

BAB I

PENDAHULUAN

Bab I ini merupakan pendahuluan yang mengantarkan pada topik penelitian. Bab pendahuluan terdiri dari latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan tesis.

1.1. Latar Belakang Penelitian

Remaja sebagai individu sedang berada dalam proses berkembang atau menjadi (*becoming*), yaitu berkembang ke arah kematangan atau kemandirian. Remaja (*adolensence*) menurut Piaget (Hurlock, E.B., 2003) mempunyai arti yang lebih luas lagi yang mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Oleh karena itu remaja memerlukan bimbingan karena mereka masih kurang memiliki pemahaman atau wawasan tentang dirinya dan lingkungannya serta pengalaman dalam menentukan arah kehidupannya untuk mencapai kematangan.

Menurut Calon (Monks, et al, 1994, hlm. 62) bahwa masa remaja menunjukkan dengan jelas sifat transisi atau peralihan karena remaja belum memperoleh status dewasa dan tidak lagi memiliki status anak. Santrock (2007, hlm. 20) menyebutkan bahwa masa remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif dan emosional. Pada setiap periode perubahan mempunyai masalahnya sendiri tidak selalu berbanding lurus tanpa adanya permasalahan. Remaja diharapkan dapat mengantisipasi akibat-akibat negatif di saat para remaja telah memiliki keinginan bebas untuk menentukan nasib masa depannya, jika terarah akan menjadi pribadi yang baik dan jika tidak maka akan sebaliknya (Fatimah, 2006, hlm. 122). Situasi-situasi yang menimbulkan konflik seperti ini seringkali menyebabkan perilaku-perilaku aneh, canggung dan jika tidak memiliki kontrol bisa menjadi kenakalan (Purwanto, 2007, hlm. 29). Salah satu tugas perkembangan remaja yaitu memiliki *Self-control*.

Self-control menjadi sebuah kemampuan remaja dalam mengontrol tindakan yang akan membentuk pola perilaku individu. Menurut Aviyah & Farid (2014) remaja yang gagal dalam mengembangkan *self-control* yang cukup dalam hal tingkah

laku berarti gagal dalam mempelajari perilaku yang dapat diterima oleh masyarakat. Saat *self-control* pada individu rendah maka akan sulit dalam mengendalikan emosi yang dapat mengakibatkan permasalahan. Individu yang memiliki *self-control* rendah lebih cenderung untuk melakukan perilaku kriminal tanpa mempertimbangkan konsekuensi yang akan terjadi (Gottfredson dan Hirschi, 1990). Individu dengan *self-control* yang rendah cenderung memandang suatu hubungan sebagai permusuhan dan memiliki emosi yang negatif dikarenakan tidak mampu mengontrol hasrat dalam hidup (Burt, et al, 2006). Menurut Delisi & Vaughn, 2008; Praptiani, 2013; Vaughn, 2008) menjelaskan tindakan seseorang yang tergolong perbuatan kriminal dipengaruhi oleh rendahnya *self-control*, karena *self-control* tinggi maka agresivitasnya rendah, sedangkan remaja yang memiliki *self-control* rendah maka agresivitasnya tinggi.

Pentingnya mengembangkan *self-control* agar individu dapat mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan yang terdapat pada dirinya (Hurlock, E.B., 2003, hlm. 50). *Self-control* yang kuat perlu dimiliki agar mampu mengontrol perilakunya supaya tidak berperilaku menyimpang. Sesuai dengan penjelasan Bhave & Saini (2009) bahwa manusia perlu mempelajari bagaimana cara mereka mengendalikan dirinya agar dapat beradaptasi dengan baik. Menurut De Ridder et al., (2011) bahwa *self-control* adalah cara individu dalam mengendalikan emosi serta dorongan dari dalam dirinya agar mampu membuat keputusan dan mengambil tindakan yang sesuai dengan norma.

Menurut Calhoun & Acocella (1990) *self-control* diperlukan oleh setiap individu dengan dua alasan. *Pertama*, alasan sosial karena pada dasarnya individu tidak hidup sendiri tetapi hidup dengan kelompok masyarakat. Individu harus bisa mengontrol perilakunya dalam kehidupan bermasyarakat agar tidak saling mengganggu kenyamanan dan keamanan orang lain. *Kedua*, alasan personal yaitu individu harus mengontrol dorongan-dorongan yang muncul dari dalam dirinya sendiri agar dapat menyusun standar-standar yang lebih tinggi untuk dirinya terkait dengan hal yang diinginkan dari kebudayaan yang dipercayainya. Dengan dua alasan

tersebut, setiap individu memerlukan *self-control* dalam menjalani kehidupannya agar mampu mengontrol perilakunya untuk dapat menjalin hubungan yang baik dengan dirinya sendiri, dan orang lain di lingkungan masyarakat.

Pada kebanyakan remaja dorongan-dorongan untuk melanggar aturan biasanya tidak menjadi kenyataan yang berwujud penyimpangan, karena pada umumnya individu dapat mengendalikan diri dari dorongan-dorongan untuk berperilaku menyimpang. Pada *setting* sekolah banyak di jumpai kasus pelanggaran yang dilakukan oleh remaja terutama pada pelanggaran peraturan sekolah. Pelanggaran yang dilakukan oleh remaja menggambarkan perilaku yang tidak disiplin yang mempengaruhi peserta didik dalam menyesuaikan dirinya dengan tuntutan orang tua maupun masyarakat. Peserta didik yang memiliki *self-control* yang tinggi, mereka akan lebih berperilaku yang positif dan mampu bertanggung jawab, seperti tanggung jawab sebagai seorang pelajar adalah belajar (Rianti & Rahardjo, 2014).

Sejumlah fenomena yang menggambarkan pelanggaran aturan serta perilaku menyimpang terjadi pada remaja akhir-akhir ini. Pada berbagai media cetak maupun elektronik, hampir setiap hari menerbitkan berita tentang perilaku menyimpang remaja seperti geng motor, *free sex*, minuman keras, dan tawuran. Pelanggaran dan perilaku menyimpang yang mengganggu keharmonisan hubungan baik dengan dirinya dan orang lain. Data Komnas Pelindungan Anak hingga tahun 2018 menunjukkan tingginya perilaku menyimpang peserta didik SMP seperti perilaku kekerasan seksual (TribunJakarta.com). Voaindonesia.com (14/03/2017) tujuh pelaku (anak berumur 14 tahun, dua anak berumur 15 tahun, dan masing-masing satu remaja berumur 16, 17, 18 dan 20 tahun) ditangkap polisi pembunuhan peserta didik sebuah Sekolah Menengah Pertama (SMP) di Yogyakarta. bbc.com (22/09/2017) peserta didik meninggal dunia berduel ala gladiator di kota Bogor. Hasil penelitian Kim, Namkoong, Ku, & Kim, (2008); Sentana & Kumala, (2017); Runtukahu, Sinolungan & Opod, (2015); dan Hardani, (2017) bahwa *self-control* yang kurang akan berdampak terhadap perilaku negatif, seperti agresifitas, perilaku merokok, pornografi, dan lainnya

Ramadona Dwi Marsela, 2019

BIMBINGAN PRIBADI UNTUK MENGEMBANGKAN SELF-CONTROL PESERTA DIDIK SEKOLAH MENENGAH PERTAMA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Sejumlah penelitian lain yang telah dilakukan tentang perilaku agresi yang muncul pada peserta didik di antaranya perilaku *Bullying*, tawuran antar peserta didik, minum minuman berakohol, sering membolos dan merokok (Dini, 2017). Menurut (De Wall, et al. 2005) ketika agresi mendesak menjadi aktif *self-control* dapat membantu seseorang mengabaikan keinginan untuk berperilaku agresi, dan membantu seseorang merespon sesuai dengan standar pribadi atau standar sosial yang dapat menekan perilaku agresi. Pengendalian diri merupakan pusat suatu sistem pengaturan diri. Sama halnya yang dikemukakan Redita (2017) berbagai permasalahan yang sering muncul diakibatkan oleh ketidakmampuan individu dalam mengendalikan diri, misalnya tawuran antar pelajar, mengambil hak milik orang lain (mencuri, merampok, korupsi), *vandalism*, penyalahgunaan obat terlarang, penyimpangan perilaku seperti membolos sekolah merupakan contoh perilaku yang timbul karena ketidakmampuan dalam mengendalikan diri. Aroma & Suminar (2012) mengungkap adanya korelasi negatif yang signifikan antara tingkat *self-control* dengan kecenderungan perilaku kenakalan remaja dan melanggar aturan tanpa memikirkan akibat yang ditimbulkan. sejalan dengan penelitian Vazsonyi dan Huang (2010) yang menemukan bahwa secara langsung maupun tidak langsung rendahnya pengendalian diri memengaruhi perilaku *cyberbullying*.

Perilaku menyimpang yang terjadi pada remaja sudah sangat memprihatinkan. Menurut Gottfredson dan Hirschi (1990) *self-control* merupakan salah satu mekanisme yang dapat mengatur serta mengarahkan individu tersebut dalam berperilaku, apakah bentuk perilaku tersebut membawa ke arah yang positif atau sebaliknya yakni mengarahkan individu kepada perilaku yang negatif. Maka dari itu, penting adanya *self-control* pada individu agar permasalahan yang terjadi tidak semakin meningkat.

Pada jenjang SMP individu sedang berada pada masa pubertas. Pada masa remaja, individu mengalami ketidakstabilan dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri pada pola perilaku baru dan harapan sosial yang baru. Kemampuan *self-control* akan semakin matang seiring dengan

bertambahnya usia. Pada usia remaja seharusnya sudah memiliki *self-control*. Namun pada kenyataannya masih banyak remaja yang memiliki *self-control* yang rendah ditunjukkan dengan fenomena yang ada di kalangan remaja, ketidakstabilan yang timbul dari usaha penyesuaian diri tersebut mengakibatkan remaja berada dalam masa badai dan tekanan yang dapat mengakibatkan suatu permasalahan (Hurlock, E.B., 2000, hlm. 213). Masalah pada usia remaja sering menjadi masa yang sulit di atasi oleh diri sendiri. Ketidakmampuan remaja dalam mengatasi permasalahan yang menyebabkan remaja mengatasi permasalahan tersebut dengan cara yang diyakininya, dan menemukan penyelesaian yang tidak sesuai dengan harapan (Hurlock, E.B., 2003, hlm. 207). Selain itu peserta didik sekolah menengah pertama berada pada usia remaja awal, masa remaja awal kurang lebih berlangsung di masa sekolah menengah pertama atau sekolah menengah akhir (Santrock, 2007, hlm. 20).

Sekolah merupakan lembaga formal yang memiliki tanggung jawab besar dalam perkembangan peserta didik. Salah satu yang berperan dalam perkembangan peserta didik di sekolah adalah guru bimbingan dan konseling. Tujuan layanan bimbingan dan konseling yaitu, agar individu (peserta didik) mampu memahami dan mengembangkan potensinya secara optimal sesuai dengan tuntutan lingkungannya (Suherman, 2009, hlm. 15). Guru bimbingan dan konseling berperan dalam membantu, memfasilitasi dan memberikan layanan kepada peserta didik agar mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi terutama dalam penelitian ini yang menyangkut dengan permasalahan *self-control* peserta didik dan mampu mengembangkan potensi yang dimilikinya secara optimal.

Hasil dari wawancara dengan guru BK, menjelaskan bahwa SMP Negeri 12 Bandung telah memiliki peraturan yang ketat. Namun demikian, masih banyaknya peserta didik yang melanggar aturan yang telah diterapkan tersebut. Berdasarkan informasi yang didapat dari guru bimbingan dan konseling bahwa pelanggaran peraturan yang terjadi sudah mulai mengarah pada tindakan yang menyimpang. Pihak sekolah sering melakukan razia terhadap barang-barang yang dibawa peserta didik, salah satunya *handphone*, dikarenakan penggunaan barang tersebut yang dilakukan

ketika jam pelajaran berlangsung. Beberapa peserta didik juga diketahui sering membolos sekolah. Peserta didik melakukan pelanggaran biasanya atas dasar ajakan dari temannya dan tidak mampu menolak serta mengendalikan dirinya untuk tidak terlibat dalam pelanggaran tersebut. Permasalahan yang terjadi pada umumnya dialami oleh peserta didik kelas VIII. Upaya bimbingan dan konseling berperan penting dalam mengetahui keadaan pengendalian peserta didik serta yang perlu dilakukan oleh konselor dalam mengembangkan *self-control*. Sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No. 111 Tahun 2014 pasal 1 menjelaskan bahwa bimbingan dan konseling adalah upaya sistematis, objektif, logis dan berkelanjutan serta terprogram yang dilakukan oleh konselor atau guru bimbingan dan konseling untuk memfasilitasi perkembangan peserta didik atau konseli untuk mencapai kemandirian. Salah satunya yakni dengan cara menerapkan program bimbingan pribadi. Bimbingan pribadi membantu individu dalam menyelesaikan masalah-masalah pribadi dalam memantapkan dan mengembangkan kemampuan individu dalam menangani masalah-masalah dirinya (Yusuf & Nurihsan, 2005:10-12). Sejalan dengan itu, melalui layanan bimbingan pribadi, maka membantu individu untuk memperoleh pemahaman terhadap dirinya (Holly & Kevin, 2002). Beberapa penelitian telah menguji efektivitas bimbingan pribadi dalam meningkatkan kompetensi pribadi. Penelitian yang dilakukan Awaliyah (2016) menunjukkan bimbingan pribadi efektif meningkatkan kedisiplinan. Hasil penelitian Sari (2014) menunjukkan bimbingan pribadi efektif untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian diri peserta didik.

Berdasarkan kajian yang telah dipaparkan sebelumnya, maka penelitian difokuskan pada kajian tentang program bimbingan pribadi guna membantu dalam mengembangkan *self-control* peserta didik.

1.2. Rumusan Masalah dan Pertanyaan Penelitian

Fakta empirik dan landasan teoritik yang telah dipaparkan pada latar belakang penelitian, mengidentifikasi remaja yang tidak mampu mengendalikan dirinya akan

susah beradaptasi dan lingkungan, baik lingkungan masyarakat, maupun lingkungan sekolah. Ketidakmampuan remaja mengatasi permasalahan menyebabkan remaja mengatasi permasalahan menurut cara yang diyakininya, dan menemukan penyelesaian yang tidak sesuai dengan harapan (Hurlock, 2000, hlm. 207). *Self-control* yang kuat perlu dimiliki agar mampu mengontrol perilakunya supaya tidak berperilaku menyimpang dan apabila individu tidak mampu mengontrol diri, maka sulit untuk berhasil menolak godaan dan impuls, sehingga mengakibatkan ketidakmampuan untuk mematuhi aturan. Cavanagh dan Justin (2002, hlm. 211-212) orang yang kurang memadai pengendalian diri telah gagal untuk menguasai dua tugas perkembangan yang penting. Dua tugas perkembangan yang penting yang dimaksud adalah individu tidak bisa mengatur dirinya sendiri dan individu mudah dikuasai atau terpengaruh oleh lingkungan.

Hasil penelitian Oktarini (2014) pengendalian diri siswa kelas VIII SMPN 2 Batusangkar Tahun Ajaran 2014/2015 yang berjumlah 226 siswa yaitu: sebanyak 33 siswa (14,60%) berada pada kategori tinggi. Sebanyak 163 siswa (72,12%) berada pada kategori sedang, dan sebanyak 30 peserta didik (13,27%) berada pada kategori rendah. Gejala permasalahan yang sering muncul menurut Redita (2017) diakibatkan oleh ketidakmampuan individu dalam mengendalikan diri, misalnya tawuran antar pelajar, mengambil hak milik orang lain (mencuri, merampok, korupsi), *vandalism*, penyalahgunaan obat terlarang, penyimpangan perilaku seperti membolos sekolah merupakan contoh perilaku yang timbul karena ketidakmampuan dalam mengendalikan diri. Aroma & Suminar (2012) mengungkap adanya korelasi negatif yang signifikan antara tingkat *self-control* dengan kecenderungan perilaku kenakalan remaja dan melanggar aturan tanpa memikirkan akibat yang ditimbulkan. sejalan dengan penelitian Vazsonyi dan Huang (2010) yang menemukan bahwa secara langsung maupun tidak langsung rendahnya pengendalian diri memengaruhi perilaku *cyberbullying*.

Perilaku menyimpang yang terjadi pada remaja sudah sangat memprihatinkan. Menurut Gottfredson dan Hirschi (1990) *self-control* merupakan salah satu

mekanisme yang dapat mengatur serta mengarahkan individu tersebut dalam berperilaku, apakah bentuk perilaku tersebut membawa ke arah yang positif atau sebaliknya yakni mengarahkan individu kepada perilaku yang negatif. Maka dari itu, penting adanya *self-control* pada individu agar permasalahan yang terjadi tidak semakin meningkat.

Melihat kondisi tersebut, maka diperlukan upaya pengembangan *self-control* remaja. Upaya yang dapat dilakukan guna mengembangkan *self-control* dapat memberikan intervensi dalam bentuk bimbingan pribadi. Pengembangan *self-control* dilakukan dengan membuat sebuah program yang mencakup perubahan kognitif, afektif dan psikomotorik. Melalui program tersebut diharapkan remaja dapat memiliki pengendalian diri. Menurut Yusuf (2009, hlm. 53) bimbingan pribadi merupakan proses bantuan untuk memfasilitasi peserta didik agar memiliki pemahaman tentang karakteristik dirinya, kemampuan mengembangkan potensi dirinya dan memecahkan masalah-masalah yang di alaminya. Bimbingan pribadi menyangkut pengembangan (a) komitmen hidup beragama, (b) pemahaman sifat dan kemampuan diri, (c) bakat dan minat, (d) konsep diri, dan (e) kemampuan dalam mengatasi masalah-masalah pribadi (stress, frustasi, dan konflik pribadi).

Berdasarkan pada identifikasi masalah yang telah dijelaskan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana rumusan program bimbingan pribadi yang efektif untuk mengembangkan *self-control* peserta didik?”. Secara khusus masalah utama penelitian dapat dijabarkan ke dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Seperti apa gambaran profil *self-control* peserta didik Sekolah Menengah Pertama ?
2. Bagaimana rumusan hipotetik bimbingan pribadi untuk mengembangkan *self-control* peserta didik Sekolah Menengah Pertama?
3. Apakah bimbingan pribadi efektif untuk mengembangkan *self-control* peserta didik Sekolah Menengah Pertama?

1.3. Definisi Konseptual Masalah Penelitian

Berdasarkan permasalahan di atas, terdapat dua konsep yaitu *self-control* dan bimbingan pribadi, berikut adalah penjelasan kedua konsep tersebut.

1.3.1. *Self-control*

Self-control adalah kemampuan dalam mengontrol tindakan yang akan membentuk pola perilaku yang positif di lingkungannya. Ghufron dan Risnawati (2014) telah menjelaskan *self-control* dari beberapa ahli sebagai berikut.

Menurut Goldfried dan Merbaum (1973) mengungkapkan bahwa *self-control* sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku pada individu yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Pengertian yang ditekankan oleh Goldfried Merbaum menekankan kepada bahwa *self-control* adalah pengendalian diri yang dapat membentuk pola perilaku agar dapat diterima dalam lingkungannya.

Calhoun dan Acocella (1990) *self-control* adalah pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Lebih lanjut aspek *self-control* menurut Calhoun & Acocella (1990), yaitu: (1) kontrol perilaku (*Behavior Control*), terdiri atas kesiapan atau kemampuan seseorang untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku dalam hal ini berupa kemampuan untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi, dirinya sendiri, orang lain, atau sesuatu di luar dirinya; (2) kontrol kognitif (*Cognitive Control*), terdiri atas kemampuan individu untuk mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau memadukan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan; (3) dan kontrol dalam mengambil keputusan (*Decision Making*), terdiri atas Kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini atau disetujui. Pengertian

yang diungkapkan oleh Calhoun dan Acocella menekankan pada kemampuan dalam mengelola yang perlu di berikan sebagai bekal untuk membentuk pola perilaku pada individu.

Menurut Averill (1973) *self-control* adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Averill (Ghufron & Risnawati, 2011) membagi *self-control* menjadi 3, yaitu: (1) kemampuan mengontrol perilaku (*behavioral control*), yang indikatornya adalah kemampuan mengontrol pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi atau mengubah (*stimulus modifiability*); (2) kontrol kognitif (*cognitive control*), yang indikatornya adalah kemampuan memperoleh informasi (*information gain*), menginterpretasi, menilai (*appraisal*) atau menggabungkan kejadian dalam kerangka kognitif untuk mengurangi tekanan; dan (3) kemampuan mengontrol keputusan, di antara indikatornya adalah mampu membuat perencanaan, menentukan kegiatan sesuai dengan apa yang dipilih, memilih kegiatan sesuai dengan kebutuhan. Pengertian yang dikemukakan oleh Averill menitikberatkan pada seperangkat kemampuan mengatur dalam memilih tindakan yang sesuai dengan yang diyakininya.

Berdasarkan uraian definisi menurut para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *self-control* adalah seperangkat kemampuan umum mendasar dan atribut personal yang melekat pada diri individu dalam mengatur tindakan yang akan membentuk pola perilaku dilingkungannya, yang meliputi aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Aspek kognitif ditandai dengan kemampuan menginterpretasikan perilaku, memodifikasi perilaku, mengantisipasi perilaku, mengatur perilaku, menilai perilaku dan mengelola informasi pada suatu keadaan. Aspek afektif ditandai dengan disiplin, tanggung jawab, bersikap positif, dan kesadaran dalam menghadapi situasi. Aspek psikomotorik ditandai dengan merespon, memilih dan menentukan tindakan apa yang akan dilakukan.

1.3.2. Bimbingan Pribadi

Menurut Kartadinata (2010, hlm.15) dasar teori bimbingan dibangun dari landasan tentang hakikat manusia, teori-teori kepribadian, teori perkembangan belajar, dan pemahaman sosio antropologik-kultural. Landasan filosofi berkenaan dengan pandangan tentang hakikat manusia yang akan menjadi landasan konselor di saat memahami dan memperlakukan konseli.

Menurut Surya (2003, hlm. 36) bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan yang terus menerus dan sistematis kepada individu dalam memecahkan masalah yang dihadapinya, agar tercapai kemampuan untuk memahami diri (*self understanding*), menerima diri (*self acceptance*), kemampuan untuk merealisasikan kemampuan diri (*self realization*) sesuai dengan potensi dan kemampuan dalam mencapai penyesuaian diri (*self adaftive*) baik dengan lingkungan keluarga maupun lingkungan masyarakat.

Menurut Shertzer dan Stone 1971 (Yusuf & Nurihsan, 2012, hlm. 6) mengartikan bimbingan sebagai “...*process of helping an individual to understand himself and his world...*” yang berarti bahwa bimbingan merupakan proses pemberian bantuan kepada individu agar mampi memahami diri dan lingkungannya. Senada dengan itu, Sukardi dan Kusmawati (2008, hlm. 2) mendefinisikan bahwa bimbingan sebagai suatu proses dalam pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara berkesinambungan agar individu tersebut dapat memahami dirinya sehingga dapat mengarahkan dirinya dan bertindak secara wajar sesuai dengan norma yang ada pada lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat serta lingkungan pada umumnya.

Ada empat komponen layanan bimbingan dan konseling menurut Yusuf (2009) yaitu : (1) Layanan Dasar (*guidance curriculum*), (2) Layanan Responsif (*responsif service*), (3) Layanan Perencanaan Individual (*individual planning*), dan (4) Dukungan System (*system support*). Layanan dasar bimbingan merupakan layanan bantuan bagi peserta didik melalui kegiatan-kegiatan kelas atau diluar kelas, yang disajikan secara sistematis dalam rangka membantu peserta didik dalam mengembangkan potensinya secara optimal. Menurut Yusuf (2009, hlm. 79) staretgi

layanan dasar yaitu : 1) Bimbingan klasikal dengan layanan orientasi dan layanan informasi, 2) bimbingan kelompok melalui setting kelompok dengan anggota 5 sampai dengan 10 peserta didik. Salah satu bidang layanan dasar bimbingan yaitu bimbingan pribadi.

Pada hakekatnya bimbingan pribadi merupakan salah satu dari empat bidang bimbingan dan konseling. Ditinjau dari ragam permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik dalam ranah bimbingan dan konseling mencakup bidang pribadi, bidang sosial, bidang ajaran atau belajar, maupun bidang karir (Sukardi, 2008, hlm. 12). Bimbingan pribadi merupakan layanan atau kegiatan yang direncanakan secara sistematis, terarah dan terpadu dalam upaya memfasilitasi dan membantu permasalahan pribadi yang dihadapi oleh individu dengan memperhatikan karakteristik pribadi dan fokus permasalahannya.

Menurut Yusuf (2009, hlm. 53) bimbingan pribadi merupakan proses bantuan untuk memfasilitasi peserta didik agar memiliki pemahaman tentang karakteristik dirinya, kemampuan mengembangkan potensi dirinya dan memecahkan masalah-masalah yang di alaminya. Bimbingan pribadi menyangkut pengembangan (a) komitmen hidup beragama, (b) pemahaman sifat dan kemampuan diri, (c) bakat dan minat, (d) konsep diri, dan (e) kemampuan dalam mengatasi masalah-masalah pribadi (stress, frustrasi, dan konflik pribadi). Lebih lanjut Scotia (2007, hlm. 6) bimbingan pribadi adalah bimbingan yang dikembangkan untuk peserta didik guna membantu peserta didik dalam mengembangkan keterampilan, pengetahuan, sikap yang diperlukan untuk menghargai dan mengerti diri sendiri, serta agar peserta didik dapat menilai, mengetahui dirinya secara fisik maupun emosional, kekuatan, kebutuhan bakat minat, kreatifitas, serta mampu membuat keputusan mandiri.

Bimbingan pribadi (*personal guidance*) menurut Aqib (2012, hlm. 72) adalah bimbingan yang diarahkan kepada individu yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan individu, sehingga individu tersebut memiliki sarana objektif yang cukup didalam kehidupan individualnya. Sedangkan dalam Permendikbud nomor 111 (2014, hlm. 13) mengatakan bahwa bimbingan pribadi adalah suatu proses pemberian

bantuan dari konselor atau guru bimbingan dan konseling kepada peserta didik/konseli untuk memahami, menerima, mengarahkan, mengambil keputusan, dan merealisasikan keputusannya secara tanggung jawab tentang perkembangan aspek pribadinya, sehingga dapat mencapai perkembangan secara optimal, mencapai kebahagiaan, kesejahteraan dan keselamatan dalam kehidupan individu tersebut.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan pribadi adalah layanan atau kegiatan yang direncanakan secara sistematis, terarah, dan terpadu dalam memfasilitasi dan mengembangkan kemampuan secara optimal serta membantu permasalahan-permasalahan pribadi (individu) dengan memperhatikan keunikan dan karakteristik pribadi. Secara operasional bimbingan pribadi dalam penelitian ini adalah satuan kegiatan layanan bimbingan yang dirancang berdasarkan profil *self-control* peserta didik yang bertujuan untuk mengembangkan *self-control* dengan aspek kognitif, afektif dan psikomotorik.

1.4. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan, maka secara umum tujuan dari penelitian ini adalah untuk menghasilkan program bimbingan pribadi dalam mengembangkan *self-control* pada peserta didik SMP. Lebih khusus, tujuan penelitian adalah memperoleh data empirik mengenai :

1. Gambaran profil *self-control* peserta didik Sekolah Menengah Pertama.
2. Rumusan rancangan hipotetik bimbingan pribadi untuk mengembangkan *self-control* peserta didik Sekolah Menengah Pertama.
3. Keefektifan bimbingan pribadi untuk mengembangkan *self-control* peserta didik Sekolah Menengah Pertama.

1.5. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada berbagai pihak. Adapun manfaat dari hasil penelitian ditinjau dari manfaat teoretis dan manfaat praktis sebagai berikut:

Ramadona Dwi Marsela, 2019

BIMBINGAN PRIBADI UNTUK MENGEMBANGKAN SELF-CONTROL PESERTA DIDIK SEKOLAH MENENGAH PERTAMA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

1.5.1. Manfaat Teoretis

Secara teoretis hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan salah satu sumber dalam pengembangan ilmu berkaitan dengan kajian teoritik-konseptual bimbingan dan konseling khususnya pengembangan layanan bimbingan pribadi untuk mengembangkan *self-control* peserta didik SMP.

1.5.2. Manfaat Praktis

Secara praktis manfaat dari penelitian ini terbagi menjadi dua yaitu, manfaat bagi guru bimbingan dan konseling atau konselor dan bagi peneliti selanjutnya. Secara rinci dijelaskan sebagai berikut.

1. Bagi konselor atau guru bimbingan dan konseling di sekolah hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam upaya pengembangan dan penanggulangan masalah peserta didik di SMP khususnya dalam mengembangkan kontrol peserta didik.
2. Bagi penelitian selanjutnya, diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sumber bahan kajian untuk melakukan penelitian selanjutnya terkait penggunaan jenis layanan atau intervensi yang digunakan.

1.6. Sistematika Penulisan Tesis

Sistematika penulisan Tesis memberikan gambaran mengenai urutan penulisan dan keterkaitan antara bab satu dengan bab lainnya, yang disusun dalam V (lima) bab utuh, dengan urutan sebagai berikut :

- 1) **Bagian Awal**, terdiri dari: halaman judul; halaman pengesahan; halaman pernyataan keaslian tentang tesis; abstrak; kata pengantar; halaman ucapan terima kasih; daftar isi; daftar tabel; daftar grafik; dan daftar lampiran.

- 2) **Bagian Isi**, terdiri dari:

Bab I Pendahuluan mencakup uraian dari latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan tesis.

Bab II Kajian Teori mencakup uraian konsep atau teori utama dan teori-teori dalam bidang yang dikaji, hasil penelitian terlebih dahulu dan hasil temuannya, kerangka pemikiran, serta asumsi dan hipotesis

Bab III Metode Penelitian mencakup pembahasan secara berurutan tentang pendekatan penelitian: metode penelitian, desain penelitian, lokasi dan subjek penelitian, definisi operasional tentang variabel-variabel penelitian, instrumen penelitian, teknik pengumpulan data dan analisisnya.

Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan mendiskusikan temuan penelitian dengan menggunakan dasar teoretik yang telah dibahas dalam Bab II dan berisi hal utama hasil pengolahan atau analisis data dalam bentuk temuan penelitian, serta pembahasan atau analisis temuan penelitian.

Bab V Simpulan dan Rekomendasi mencakup penafsiran dan pemaknaan hasil analisis terhadap temuan penelitian yang disajikan dalam bentuk simpulan dan rekomendasi yang ditujukan kepada guru bimbingan dan konseling, dan penelitian selanjutnya.

3) **Bagian Akhir**, yang terdiri dari daftar pustaka dan lampiran-lampiran.