

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa tesis dengan judul “Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self-Instruction* untuk Meningkatkan *Self-Regulation* Siswa (Penelitian Eksperimen Kuasi pada Siswa Kelas X SMK Negeri 1 Talaga)” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri, dan tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/ sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila dikemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya saat ini.

Bandung, Maret 2017

Yang membuat pernyataan,

Bambang Setiawan

NIM. 1402099

KATA PENGANTAR

Penelitian dengan judul Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self-Instruction* untuk Meningkatkan *Self-Regulation* Siswa dikaji berdasarkan fenomena permasalahan yang muncul pada siswa SMK. *Self-regulation* merupakan kemampuan untuk merencanakan, mengarahkan, dan mengawasi perilaku untuk mencapai suatu tujuan tertentu dengan melibatkan unsur fisik, kognitif, emosional, dan sosial agar sesuai dengan nilai, moral, dan aturan masyarakat. *Self-regulation* sebagai variabel yang diteliti pada penelitian ini memiliki urgensi yang signifikan terhadap siswa, karena dapat membantu siswa dalam mengendalikan perilaku dan mencapai prestasi akademik. Oleh karena itu, dilakukan penelitian tentang bimbingan kelompok dengan teknik *self-instruction* untuk meningkatkan *self-regulation* siswa.

Hasil penelitian ini dikemas menjadi karya tulis ilmiah dalam bentuk tesis yang terdiri dari 5 bab paparan, yaitu: (I) pendahuluan yang berisi latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi tesis; (II) landasan teoritik mengenai konsep *self-regulation*, dan bimbingan kelompok dengan teknik *self-instruction*; (III) metode penelitian; (IV) hasil penelitian dan pembahasan mengenai hasil penelitian; dan (V) kesimpulan dan rekomendasi.

Dengan segala kerendahan hati, tesis ini penulis ajukan sebagai laporan penelitian akhir dalam rangka penyelesaian studi pada jenjang strata dua (S2) Program Studi Bimbingan dan Konseling Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan. Semoga tesis ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca, perkembangan keilmuan bimbingan dan konseling, dan bagi penulis sendiri.

Bandung, Maret 2017

Penulis,

Bambang Setiawan

NIM.1402099

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur penulis persembahkan hanya kepada Allah SWT., yang telah memberikan rahmat dan karunia kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan penyusunan tesis ini. Tersusunnya tesis ini tidak luput dari bimbingan, dorongan, dan dukungan berbagai pihak kepada penulis. Dengan segala kerendahan hati penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada Yang terhormat:

1. Dr. M. Solehuddin, MA., M.Pd., dan Dr. Anne Hafina, M.Pd. selaku dosen pembimbing I dan pembimbing II yang senantiasa meluangkan waktu, pikiran, dan tenaga untuk memberikan bimbingan, arahan, motivasi, dan ilmu yang diberikan kepada penulis selama proses penyusunan tesis.
2. Prof. Dr. Uman Suherman AS., M.Pd., dan Dr. Amin Budiamin, M.Pd. selaku Ketua Departemen dan Sekretaris Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan UPI yang telah mengupayakan kemudahan selama penyusunan tesis dalam rangka penyelesaian studi di jenjang pendidikan strata dua (S2).
3. Prof. Dr. Syamsu Yusuf LN., M.Pd., dan Dr. Suherman, M.Pd. yang telah meluangkan waktu dan pikiran untuk memberikan masukan dan penimbangan dalam perumusan instrumen *self-regulation* dan penyusunan program bimbingan kelompok dengan teknik *self-instruction*.
4. Dr. M. Solehuddin, MA., M.Pd. selaku pembimbing akademik atas segala motivasi, doa, dan bimbingan selama penulis menempuh studi di jenjang strata dua (S2) program studi Bimbingan dan Konseling.
5. Seluruh staf dosen program studi Bimbingan dan Konseling UPI yang telah memberikan bimbingan dan ilmunya selama penulis menempuh studi di jenjang strata dua (S2).
6. Drs. H. Aan Hartawan, M.H. selaku Kepala SMK Negeri 1 Talaga yang telah memberikan izin dan kemudahan bagi penulis selama melakukan penelitian.
7. Seluruh siswa kelas X SMK Negeri 1 Talaga tahun ajaran 2016/2017 khususnya siswa kelas X TSM1 dan X BR1 atas kerja sama dan partisipasinya dalam mengikuti setiap tahapan layanan yang diberikan.

8. Fitri Aprianti atas motivasi, kasih sayang, doa, dan perhatian yang diberikan sekaligus menjadi tempat berbagi suka dan duka selama penulis menyelesaikan tesis ini.
9. Muhibbu Abivian dan Anggi Azzi Purnama atas kesediaan waktunya untuk menjadi teman diskusi dan konsultasi yang sangat membantu dalam penyelesaian tesis ini.
10. Teman-teman mahasiswa Sekolah Pascasarjana program studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2014 yang telah bersama-sama belajar dan berbagi ilmu, semoga ilmu yang kita peroleh bisa bermanfaat.
11. Secara khusus, tesis ini penulis persembahkan kepada kedua orang tua tercinta Hj. Iin Inayaturrohim dan H. Solehuddin, yang senantiasa memberikan didikan, motivasi, nasehat, kasih sayang, dan doa yang tidak pernah putus. Semoga Allah senantiasa melimpahkan kesehatan dan kebahagiaan dunia dan akhirat. *Allahhummaghfirlii waliwaalidayya warhamhumaa kamaa rab'bayaanii shagiiraa. Amin.*

Akhir kata, kepada seluruh pihak yang secara langsung dan tidak langsung telah memberikan dukungan, semoga Allah SWT. membalas kebaikan yang telah diberikan kepada penulis. *Jazaakumullaahu khairan katsiran. Amin yaa Robbal' alamin.*

Bandung, Maret 2017

Bambang Setiawan

NIM.1402099

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	i
LEMBAR PERNYATAAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	iv
ABSTRAK.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GRAFIK.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Struktur Organisasi Tesis.....	9
BAB II BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK <i>SELF-INSTRUCTION</i> UNTUK MENINGKATKAN <i>SELF-REGULATION</i>	11
A. Konsep <i>Self-Regulation</i>	11
B. <i>Self-Instruction</i> sebagai Suatu Teknik Bimbingan dan Konseling.....	24
C. Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self-Instruction</i> untuk Meningkatkan <i>Self-Regulation</i> Siswa.....	29
D. Penelitian Terdahulu.....	32
BAB III METODE PENELITIAN	37
A. Pendekatan dan Desain Penelitian.....	37
B. Lokasi dan Subjek Penelitian.....	38
C. Definisi Operasional Variabel dan Instrumen Penelitian.....	41
1. Definisi Operasional Variabel.....	41

2. Instrumen Penelitian.....	45
3. Pengujian Instrumen Penelitian.....	47
D. Pengembangan Program Layanan.....	51
E. Teknik Analisis Data Penelitian.....	52
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	58
A. Hasil Penelitian.....	58
1. Profil Umum <i>Self-Regulation</i> Siswa.....	58
2. Rumusan Program Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self-Instruction</i> untuk Meningkatkan <i>Self-Regulation</i> Siswa.....	60
3. Perubahan <i>Self-Regulation</i> Siswa Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol setelah Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self-Instruction</i>	61
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	76
1. Profil Umum <i>Self-Regulation</i> Siswa.....	76
2. Program Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self-Instruction</i> untuk Meningkatkan <i>Self-Regulation</i> Siswa.....	81
3. Perubahan <i>Self-Regulation</i> Siswa Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol setelah Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self-Instruction</i>	84
C. Pengaruh Metode Penelitian terhadap Keefektifan Hasil Penelitian.....	91
D. Keterbatasan Penelitian.....	93
 BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI	95
A. Kesimpulan.....	95
B. Rekomendasi.....	96
 DAFTAR PUSTAKA.....	99
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	108

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Populasi Penelitian.....	39
Tabel 3.2	Profil <i>Self-Regulation</i> Siswa Berdasarkan Kelas.....	40
Tabel 3.3	Sampel Penelitian.....	41
Tabel 3.4	Pola Penskoran Butir Pernyataan Instrumen <i>Self-Regulation</i> Siswa Kelas X SMK.....	46
Tabel 3.5	Kisi-Kisi Instrumen <i>Self-Regulation</i> (Sebelum Uji Coba).....	46
Tabel 3.6	Hasil Penimbangan Instrumen <i>Self-Regulation</i>	47
Tabel 3.7	Hasil Uji Validitas Instrumen <i>Self-Regulation</i>	49
Tabel 3.8	Kisi-Kisi Instrumen <i>Self-Regulation</i> (Setelah Uji Coba).....	49
Tabel 3.9	Kriteria Keterandalan (Reliabilitas) Instrumen.....	50
Tabel 3.10	Reliabilitas Instrumen <i>Self-Regulation</i>	51
Tabel 3.11	Pola Penskoran Butir Pernyataan Instrumen <i>Self-Regulation</i>	53
Tabel 3.12	Kriteria Pengelompokan Tingkat <i>Self-Regulation</i>	54
Tabel 3.13	Kategori Tingkat <i>Self-Regulation</i> Siswa Kelas X SMK Negeri 1 Talaga tahun ajaran 2016/2017.....	55
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Profil Umum <i>Self-Regulation</i> Siswa.....	58
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi <i>Self-Regulation</i> Siswa Berdasarkan Aspek.....	60
Tabel 4.3	Hasil Penimbangan Program Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self-Instruction</i> untuk Meningkatkan <i>Self-Regulation</i>	61
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi <i>Self-Regulation</i> Siswa Kelas Eksperimen pada <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	63
Tabel 4.5	Distribusi Frekuensi <i>Self-Regulation</i> Siswa Kelas Kontrol pada <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	64
Tabel 4.6	Distribusi Frekuensi <i>Self-Regulation</i> Siswa Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol Berdasarkan Aspek pada <i>Pre-Test</i>	66
Tabel 4.7	Distribusi Frekuensi <i>Self-Regulation</i> Siswa Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol Berdasarkan Aspek pada <i>Post-Test</i>	68
Tabel 4.8	Uji Normalitas Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol pada <i>Pre-Test</i>	70
Tabel 4.9	Uji Normalitas Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol pada <i>Post-Test</i>	70
Tabel 4.10	Uji Homogenitas Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol pada <i>Pre-Test</i>	71
Tabel 4.11	Uji Homogenitas Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol pada <i>Post-Test</i>	71
Tabel 4.12	Uji <i>Independent Sample T-Test</i> Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol pada <i>Pre-Test</i>	72
Tabel 4.13	Uji <i>Independent Sample T-Test</i> Kelas Eksperimen dan Kelas	

	Kontrol pada <i>Post-Test</i>	73
Tabel 4.14	Hasil Uji <i>Independent Sample T-Test Self-Regulation</i> Siswa Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol Berdasarkan Aspek pada <i>Pre-Test</i>	73
Tabel 4.15	Hasil Uji <i>Independent Sample T-Test Self-Regulation</i> Siswa Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol Berdasarkan Aspek pada <i>Post-Test</i>	74
Tabel 4.16	Deskripsi Data Indeks Gain.....	75
Tabel 4.17	Hasil Uji Gain.....	75

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1	Tingkat <i>Self-Regulation</i> Siswa Berdasarkan Aspek.....	59
Grafik 4.2	Tingkat <i>Self-Regulation</i> Siswa Kelas Eksperimen pada <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	62
Grafik 4.3	Tingkat <i>Self-Regulation</i> Siswa Kelas Kontrol pada <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	63
Grafik 4.4	Tingkat <i>Self-Regulation</i> Siswa Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol Berdasarkan Aspek pada <i>Pre-Test</i>	65
Grafik 4.5	Tingkat <i>Self-Regulation</i> Siswa Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol Berdasarkan Aspek pada <i>Post-Test</i>	67
Grafik 4.6	Tingkat <i>Self-Regulation</i> Siswa Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol Sebelum dan Setelah Pemberian Layanan.....	84
Grafik 4.7	Peningkatan Aspek <i>Self-Regulation</i> Siswa Kelas Eksperimen pada <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	86

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	108
Lampiran A.1 Surat Pengangkatan Dosen Pembimbing.....	109
Lampiran A.2 Surat Pengantar Perizinan Penelitian.....	111
Lampiran A.3 Surat Keterangan telah Melakukan Penelitian.....	113
Lampiran B	115
Lampiran B.1 Kisi-Kisi Instrumen <i>Self-Regulation</i>	116
Lampiran B.2 Instrumen <i>Self-Regulation</i>	118
Lampiran B.3 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen <i>Self-Regulation</i>	123
Lampiran C	126
Lampiran C.1 Program Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self-Instruction</i> untuk Meningkatkan <i>Self-Regulation</i> Siswa.....	127
Lampiran C.2 Jurnal Kegiatan.....	158
Lampiran D	167
Lampiran D.1 Hasil Analisis Data Pre-Test Populasi Penelitian.....	168
Lampiran D.2 Hasil Analisis Data Pre-Test dan Post-Test Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol.....	178
Lampiran E	182
Lampiran E.1 Hasil Evaluasi Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self-Instruction</i>	183
Lampiran F	186
Lampiran F.1 Dokumentasi Kegiatan.....	187
Lampiran F.2 Riwayat Hidup Penulis.....	192