, sikap, dan atau keterampilan yang diperlukan dalam upaya mencegah timbulnya masalah atau dalam upaya pengembangan pribadi.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli, dapat disimpulkan bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan dalam *setting* kelompok melalui penyampaian informasi kepada anggota kelompok tentang berbagai aspek kehidupan yang digunakan untuk pengembangan dan pemahaman diri individu.

Bimbingan kelompok merupakan upaya preventif yang dapat dilakukan untuk memfasilitasi siswa dalam mengembangkan diri. Melalui keterampilan berbagi informasi dengan sesama anggota kelompok akan melatih siswa berkomunikasi secara efektif dan memperoleh pengalaman serta memiliki keterampilan dalam memecahkan masalah masalah dalam berbagai aspek kehidupannya.

2.2.2 Tujuan Bimbingan Kelompok

Pelaksanaan bimbingan kelompok di sekolah tentu mengarah pada tujuan tertentu yang ingin dicapai. Bimbingan kelompok tidak hanya bertujuan dalam mencegah terjadinya masalah pada siswa, namun terdapat tujuan umum dan khusus yang hendak dicapai. Prayitno (2004, hlm. 42) menjelaskan tujuan bimbingan kelompok sebagai berikut.

- a. Tujuan umum, bimbingan kelompok melatih berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa. Pada nyatanya seringkali kemampuan siswa dalam berkomunikasi terganggu perasaan takut dalam mengungkapkan isi pikirannya, sikap yang tidak objektif dalam berhubungan dengan orang lain, serta persepsi yang tidak sesuai kenyataan. Melalui bimbingan kelompok, hal-hal yang mengganggu dan menghimpit kemampuan sosialisasi dan komunikasi konseli

akan diringankan dengan berbagai cara agar kemampuan konseli dapat dikembangkan.

- b. Tujuan khusus, bimbingan kelompok dimaksudkan untuk membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual, menjadi perhatian peserta, serta menjadi kebutuhan peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif.

2.2.3 Manfaat Bimbingan Kelompok

Menurut Surya & Natawidjaja (Rusmana, 2009, hlm. 13) terdapat beberapa manfaat yang dapat diperoleh dari diselenggarakannya bimbingan kelompok yakni:

- a. Bimbingan kelompok lebih bersifat efektif dan efisien.
- b. Bimbingan kelompok dapat memanfaatkan pengaruh-pengaruh seseorang atau beberapa orang individu terhadap anggota lainnya.
- c. Dalam bimbingan kelompok dapat terjadi saling tukar pengalaman diantara para anggotanya yang dapat berpengaruh terhadap perubahan tingkah laku individu.
- d. Bimbingan kelompok dapat merupakan awal dari konseling individual, sehingga bimbingan kelompok dapat dimanfaatkan untuk mempersiapkan individu yang akan mendapat layanan konseling.
- e. Bimbingan kelompok dapat menjadi pelengkap dari teknik konseling individual, dalam arti sebagai layanan tindak lanjut dari konseling individual.
- f. Bagi kasus-kasus tertentu, bimbingan kelompok dapat digunakan sebagai substitusi, yakni dilaksanakan karena kasus tidak dapat ditangani dengan teknik lain.
- g. Dalam bimbingan kelompok terdapat kesempatan untuk menyegarkan pikiran.

Dengan manfaat yang mungkin diperoleh dari penyelenggaraan bimbingan kelompok seperti yang telah dipaparkan, maka bimbingan

kelompok akan sangat berguna bagi terselenggaranya layanan bimbingan dan konseling yang efektif dalam upaya pengembangan pribadi siswa.

2.2.4 Tahapan Bimbingan Kelompok

Menurut Gladding (2012, hlm. 84) ada empat tahapan utama dalam pengembangan kelompok yakni *forming*, *transition*, *performing*, dan *termination*. Keempat tahapan tersebut diaplikasikan dalam bimbingan kelompok.

a. *Forming* (Tahap Pembentukan)

Pada tahap pembentukan kelompok, beberapa hal yang perlu diperhatikan yakni: 1) pengembangan pemikiran agar kelompok berjalan sukses; 2) tugas-tugas pembentukan kelompok; 3) potensi masalah pembentukan kelompok; 4) prosedur pembentukan kelompok; 5) pemilihan anggota dan pemimpin kelompok.

b. *Transition* (Tahap Transisi)

Tahap transisi merupakan tahap peralihan dari awal kegiatan bimbingan kelompok menuju kegiatan bimbingan kelompok yang sesungguhnya. Tahap transisi dimulai dengan *storming*, dimana setiap anggota kelompok mulai bersaing untuk mendapat tempat di dalam kelompok (Gladding, 2012, hlm. 107). Pada tahap ini kelompok berusaha menangani konflik yang dihadapi melalui norma-norma kelompok yang disepakati.

c. *Performing* (Tahap Kerja)

Tahap kerja merupakan tahapan inti dari kegiatan bimbingan kelompok. Menurut Gladding (2012, hlm. 127) pada tahap *performing*, anggota kelompok mulai fokus pada peningkatan diri atau pencapaian individu secara spesifik dan pencapaian tujuan-tujuan kelompok. Pencapaian tersebut dapat diraih dengan cara memberi harapan pada sesama anggota dan *role playing*.

d. *Termination* (Tahap Pengakhiran)

Wagenheim & Gemmill (1994) menyebutkan kegiatan utama anggota kelompok pada tahap pengakhiran, adalah (a) merefleksikan

pengalaman masa lalu mereka; (b) proses ingatan; c) mengevaluasi apa yang telah dipelajari; (d) mengakui perasaan ambivalen, (e) melakukan pengambilan keputusan kognitif (Gladding, 2012, hlm. 146).

Nurihsan (2005, hlm. 18) menjelaskan beberapa langkah yang perlu ditempuh dalam melaksanakan bimbingan kelompok yakni sebagai berikut.

a. Persiapan

Persiapan ini penting guna menghindarkan berbagai hambatan dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok. Hal-hal yang perlu dipersiapkan sebelum pelaksanaan bimbingan kelompok diantaranya: 1) memberikan penjelasan mengenai bimbingan kelompok kepada siswa; 2) memberikan penjelasan mengenai tujuan dan kegunaan bimbingan kelompok bagi siswa; 3) menyiapkan bahan-bahan bimbingan kelompok seperti simulasi, film, cerita, perangkat multimedia, dan materi.

b. Perencanaan Kegiatan

Beberapa hal yang perlu dilakukan dalam perencanaan bimbingan kelompok yakni: 1) menentukan sasaran kegiatan bimbingan kelompok; 2) mengadakan pendekatan awal dengan konseli tentang kebutuhan dan permasalahan yang dihadapi; 3) menetapkan sebuah aturan yang disepakati oleh anggota kelompok; 4) mempersiapkan materi yang diprediksi dapat memenuhi kebutuhan dan mengatasi permasalahan yang dihadapi konseli; 5) menetapkan tujuan yang ingin dicapai; 6) memilih metode atau strategi yang cocok untuk digunakan dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok; 7) menetapkan waktu dan tempat bimbingan kelompok.

c. Pelaksanaan Kegiatan

Rencana kegiatan yang telah dirancang, selanjutnya dilaksanakan melalui tahapan sebagai berikut.

1) Persiapan menyeluruh yang meliputi persiapan fisik (tempat dan kelengkapan), persiapan bahan, persiapan keterampilan, dan

persiapan administrasi. Mengenai persiapan keterampilan, konselor diharapkan mampu melaksanakan teknik-teknik berikut.

- a) teknik umum yaitu, mendengar dengan baik, memahami secara penuh, merespon secara tepat dan positif, dorongan minimal, penguatan, dan keruntutan.
- b) keterampilan memberikan tanggapan yakni, mengenal perasaan konseli, mengungkapkan perasaan sendiri dan merefleksikannya.
- c) keterampilan memberikan pengarahan yaitu, memberikan informasi, memberikan nasihat, bertanya secara langsung dan terbuka, mempengaruhi dan mengajak, menggunakan contoh pribadi, memberikan penafsiran, mengkonfrontasikan, mengupas masalah dan menyimpulkan.

2) Pelaksanaan

- a) Tahap pertama: pembentukan, pengenalan, pelibatan, dan pemasukan diri, meliputi kegiatan mengungkapkan pengertian dan tujuan bimbingan kelompok, menjelaskan cara-cara dan asas bimbingan kelompok, saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri, teknik khusus, serta permainan penghangatan atau pengakraban.
- b) Tahap kedua: merupakan tahap peralihan, meliputi penjelasan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan tahap selanjutnya, membahas suasana yang terjadi, meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.
- c) Tahap ketiga: pemimpin kelompok mengemukakan suatu masalah atau topik, tanya jawab antara anggota dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas terkait topik atau masalah yang dibahas secara mendalam dan tuntas.

d. Evaluasi Kegiatan

Penilaian kegiatan bimbingan kelompok difokuskan pada perkembangan pribadi siswa dan hal-hal yang dirasakan mereka berguna. Penilaian tersebut berorientasi pada perkembangan, yaitu mengenali kemajuan atau perkembangan positif yang terjadi pada diri peserta.

2.2.5 Definisi *Modeling*

Bandura (1977, dalam Chance, 1979, hlm. 173) berpendapat bahwa belajar melalui observasi dilakukan dengan mengamati tindakan model. *Modeling* pada dasarnya adalah peniruan atau meniru, namun bukan sekedar menirukan atau mengulangi apa yang dilakukan model, tetapi *modeling* melibatkan penambahan dan atau pengurangan tingkah laku yang teramati, men-generalisir berbagai pengamatan sekaligus melibatkan proses kognitif (Alwisol, 2012, hlm. 292).

Modeling berguna untuk memunculkan tingkah laku baru atau pun mengubah tingkah laku lama. Perolehan tingkah laku baru dimungkinkan karena adanya kemampuan kognitif. Stimuli berbentuk tingkah laku model ditransformasi menjadi gambaran mental, dan yang lebih penting lagi ditransformasi menjadi simbol verbal yang dapat diingat kembali suatu saat nanti. Selain memberikan dampak untuk mempelajari tingkah laku baru, *modeling* mempunyai dua macam dampak terhadap tingkah laku lama. Pertama, tingkah laku model yang diterima secara sosial dapat memperkuat respon yang sudah dimiliki pengamat. Kedua, tingkah laku model yang tidak diterima secara sosial dapat memperkuat atau memperlemah pengamat untuk melakukan tingkah laku tersebut, tergantung apakah tingkah laku model diganjar atau dihukum.

Kemampuan kognitif pengamat sangat berperan penting dalam proses *modeling*. Pengamat harus mampu memutuskan apakah akan meniru tingkah laku model atau tidak. Model harus representatif dengan perilaku baru yang ingin dimunculkan atau perilaku lama yang ingin dirubah agar dapat memberikan pengaruh yang signifikan bagi pengamat.

2.2.6 Jenis Modeling

Bandura (1997, hlm. 93) menjelaskan, *modeling* terdiri dari dua jenis kegiatan yakni *live modeling* dan *symbolic modeling*. *Live modeling* disebut juga sebagai *social modeling* karena mendatangkan model secara langsung untuk dilakukan observasi atau pengamatan. Keuntungan menggunakan *live modeling* yakni, pengamat dapat berinteraksi langsung dengan model untuk menggali lebih dalam mengenai tingkah laku yang akan ditiru. Tarsidi (2008, hlm. 7) menjelaskan bahwa orang dapat belajar keterampilan berpikir dengan mengamati model. Namun, sering kali proses berpikir yang tersirat tidak terungkap secara memadai oleh tindakan model. Misalnya, seorang model dapat memecahkan suatu masalah secara kognitif, tetapi pengamat hanya melihat hasil tindakannya tanpa memahami proses berpikir yang menghasilkan tindakan tersebut. Suatu pendekatan untuk mempelajari keterampilan kognitif adalah dengan meminta model menuturkan apa yang dipikirkannya pada saat sedang melaksanakan kegiatan untuk mengatasi masalahnya. Keterampilan kognitif pengamat akan semakin meningkat bila model mendemonstrasikan tindakan dan proses berpikirnya sekaligus, bukan hanya mendemonstrasikan tindakannya saja.

Symbolic modeling ialah jenis modeling yang diberikan dengan menggunakan media, baik berupa video, film, suara rekaman, buku, cerita ataupun tulisan dengan kata-kata yang mengandung inspirasi serta motivasi, biografi, dan sebagainya. Menurut Bandura (1997, 93), dalam *symbolic modeling* pengamat dapat mengamati sikap, kemampuan dalam kompetensi, dan pencapaian hasilnya dari tokoh yang dijadikan symbolic model walaupun berbeda segmen dan budaya.

2.2.7 Fungsi Modeling

Tarsidi (2008) memaparkan fungsi *modeling* sebagai berikut:

- a. *Modeling* dapat mengajari observer mengenai keterampilan dan aturan-aturan berperilaku.

- b. *Modeling* dapat menghambat ataupun memperlancar perilaku yang sudah dimiliki orang.
- c. Perilaku model dapat berfungsi sebagai stimulus dan isyarat bagi orang untuk melaksanakan perilaku yang sudah dimilikinya.
- d. *Modeling* dapat merangsang timbulnya emosi. Orang dapat berpersepsi dan berperilaku secara berbeda dalam keadaan emosi tinggi.
- e. *Symbolic modeling* dapat membentuk citra orang tentang realitas sosial serta menggambarkan hubungan manusia dengan aktivitas yang dilakukannya.

2.2.8 Tahapan Modeling

Bandura (1997, hlm. 24) menjelaskan, terdapat empat proses penting agar belajar melalui modeling dapat terjadi, yakni *attentional process*, *retentional processes*, *production processes*, dan *motivation and reinforcement process*.

- a. *Attentional process* (perhatian), pada tahap ini sebelum meniru orang lain perhatian pengamat harus dicurahkan seluruhnya kepada model. Perhatian ini dipengaruhi oleh asosiasi pengamat dengan modelnya, sifat model yang atraktif, dan arti penting tingkah laku model yang diamati bagi pengamat.
- b. *Retentional processes* (representasi), tingkah laku yang akan ditiru harus disimbolisasikan dalam ingatan baik dalam bentuk verbal maupun dalam bentuk gambaran atau imajinasi. Representasi verbal memungkinkan pengamat mengevaluasi secara verbal tingkah laku yang diamati, dan menentukan mana yang dibuang dan mana yang akan coba dilakukan. Representasi imajinasi memungkinkan individu untuk melakukan latihan simbolik dalam pikiran tanpa benar-benar melakukannya secara fisik.
- c. *Production processes* (peniruan tingkah laku model), sesudah mengamati dengan penuh perhatian dan memasukkannya kedalam ingatan, individu lalu bertingkah laku. Mengubah dari gambaran

fikiran menjadi tingkah laku menimbulkan kebutuhan evaluasi: “bagaimana melakukannya?”, “Apa yang harus dikerjakan?”, “Apakah sudah benar?”. Berkaitan dengan benar atau tidaknya seseorang melakukan peniruan terhadap model, lebih ditekankan pada hasil belajar melalui observasi, tidak dinilai berdasarkan kemiripan respon dengan tingkah laku yang ditiru tetapi lebih pada tujuan belajar dan efikasi dari pembelajar.

- d. *Motivation and reinforcement process* (motivasi dan penguatan), belajar melalui pengamatan menjadi efektif jika pembelajar memiliki motivasi yang tinggi untuk dapat melakukan tingkah laku modelnya. Observasi mungkin memudahkan orang untuk menguasai tingkah laku tertentu, tetapi jika tidak ada motivasi proses belajar akan sulit terjadi. Imitasi lebih kuat terjadi pada tingkah laku model yang diganjar daripada tingkah laku yang dihukum. Imitasi tetap terjadi walaupun model tidak diganjar, sepanjang pengamat melihat model mendapatkan ciri-ciri positif yang menjadi tanda dari gaya hidup yang berhasil, sehingga diyakini model umumnya akan diganjar.

2.3 Bimbingan Kelompok Teknik Modeling untuk Meningkatkan *Self Control* Peserta Didik

Strategi bimbingan kelompok telah banyak digunakan untuk meningkatkan kompetensi pribadi individu. Bimbingan kelompok dengan pengorganisasian yang baik dan aktifitas serta latihan yang terstruktur telah membantu meningkatkan kebermanfaatan diri anggotanya (Villalba, 2003 dalam Gladding, 2012, hlm. 11). Kompetensi pribadi yang perlu dimiliki peserta didik salah satunya adalah kemampuan mengendalikan diri agar peserta didik dapat berinteraksi dengan diri dan lingkungannya secara konstruktif. Kemampuan pengendalian diri (*self control*) dapat ditingkatkan melalui bimbingan kelompok. Logue (1995, hlm. 60) menyatakan “...we may perceive the need for an increase in self control as being greatest in this group”.

Bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self control* perlu dilengkapi teknik yang tepat agar layanan dapat dilaksanakan secara fokus dan sesuai dengan kebutuhan. *Modeling* merupakan teknik yang dapat diterapkan untuk meningkatkan *self control* peserta didik. Martin & Pear (2002, hlm. 325) menyebutkan teknik yang dapat digunakan dalam program *self control* yakni *instructions, modeling, dan physical guidance*.

Pada dasarnya, individu memiliki kemampuan untuk meniru perilaku orang lain. Individu belajar melalui observasi model. Belajar melalui observasi jauh lebih efisien dibanding belajar melalui pengalaman langsung. Melalui observasi, individu dapat memperoleh respon yang tidak terhingga banyaknya, yang mungkin diikuti dengan hubungan atau penguatan.

Teori belajar sosial menjelaskan perilaku manusia dalam bentuk interaksi timbal balik yang berkesinambungan antara kognitif, perilaku, dan pengaruh lingkungan. Belajar melalui *modeling* mencakup penambahan dan pencarian perilaku yang diamati, untuk kemudian melakukan generalisasi dari satu pengamatan ke pengamatan lainnya. Oleh sebab itu, Bandura menjelaskan *modeling* melibatkan proses kognitif karena tidak hanya meniru akan tetapi lebih untuk menyesuaikan diri dengan tindakan orang lain karena sudah melibatkan representasi informasi secara simbolis dan menyimpannya untuk digunakan dimasa depan (Feist & Feist, 2008, hlm. 410).

Intervensi teknik *modeling* terdiri dari dua bentuk, yaitu *live modeling* dan *symbolic modeling*. Kedua model ini dapat digunakan sebagai intervensi kepada peserta didik untuk meningkatkan pengendalian diri (*self control*) dengan memperhatikan dan mempelajari model baik dalam bentuk *live modeling* maupun *symbolic modeling* (Bandura, 1997, hlm. 93).

2.4 Kerangka Penelitian

2.4.1 Penelitian Terdahulu

Berbagai penelitian telah mengungkap pentingnya *self control* dalam mempengaruhi pengembangan pribadi individu dalam berbagai aspek kehidupannya. Sutman (2010) dalam penelitiannya terhadap siswa SMK Muhammadiyah II Kuningan, menemukan pengaruh *self control* terhadap

motivasi belajar siswa sebesar 46%. Semakin tinggi tingkat *self control* siswa maka siswa akan memiliki motivasi belajar yang tinggi. Novian (2011) juga mengungkap kaitan *self control* dengan aspek belajar siswa. Hasil penelitiannya mengungkap adanya hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas XI SMA Negeri 18 Bandung Tahun Ajaran 2009/2010. Nilai kontribusi yang disumbangkan oleh variabel kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik sebesar 31,47%.

Aroma & Suminar (2012) mengungkap adanya korelasi negatif yang signifikan antara tingkat kontrol diri dengan kecenderungan perilaku kenakalan remaja di SMK X Kediri dengan jumlah responden sebanyak 265 siswa. Sementara itu, Meytasari (2012) menunjukkan adanya korelasi positif antara kontrol diri dengan kedisiplinan siswa di sekolah pada kelas XI SMK Negeri 2 Bogor Tahun Ajaran 2011/2012. Berdasarkan hasil penelitiannya, siswa dengan tingkat kontrol diri yang tinggi juga memiliki tingkat kedisiplinan yang tinggi.

Selanjutnya, penelitian Badriyah (2013) mengungkap aspek *behavioral control* dan *decisional control* berpengaruh signifikan terhadap agresivitas seseorang. Semakin tinggi kedua aspek tersebut maka perilaku agresi akan dapat dikendalikan.

Self control telah menjadi variabel yang berpengaruh signifikan bagi variabel lain dalam diri individu. *Self control* menjadi sangat penting untuk dikembangkan agar individu terutama remaja mampu berperilaku sebagaimana mestinya tanpa melanggar aturan diri dan lingkungannya. Salah satu strategi yang dapat diterapkan untuk meningkatkan *self control* individu adalah strategi bimbingan kelompok dengan teknik *modeling*. Dalam banyak penelitian, bimbingan kelompok dengan teknik *modeling* menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan berbagai kompetensi pribadi individu. Berikut beberapa hasil penelitian yang telah dilakukan.

- a. Krumboltz dan Thoresen (1976), teknik *modeling* efektif untuk mengatasi perilaku yang berkaitan langsung dengan pengendalian diri yakni, kenakalan remaja, fobia, depresi, serta perilaku agresif.

- b. Hasil penelitian Kristanto (2012) menunjukkan peningkatan yang signifikan pada konsep diri siswa kelas X-3 SMA Kristen 1 Salatiga setelah dilaksanakan bimbingan kelompok. Sehingga penelitian ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan konsep diri peserta didik.
- c. Supriyati (2013) meneliti tentang efektifitas bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self management* siswa dalam belajar pada kelas VIII D SMPN 1 Jakenan Pati Tahun Ajaran 2012/2013. Hasil penelitiannya menunjukkan adanya peningkatan *self management* siswa dalam belajar setelah diberikan *treatment* bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen yakni dari kategori sedang (64,2%) menjadi kategori tinggi (72,32%).
- d. Penelitian yang dilakukan Gumelar (2014) pada siswa-siswi kelas VIII SMPN 4 Purwadadi Tahun Ajaran 2013/2014 menunjukkan bahwa bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa meliputi aspek pengetahuan diri (*self knowledge*), aspek pengarahan diri (*self direction*), dan aspek harga diri (*self esteem*).
- e. Oktarini (2014) telah menerapkan teknik *modeling* untuk meningkatkan pengendalian diri siswa kelas VIII SMPN 2 Batusangkar Tahun Ajaran 2014/2015. Pada kelompok eksperimen diketahui teknik *modeling* efektif meningkatkan pengendalian diri siswa dengan signifikansi sebesar 0,001.

Berdasarkan kajian dari hasil penelitian terdahulu, *self control* menjadi sorotan penting sebagai salah satu kompetensi pribadi individu yang perlu ditingkatkan karena dapat mempengaruhi kompetensi pribadi lain dalam diri individu. Bimbingan kelompok dengan teknik *modeling* menjadi salah satu strategi yang dapat digunakan untuk meningkatkan *self control* karena telah teruji efektif pada berbagai penelitian sebagaimana yang telah dipaparkan.

2.4.2 Kerangka Pemikiran Penelitian

Permasalahan seputar perilaku peserta didik terutama pada jenjang sekolah menengah saat ini menjadi sorotan penting, karena tidak sedikit perilaku yang ditunjukkan mengarah pada tindakan melanggar aturan dan norma keluarga, sekolah, dan masyarakat. Perilaku seperti ini muncul sebagai manifestasi dari ketidakmampuan peserta didik dalam mengendalikan dirinya pada setiap situasi yang mereka hadapi. Individu yang dapat mengendalikan diri salah satunya ditandai dengan berperilaku sesuai aturan meskipun sebenarnya ingin melanggar. Menurut Skinner (Alwisol, 2009, hlm. 329) kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengontrol variabel-variabel luar yang menentukan tingkah laku. Kontrol diri (*self control*) mengacu pada kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif (Goldfried & Merbaum dalam Muharsih, 2008, hlm. 16). Aspek-aspek pada *self control* menggambarkan tingkatan *self control* pada diri individu. Averill (1973) mengemukakan tiga aspek *self control* yakni, (1) *behavioral control* yang merupakan kemampuan individu dalam merespon suatu keadaan yang tidak menyenangkan; (2) *cognitif control* yakni kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan; dan (3) *decisional control* merupakan kemampuan individu untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujui.

Bimbingan dan konseling sebagai bagian integral dalam proses pendidikan memiliki peranan untuk membantu peserta didik melalui pemberian upaya bantuan agar peserta didik dapat berkembang secara optimal. Bimbingan dan konseling tidak hanya berorientasi pada layanan kuratif, namun juga preventif dan pengembangan. Bimbingan membantu individu untuk mengembangkan diri peserta didik agar mencapai kondisi ideal yang mana dapat dilaksanakan melalui berbagai strategi dan salah satu strategi yang dinilai efektif yakni strategi bimbingan kelompok. Menurut Rusmana (2009, hlm. 13) bimbingan kelompok adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok yang memungkinkan setiap anggota untuk berpartisipasi aktif dan berbagi

pengalaman dalam upaya pengembangan wawasan, sikap, dan atau keterampilan yang diperlukan dalam upaya mencegah timbulnya masalah atau dalam upaya pengembangan pribadi. Pemanfaatan suasana kelompok memberikan manfaat tersendiri bagi pengembangan kemampuan sosialisasi siswa. Selain itu strategi bimbingan kelompok dinilai lebih efisien karena dapat melayani sekelompok siswa dengan kebutuhan yang sama dalam satu waktu.

Pemaparan sebelumnya telah menjelaskan peranan *self control* sebagai bagian dari terbentuknya tingkah laku peserta didik. Dalam hal ini, tingkatan *self control* individu mempengaruhi perilaku yang ditunjukkannya. Fenomena perilaku peserta didik yang cenderung mengarah ke arah destruktif menjadi salah satu gambaran rendahnya *self control* pada diri peserta didik. Dalam upaya pemecahan masalah peserta didik, sejauh ini Guru BK di sekolah lebih fokus untuk melaksanakan upaya kuratif dari pada upaya preventif. *Self control* dapat dikembangkan melalui upaya preventif yang dilaksanakan melalui bimbingan kelompok dengan tujuan membantu peserta didik agar mampu berperilaku ke arah yang konstruktif. Bimbingan kelompok dinilai tepat, mengingat kebutuhan peserta didik akan pengembangan *self control* tidak hanya dirasakan oleh satu orang saja, namun oleh seluruh peserta didik sebagai kompetensi pribadi yang sangat penting. Lebih khusus, rancangan bimbingan kelompok perlu dilengkapi dengan penggunaan teknik yang tepat untuk memfokuskan pelaksanaan layanan. Bimbingan kelompok dengan teknik *modeling* dapat digunakan untuk mengembangkan *self control* peserta didik. Teori belajar sosial menjelaskan perilaku manusia dalam bentuk interaksi timbal balik yang berkesinambungan antara kognitif, perilaku, dan pengaruh lingkungan. Belajar melalui *modeling* mencakup penambahan dan pencarian perilaku yang diamati, untuk kemudian melakukan generalisasi dari satu pengamatan ke pengamatan lainnya.

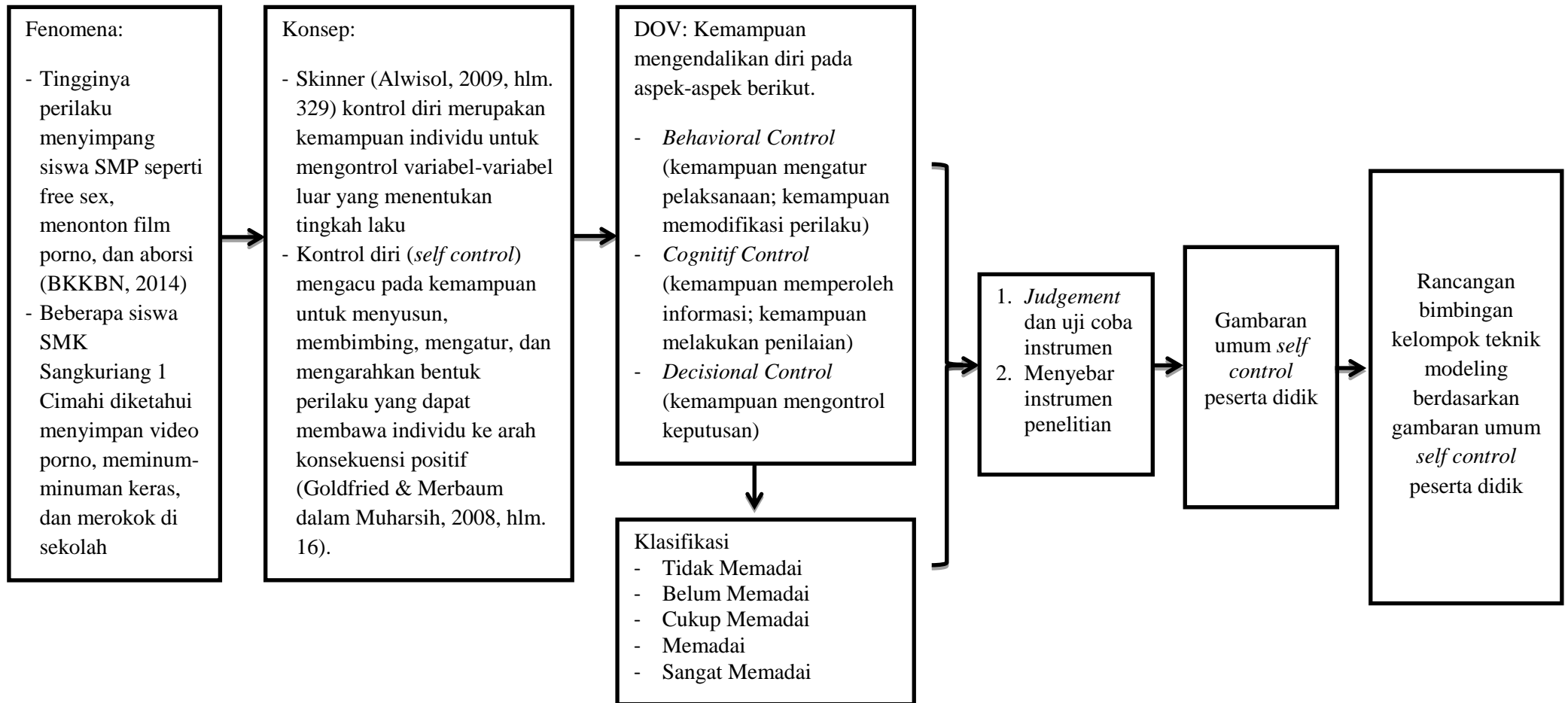
Melalui *modeling* peserta didik dapat memperoleh informasi secara langsung baik melalui kehadiran model langsung atau pun melalui simbol-simbol. Bandura (1997, hlm. 89) menyebutkan empat proses yang

mempengaruhi belajar observasional, yaitu proses *attensional*, proses *retensional*, proses pembentukan perilaku, dan proses *motivational*.

Berdasarkan literatur, modeling efektif untuk peningkatan pengendalian diri individu. Teknik *modeling* pernah digunakan untuk mengatasi perilaku yang berkaitan langsung dengan pengendalian diri yakni, kenakalan remaja, fobia, depresi, serta perilaku agresif (Krumboltz & Thoresen, 1976).

Dengan demikian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modeling* dinilai tepat untuk meningkatkan *self control* peserta didik. Berikut disajikan kerangka pemikiran penelitian berupa bagan.

Bagan 2.1. Kerangka Pemikiran Penelitian
Rancangan Hipotetik Bimbingan Kelompok Teknik *Modeling* untuk Meningkatkan *Self Control* Peserta Didik



2.5 Asumsi Penelitian

Kerangka penelitian yang telah disajikan sebelumnya, secara rinci berakar dari asumsi penelitian sebagai berikut.

- a. Individu dengan kontrol diri yang rendah memiliki kecenderungan untuk berperilaku impulsif, senang berperilaku beresiko, dan berpikiran sempit yang berujung pada tindak perilaku kriminal (Gottfredson and Hirschi, 1990).
- b. *Self control* disebut juga sebagai penguat moral karena dapat memberikan kekuatan untuk melakukan hal yang benar (Baumeister, 2012, hlm. 115). Pernyataan Baumeister mempertegas bahwa untuk melakukan hal yang benar, individu perlu memiliki *self control*.
- c. *Self control* individu dapat ditingkatkan melalui setting kelompok (Logue, 1995, hlm. 60). Strategi bimbingan kelompok diasumsikan menjadi strategi yang tepat untuk mengembangkan *self control* peserta didik
- d. Sebagian besar tingkah laku individu diperoleh dari hasil belajar melalui pengamatan atas tingkah laku yang ditampilkan oleh individu-individu lain yang menjadi model (Santrock, 2003, hlm. 53).
- e. Tingkah laku, lingkungan, dan kejadian-kejadian internal pada model akan mempengaruhi persepsi dan aksi pengamat (Bandura, 1997)
- f. *Modeling* sangat dipengaruhi unsur-unsur yang didasarkan dari diri pengamat yaitu *sense of efficacy* dan *self regulatory system* (Bandura, 1997)
- g. Teknik yang dapat digunakan dalam program *self control* salah satunya adalah *modeling* (Martin & Pear, 2002, hlm. 325).