

**PENGEMBANGAN REGULASI DIRI SISWA SMK DI JAWA BARAT MELALUI
BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK MODELING**

TESIS



Oleh

**Maulida Aulia Rahman
1803210**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
BANDUNG
2022**

**PENGEMBANGAN REGULASI DIRI SISWA SMK DI JAWA BARAT MELALUI
BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK MODELING**

Oleh

Maulida Aulia Rahman

Sebuah Tesis yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd.) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling

©Maulida Aulia Rahman, 2022

Universitas Pendidikan Indonesia

Agustus 2022

Hak Cipta dilindungi undang-undang Tesis ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang, difotokopi atau cara lainnya tanpa izin dari penulis

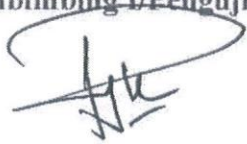
LEMBAR PENGESAHAN

MAULIDA AULIA RAHMAN
1803210

PENGEMBANGAN REGULASI DIRI SISWA SMK DI JAWA BARAT
MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK MODELING

Disetujui dan Disahkan oleh:

Pembimbing I/Penguji,



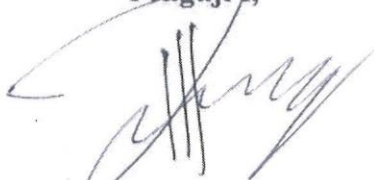
Dr. Yusi Riksa Yustiana, M.Pd.
NIP. 196611151991022001

Pembimbing II/Penguji,



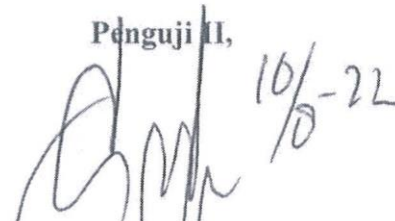
Dr. Ilfiandra, M.Pd
NIP. 197211241999031003

Penguji I,



Prof. Dr. Nandang Rusmana, M.Pd
NIP. 196005011986031004

Penguji II,



Dr. Eka Sakti Yudha, M.Pd
NIP. 198308292010121004

Mengetahui,
Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling
Program Magister dan Doktor
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Pendidikan Indonesia



Prof. Dr. Agus Taufik, M.Pd.
NIP. 195808161985031007

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmaanirrahim.

Segala puji dan syukur dipanjatkan ke hadirat Allah SWT karena dengan rahmat dan Rida-Nya penulis diberikan kekuatan, keridaan dan kuasa dalam penyusunan tesis yang berjudul Pengembangan Regulasi Diri Siswa SMK di Jawa Barat melalui Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling (Studi Eksperimen Kuasi terhadap Siswa Kelas X dan XI SMK Negeri 2 Garut Tahun Pelajaran 2021/2022). Tidak lupa selawat serta salam senantiasa penulis panjatkan kepada Nabi Muhammad SAW beserta para sahabat dan para pengikutnya yang setia sampai akhir zaman.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masalah yang ada di lapangan yaitu masih kurang optimalnya pengembangan regulasi diri pada siswa SMK. Oleh karena itu, bimbingan konseling sebagai bagian dari pendidikan perlu terlibat dalam pengembangan diri siswa khususnya pada ranah regulasi diri melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling.

Penulis mengajukan Tesis ini ke hadapan yang terhormat dewan penguji dan pembaca dengan harapan apa yang disajikan dalam Tesis ini dapat memberikan manfaat yang sebesar-besarnya umumnya bagi pengembangan layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah dan khususnya bagi pengembangan kemampuan pribadi penulis.

Bandung, Agustus 2022

Penulis

UCAPAN TERIMA KASIH

Tesis ini tidak akan pernah selesai tanpa adanya bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karenanya, penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang terlibat dalam penyelesaian tesis, khususnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Agus Taufiq, M.Pd. selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Sekolah Pascasarjana yang telah memfasilitasi dan mendukung penulis dalam menyelesaikan tesis.
2. Umi Dr. Yusi Riksa Yustiana, M. Pd. selaku Dosen Pembimbing Akademik sekaligus Dosen Pembimbing I yang selama perjalanan penulis menyelesaikan masa studi S2 tidak pernah lelah mendorong, memotivasi, memberikan masukan dan memberikan bimbingan kepada penulis dalam penyusunan tesis hingga selesai.
3. Bapak Dr. Ilfiandra, M. Pd. selaku Dosen Pembimbing II yang senantiasa memberikan masukan, memberikan pelajaran yang berharga dan memberikan bimbingan kepada penulis dalam penyusunan tesis hingga selesai.
4. Bapak Prof. Nandang Rusmana, M.Pd. dan Dr. Eka Sakti Yudha, M.Pd. selaku Dosen Penguji yang memberikan banyak masukan, saran yang bermanfaat untuk perbaikan tesis.
5. Seluruh Dosen Program studi Bimbingan dan Konseling Sekolah Pascasarjana yang telah membimbing dan memberikan ilmu kepada penulis selama perkuliahan.
6. Ibu Fiji selaku tenaga kependidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling Sekolah Pascasarjana yang selalu membantu memenuhi segala kebutuhan administrasi dalam penyelesaian tesis.
7. Bapak Ahmad Kustiwa, S.Pd selaku kepala seksi Akademik dan Kemahasiswaan FIP UPI beserta Bapak Iwan Gunawan dan ibu Lia Amalia, S.Si yang telah memberikan pelayanan prima kepada penulis.
8. Kepala Sekolah SMKN 2 Garut yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian pada kelas X dan XI SMKN 2 Garut beserta para Bapak/Ibu guru yang senantiasa memberikan dukungan dan motivasi.
9. Tim Bimbingan dan Konseling SMKN 2 Garut yang telah memberikan dukungan, semangat dan doa dalam penyelesaian tugas akhir ini.
10. Seluruh peserta didik kelas X dan XI SMKN 2 Garut Tahun Pelajaran 2021/2022 yang telah bersedia dan berpartisipasi dalam penelitian yang dilakukan.

11. Teman-teman seperjuangan S2 angkatan 2018 kelas A dan B dalam menghadapi banyaknya rintangan penyelesaian tesis.
12. Kedua Orang tua dan seluruh keluarga penulis yang selalu memberikan do'a dan dukungan baik moril maupun materil selama penyelesaian masa studi S2.
13. Semua pihak yang telah membantu penulis dalam kelancaran penyusunan tesis yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Semoga apa yang telah dilakukan pihak-pihak tersebut dalam memberikan segala upaya untuk mendukung penulis, senantiasa Allah SWT mencatat segala kebaikan sebagai amal ibadah serta memberikan balasan yang berlipat ganda. Aamiin ya rabbal alamiinn.

Bandung, Agustus 2022

Penulis

ABSTRAK

Maulida Aulia Rahman (2022). Pengembangan Regulasi Diri Siswa SMK melalui Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling. (Penelitian Eksperimen Kuasi terhadap Siswa Kelas X dan XI SMK Negeri 2 Garut Tahun Ajaran 2021/2022).

Pembimbing I: Dr. Yusi Riksa Yustiana, M.Pd. Pembimbing II: Dr. Ilfiandra, M.Pd.

Masa perkembangan siswa pada usia remaja mengharuskan remaja untuk dapat mencapai perkembangan kepribadian yang utuh agar dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan tugas perkembangan yang dimiliki dan terhindar dari perilaku berisiko, sehingga siswa harus mampu untuk mengatur aspek pikiran, emosi dan perilaku yang berorientasi pada pencapaian tujuan yang diharapkan yang disebut sebagai regulasi diri. Tujuan penelitian adalah menguji pengaruh strategi layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling dalam mengembangkan regulasi diri siswa berikut serta pengaruh pengembangannya pada masing-masing aspek regulasi diri. Metode penelitian yang digunakan adalah kuasi eksperimen dengan desain penelitian *non-equivalent (pre-tes post-test) control group design*. Populasi penelitian adalah siswa SMKN 2 Garut kelas X dan XI, dengan teknik sampling kuota yang terbagi ke dalam delapan kelompok kompetensi keahlian dan dua tingkatan kelas. Teknik analisis data menggunakan uji Mann-Whitney U, dan Uji Wilcoxon untuk mengetahui pengaruh pemberian layanan dalam pengembangan regulasi diri, dan Uji Friedman untuk menguji pengaruh pemberian layanan pada pengembangan setiap aspek regulasi diri. Temuan penelitian menunjukkan program layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling memiliki pengaruh dalam mengembangkan regulasi diri, dan pengembangan aspek kognitif pada regulasi diri siswa meningkat secara signifikan dibanding aspek perilaku dan emosi. Rekomendasi ditunjukkan kepada guru bimbingan dan konseling agar dapat mengimplementasikan bimbingan kelompok dengan teknik modeling dengan pengembangan yang disesuaikan dengan kebutuhan dan karakteristik siswa.

Kata Kunci : *regulasi diri, bimbingan kelompok, teknik modeling*

ABSTRACT

Maulida Aulia Rahman (2022). *Self-Regulation Development of Vocational School Students through Group Guidance with Modeling Techniques. (Quasi-Experimental Research on Class X and XI Students of SMK Negeri 2 Garut the Academic Year 2021/2022).*

The development period of students in adolescence is required to optimize personality development to be able to adjust to the demands of the developmental tasks they have and avoid risky behaviors, so students must be able to regulate aspects of thoughts, emotions and behaviors with goal oriented in mind referred to as self-regulation. The purpose of the study was to test the influence of group guidance service strategies with modeling techniques in developing students' self-regulation along with influences on each aspect of self-regulation. The research method used is quasi-experimental with a non-equivalent research design (pre-test post-test) control group design. The research population is students of SMKN 2 Garut class X and XI, with quota sampling technique of strata divided into eight groups of competencies and two classes. Data analysis techniques use the Mann-Whitney U test, and the Wilcoxon Test to determine the effect of service delivery in the development of self-regulation, and the Friedman Test to test the effect of service delivery on the development of every aspect of self-regulation. The findings showed that group guidance service programs with modeling techniques had an influence in developing self-regulation, and the development of cognitive aspects of student self-regulation increased significantly compared to behavioral and emotional aspects. Recommendations are shown to guidance and counseling teachers to be able to implement group guidance with modeling techniques with development adjusted to the needs and characteristics of students.

Keywords: *self-regulation, group guidance, modeling technique*

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
UCAPAN TERIMA KASIH.....	ii
ABSTRAK	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Identifikasi dan Rumusan Masalah.....	7
1.3. Tujuan Penelitian	10
1.4. Manfaat Penelitian	10
1.5. Sistematika Penulisan.....	11
BAB II LANDASAN TEORI PENGEMBANGAN REGULASI DIRI SISWA MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK MODELING	12
2.1. Regulasi Diri	12
2.1.1. Konsep Dasar Regulasi Diri	12
2.1.2. Bentuk dan Aspek Regulasi Diri	13
2.1.3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Regulasi Diri.....	16
2.1.4. Pengukuran Regulasi Diri.....	19
2.1.5. Karakteristik Self Regulation pada Individu	22
2.1.6. Upaya Pengembangan Regulasi Diri	24
2.2. Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling.....	30
2.2.1. Konsep Dasar Bimbingan Kelompok	30
2.2.2. Tujuan Bimbingan Kelompok	31
2.2.3. Unsur-Unsur Bimbingan Kelompok.....	32
2.2.4. Teknik Bimbingan Kelompok	34
2.2.5. Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling	38
2.3. Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling untuk Mengembangkan Regulasi Diri	40
2.4. Asumsi dan Hipotesis Penelitian	46
BAB III METODE PENELITIAN	48
3.1. Pendekatan dan Desain Penelitian	48
3.2. Lokasi dan Partisipasn Penelitian	49
3.3. Populasi dan Sampel Penelitian.....	50

3.4. Definisi Operasional.....	52
3.4.1. Regulasi Diri	52
3.4.2. Teknik Modeling dalam Bimbingan Kelompok.....	53
3.5. Pengembangan Instrumen Penelitian.....	55
3.5.1. Uji Keterbacaan Instrumen.....	56
3.5.2. Uji Skala	56
3.5.3. Uji Reliabilitas	57
3.5.4. Uji Validitas	58
3.5.5. Kisi-Kisi Instrumen.....	59
3.6. Pengembangan Program.....	61
3.7. Teknik Analisis Data.....	79
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	81
4.1. Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling pada pengembangan Regulasi Diri Remaja dengan.....	81
4.2. Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling pada Pengembangan Setiap Aspek Regulasi Diri.....	94
4.3. Keterbatasan Penelitian	107
BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI	108
5.1. Simpulan.....	108
5.2. Rekomendasi.....	109
DAFTAR PUSTAKA	110
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	117

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Populasi dan Sampel Penelitian	51
Tabel 3.2 Pembagian Kelompok Eksperimen dan Kontrol	51
Tabel 3.3 Hasil Analisis Validitas Uji Skala.....	57
Tabel 3.4 Kriteria Nilai Alpha Cronbach pada Rasch Model.....	58
Tabel 3.5 Kriteria Reliabilitas Instrumen.....	58
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas	58
Tabel 3.7 Kriteria Uji Validitas	59
Tabel 3.8 Kisi-Kisi Instrumen Akhir	59
Tabel 3.9 Kategori Gambaran Profil Regulasi Diri Siswa kelas X dan XI SMKN 2 Garut tahun Ajaran 2021/2022.....	64
Tabel 3.10 Profil Regulasi Siswa Kelas X dan XI SMKN 2 Garut berdasarkan masing-masing Aspek.....	66
Tabel 3.11 Persentasi Deskripsi Profil Siswa Kelas X dan XI SMKN 2 Garut berdasarkan Kategori masing-masing Aspek	67
Tabel 3.12 Persentasi Profil Siswa Kelas XI Garut berdasarkan Kompetensi Keahlian pada Kategori Aspek	70
Tabel 3.13 Persentasi Profil Siswa Kelas X Garut berdasarkan Kompetensi Keahlian pada Kategori Aspek Regulasi Diri	70
Tabel 3.14 Action Plan Layanan	74
Tabel 3.15 Uji Normalitas.....	80
Tabel 3.16 Kriteria Normalized Gain	81
Tabel 3.17 Kriteria Pengaruh Normalized Gain.....	81
Tabel 4.1 Output Ranks Perhitungan Wilcoxon Match Test Data Kelompok Eksperimen.....	82
Tabel 4.2 Ouput Test Statistics Perhitungan Wilcoxon Match Test Data Kelompok Eksperimen	82
Tabel 4.3 Hasil Perhitungan Mann Whitney Test data Pre-tes kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.....	83
Tabel 4.4 Hasil Perhitungan Mann Whitney Test data Post-tes kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.....	84
Tabel 4.5 Peningkatan Regulasi Diri Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol setelah Layanan Bimbingan Kelompok Teknik modeling berdasarkan N-gain score	84
Tabel 4.6 Perbandingan Rata-Rata Persentase Skor Pre-tes dan Post-tes Regulasi Diri Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	85
Tabel 4.7 Perbandingan Rata-Rata Persentase Skor Pre-Tes dan Post-Tes berdasarkan Sub Aspek Kognitif Regulasi Diri Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	86

Tabel 4.8 Perbandingan Rata-Rata Persentase Skor Pre-Tes dan Post-Tes berdasarkan Sub Aspek Perilaku Regulasi Diri Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	87
Tabel 4.9 Perbandingan Rata-Rata Persentase Skor Pre-Tes dan Post-Tes berdasarkan Sub Aspek Emosi Regulasi Diri Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	88
Tabel 4.10 Uji Normalitas Standardized Residual Ketiga Aspek Regulasi Diri Kelompok Eksperimen	94
Tabel 4.11 Uji Normalitas Standardized Residual Ketiga Aspek Regulasi Diri Kelompok Kontrol.....	95
Tabel 4.12 Hasil test statistics Friedman Kelompok Eksperimen	95
Tabel 4.13 Hasil Friedman Rank.....	96
Tabel 4.14 Hasil test statistics Friedman Kelompok Kontrol.....	96
Tabel 4.15 Perbandingan Rata-Rata Persentase Skor Pre-tes dan Post-tes berdasarkan Aspek Regulasi Diri Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	97

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Profil Regulasi Diri Siswa SMKN 2 Garut	66
Gambar 4.1 Lembar Kerja Siswa Penetapan Tujuan dan Rencana Hidup	98
Gambar 4.2 Lembar Kerja Siswa Berpikir positif.....	100
Gambar 4.3 Lembar Kerja Siswa Pemahaman Emosi	101
Gambar 4.4 Lembar Kerja Siswa Pengendalian Diri	102
Gambar 4.5 Lembar Kerja Siswa mengenai Konsentrasi.....	104

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Perizinan Penelitian
- Lampiran 2. Instrumen Data Penelitian
- Lampiran 3. Hasil Pengolahan dan Analisis Data
- Lampiran 4. Program dan RPL
- Lampiran 5. Dokumentasi

DAFTAR PUSTAKA

- Al-qamash, M. N. (2013). *Self-Regulation Skills and its Relation to Classroom Behavioral Problems Among the Students of Learning Difficulties*. 4(27), 227–241.
- Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Amdani, S. (2017). *Konseling Naratif Untuk Mengembangkan Regulasi Diri Siswa Sma Kota Bandar Lampung*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Annisa Anggrayani, N., Syarifuddin, D., & Utaminingsih, D. (2017). *Hubungan Regulasi Diri Dengan Perencanaan Karir Siswa The Relationship Self Regulation With The Carier Plan*. 1, 132–144.
- Anyichie, A. C., & Butler, D. I. (2015). *Implications of Supporting Self-Regulated Learning Development*.
- Arikunto. (2015). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Azwar, S. (2018). *Metode Penelitian Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Bancin, I. K., Mudjiran, & Rusdinal. (2017). Pengembangan Modul Bimbingan Dan Konseling Tentang Regulasi Diri Siswa Dalam Hubungan Sosial. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, 2(2), 91–99. <https://doi.org/10.30870/jpbk.v2i2.3058>
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1991). Social Cognitive Theory of Self Regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 248–287. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5957.1988.tb00115.x>
- Bandura, A. (2006). *Article of guide for Contructing Self Efficacy Scales*. by Information Age Publishing
- Baumeister, R. F., Gailliot, M., DeWall, C. N., & Oaten, M. (2006). Self-regulation and personality: How interventions increase regulatory success, and how depletion moderates the effects of traits on behavior. *Journal of Personality*, 74(6), 1773–1802. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2006.00428.x>
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2004). *An Introduction. Handbook of Self-Regulation: Research, Theory and Application*. Guilford Press.
- BKKBN. (2013). *Remaja dan Permasalahannya jadi Perhatian Dunia*. <http://www.bkkbn.go.id/ViewBerita.aspx?BeritaID=840>
- Boekaerts, M., Pintrich, P., & Zeidner, M. (2000). *Hanbook of self-regulation* (M. Boekaerts, P. Pintrich, & M. Zeidner (eds.)). Academic Press.

- Bowen, W. G., Chingos, M. M., & McPherson, M. S. (2009). *Test Scores and High School Grades as predictors. Crossing The Finish Line: Completing College At America's Public Universities*. Princeton University Press. Princeton University
- Brown, A. (1987). Metacognition, executive control, self-regulation, and other more mysterious mechanisms. In F. . Weinert & R. . Kluwe (Eds.), *Metacognition, motivation, and understanding* (pp. 65–116). NJ:Lawrence Erlbaum.
- Carver, & Scheier. (2000). On the structure of behavior self-regulation. In M. Boekaerts (Ed.), *Handbook of Self Regulation* (p. 42). Academic Press.
- Cervone, D., & Pervin, L. A.. (2010). *Psikologi Kepribadian : Teori dan Penelitian*. Jakarta : Kencana. (edisi kesembilan)
- Chairani, L., & Subandi, M. A. (2010). *Psikologi santri penghafal al-Qur'an; Peranan regulasi diri*. Pustaka Pelajar.
- Chung, Y. B., & Yuen, M. (2011). The Role of Feedback in Enhancing Students ' Self-regulation in Inviting Schools. *Journal of Invitational Theory and Practice* •, 17, 22–27.
- Corey, G. (2013). *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Refika Aditama.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting and Evaluating Quantitative and Qualitative Research* (Fourth). Pearson.
- Demetriou, A. (2000). Organization and development of selfunderstanding and self-regulation. In M. Boekaerts, P. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of Self Regulation* (pp. 209–251). Academic Press.
- Derryberry, D., & Reed, M. (1996). Regulatory processes and the development of cognitive representations. *Development and Psychopathology*, 8, 215–234.
- Dias, P. C., Garcia Del Castillo, J. A., & Moilanen, K. L. (2014). The Adolescent Self-Regulatory Inventory (ASRI) adaptation to Portuguese context. *Paideia*, 24(58), 155–163. <https://doi.org/10.1590/1982-43272458201403>
- Duckworth, A. L., Quinn, P. D., & Tsukayama, E. (2012). What No Child Left Behind Leaves Behind: The Roles of IQ and Self-Control in Predicting Standardized Achievement Test Scores and Report Card Grades. *Journal of Educational Psychology*, 104(2), 439–451. <https://doi.org/10.1037/a0026280>
- Ellington, J. K., & Dierdorff, E. C. (2014). Individual Learning in Team Training: Self-Regulation and Team Context Effects. *Small Group Research*, 45(1), 37–67. <https://doi.org/10.1177/1046496413511670>
- Erford, B. T. (2015). *40 Teknik yang harus diketahui setiap Konselor*. Pustaka Pelajar.

- Fajrin, R. (2013). *Efektifitas bimbingan kelompok teknik modeling untuk meningkatkan self esteem peserta didik*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Flavell, J. . (1992). Perspectives on perspective taking. In H. Beilin & P. . Pufall (Eds.), *Piaget's theory: Prospects and possibilities* (pp. 107–139). NJ:Lawrence Erlbaum.
- Ford, J. D., & Blaustein, M. E. (2013). Systemic Self-Regulation: A Framework for Trauma-Informed Services in Residential Juvenile Justice Programs. *Journal of Family Violence*, 28(7), 665–677. <https://doi.org/10.1007/s10896-013-9538-5>
- Fox, E., & Riconscente, M. (2008). Metacognition and self-regulation in James, Piaget, and Vygotsky. *Educational Psychology Review*, 20(4), 373–389. <https://doi.org/10.1007/s10648-008-9079-2>
- Galinsky, E. (2010). *Mind in The Making : the seven essential life skills every child needs* (1st ed.). HarperCollins.
- Gazda. (1984). *Group Counseling A Developmental Approach* (3rd ed.). Allyn and Bacon. Inc.
- Gestsdottir, S., & Lerner, R. M. (2008). Positive development in adolescence: The development and role of intentional self-regulation. *Human Development*, 51(3), 202–224. <https://doi.org/10.1159/000135757>
- Gladding, S. T. (2015). *Groups : a Counseling Specialty* (Seventh). Pearson Education Inc.
- Hackney, H. L., & Cormier, S. (2013). *Professional Cousenlor, The : A Process Guide to Helping* (7th ed.). Pearson.
- Hake, R, R. (1999). *Analyzing Change/Gain Scores*. AREA-D American Education Research Association's Devison.D, Measurement and Reasearch Methodology.
- Harris, K. R. (1990). Developing Self-Regulated Learners: The Role of Private Speech and Self-Instructions. *Educational Psychologist*, 25(1), 35–49. https://doi.org/10.1207/s15326985ep2501_4
- Hastjarjo, T. D. (2019). Rancangan Eksperimen-Kuasi Quasi-Experimental Design. *Buletin Psikologi*, 27(2), 187–203. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.38619>
- Hikmah, N. (2017). *Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik Group Exercise untuk Pengembangan Regulasi Diri Remaja* [Universitas Pendidikan Indonesia]. http://repository.upi.edu/28984/4/T_BK_1402900_Chapter1.pdf
- Jacobs, E., Masson, R. L., Schimmel, C., & Harvill, R. L. (2012). *Group counseling: interventions and technique* (7th ed.). Brooks/Cole Cengage Learning.
- Jessor, R., & Jessor, S. (1977). *Problem behavior and psychosocial development: A*

longitudinal study of youth. Academic.

- Jones, R. N., Soetjipto, H. P., & Soetjipto, S. M. (2011). *Teori dan Praktik konseling dan Terapi*. Pustaka Pelajar.
- Kartadinata, S. (2011). *Menguk Tabir Bimbingan dan Konseling Sebagai Upaya Pedagogis*. UPI Press.
- Keumala, E., Nurihsan, J., & Budiamin, A. (2018). The Development of Career Learning Program with Modeling Technique to Improve Student Career Awareness. *Islamic Guidance and Counseling Journal*, 2(1), 53. <https://doi.org/10.25217/igcj.v1i2.270>
- Khafidhoh, I., Purwanto, E., & Awalya. (2015). Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Self-Regulated Learning Pada Siswa Smp N 13 Semarang. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 4(2), 92–99.
- Kholiq, A. (2020). *Program Bimbingan untuk mengembangkan Perilaku Prososial*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Komalasari, G., Wahyuni, E., & Karsih. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*. Indeks.
- Maes, S., & Karoly, P. (2005). Self-regulation assessment and intervention in physical health and illness: A review. *Applied Psychology*, 54(2), 267–299. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2005.00210.x>
- Mappiare, A. (2006). *Kamus Istilah Konseling*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Mashlihudin, Y. (2021). *Degradasi Moral Remaja Indonesia*. Pusdiklat Karakter. <https://p2kk.umm.ac.id/id/pages/detail/artikel/degradasi-moral-remaja-indonesia.html>
- McCaslin, M., & Hicky, D. . (2001). Self-regulated learning and academic achievement: A Vygotskian view. In B. . Zimmerman & D. . Schunk (Eds.), *Self-Regulated Learning And Academic Achievement* (pp. 227–252). NJ:Lawrence Erlbaum.
- McClelland, M., Geldhof, J., Morrison, F., Gestsdóttir, S., Cameron, C., Ed Bowers, Duckworth, A., Little, T., & Grammer, J. (2018). *Self Regulation*. In Handboof of Life Course Health Development. Springer. DOI 10.1007/978-3-319-47143-3
- McCullough, M., E., & Willoughby, B., L., B. (2009). Religion, Self-Regulation, And Self-Control: Associations, Explanations, And Implications. *Journal American Psychological Association*, (135) 69 –93.
- Meltzer, David E .2002. *The Relationship Between Mathematics Preparation And conceptual learning gain in physics: A possible inhidden Variablei in Diagnostic pretest scores*. Ames: Department of physics and Astronomy, Iowa State University
- Michel, A., & Oyduk, O. (2004). Willpower in a cognitive-affective processing system.

In *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications* (pp. 99–129). The Guilford Press.

- Miller, R. B., & Brickman, S. J. (2004). A model of future-oriented motivation and self-regulation. *Educational Psychology Review*, 16(1), 9–33. <https://doi.org/10.1023/B:EDPR.0000012343.96370.39>
- Miller, W. ., & Brown, J. . (1991). Self Regulation as a Conceptual Basis for the Prevention and Treatment of Addictive Behaviours. In N. Heather, W. . Miller, & J. Greely (Eds.), *Self-Control and the Addictive Behaviors*. Maxwell Macmillan.
- Moilanen, K. L. (2007). The adolescent Self-Regulatory inventory: The development and validation of a questionnaire of short-Term and long-term self-Regulation. *Journal of Youth and Adolescence*, 36(6), 835–848. <https://doi.org/10.1007/s10964-006-9107-9>
- Mulyani, & Yusuf, S. (2016). *Hypothetic Design of Group Guidance with Modeling Technique to Improve their Self Control by :*
- Natawidjaja. (1987). *Psikologi Pendidikan*. Rineka Cipta.
- Nurihsan, A. J. (2012). *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling* (4th ed.). Refika Aditama.
- Nursalim, M. (2014). Penerapan konseling kelompok dengan latihan regulasi diri untuk meningkatkan kemampuan pengelolaan waktu. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 04 (03), hlm. 693-700
- O'Shea, D., Buckley, F., & Halbesleben, J. (2017). Self-regulation in entrepreneurs: Integrating action, cognition, motivation, and emotions. *Organizational Psychology Review*, 7(3), 250–278. <https://doi.org/10.1177/2041386617705434>
- Ormrod, J. . (2008). *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang*. Erlangga.
- Pandey, A., Hale, D., Das, S., Goddings, A. L., Blakemore, S. J., & Viner, R. M. (2018). Effectiveness of universal self-regulation-based interventions in children and adolescents a systematic review and meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, 172(6), 566–575. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2018.0232>
- Paris, S. G., & Paris, A. H. (2001). Classroom applications of research on self-regulated learning. *Educational Psychologist*, 36(2), 89–101. https://doi.org/10.1207/S15326985EP3602_4
- Pikunas, J. (1969). *Human Development: An Emergent Science* (3rd ed.). McGraw-Hill.
- Pinard, A. (1986). Prise de conscience. *Human Development*, 29, 341–354.

- Prayitno. (1995). *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*. Ghalia Indonesia.
- Prayitno. (2004). *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Universitas Negeri Padang.
- Ratna, L.P.(2012). *Teknik-Teknik Konseling*. Yogyakarta : CV Budi Utama.
- Roshita, I. (2014). Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modeling. *Jurnal Penelitian Tindak Kelas*, 16(2), 2–7.
- Rusmana, N. (2009). *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah (Metode, Teknik, dan Aplikasi)*. Rizqi Press.
- Salas, E., DiazGranados, D., Klein, C., Burke, C. S., Stagl, K. C., Goodwin, G. F., & Halpin, S. M. (2008). Does team training improve team performance? A meta-analysis. *Human Factors*, 50(6), 903–933. <https://doi.org/10.1518/001872008X375009>
- Sari, N. P., Setiawan, M. A., & Andriani, R. (2020). Modeling techniques in counseling in high school to improve the behavior prosocial. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 8(2), 92. <https://doi.org/10.29210/139600>
- Schunk, D. H. (2012). *Learning Theories: An Educational Perspective*. Pearson Education Inc.
- Schunk, D. H., & Zimmerman, B. J. (1994). *Self-regulation of learning and performance: Issues and educational applications*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Seniasih, N. L. L., Suranata, K., & ... (2019). Effectiveness Behavioral Counseling Ivan Pavlov Modeling Techniques on Lesson Study Setting to Improve Allied Characters. ... *Conference on Technology ...*, 1, 170–174. <https://series.gci.or.id/article/45/1/icestech-2019>
- Shofiah, N., Suhendri, S., & Lestari, F. W. (2020). The Effectiveness of Group Guidance with Modeling Techniques to Improve Students Motivation Learning. *Bisma The Journal of Counseling*, 4(1), 82. <https://doi.org/10.23887/bisma.v4i1.24085>
- Sofyan S, W. (2014). *Konseling Individual, Teori dan Praktek* (8th ed.). Alfabeta.
- Subardi. (2013). Upaya Meningkatkan Konsep Diri Siswa Dalam Belajar Melalui Teknik Modeling Dalam Bimbingan Kelompok. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 09220275, 20–28.
- Sukardi, D. K. (2008). *Pengantar Pelaksanaan Progam Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Rineka Cipta.
- Sumintono, B., & Widhiarso, W. (2014). *Aplikasi Model Rasch untuk Penelitian Ilmu-*

Ilmu Sosial (B. Trim (ed.); Revisi). Trim /komunikata Publishing House.

- Susanto, H. (2006). Mengembangkan Kemampuan Self Regulation untuk Meningkatkan Keberhasilan Akademik Siswa. *Jurnal Pendidikan Penabur*, 07, 64–71. http://www.academia.edu/download/34838935/Hal.64-71_Mengembangkan_Self_Regulation.pdf
- Tatiek, R. (2001). *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Universitas Malang. <http://kin.perpusnas.go.id/DisplayData.aspx?pId=24148&pRegionCode=JIUNMAL&pClientId=111>
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., Sears, D. O., & BS, T. W. (2009). *Psikologi Sosial* (12th ed.). Kencana.
- Trentacosta, C.J, & Shaw, D.S. (2009). Emotional Self-Regulation, Peer Rejection, and Antisocial Behavior: Developmental Associations from Early Childhood to Early Adolescence. *Journal of Applied Developmental Psychology*. Vol 30. 356–365.
- Turner, J. C. (2006). Measuring self-regulation: A focus on activity. *Educational Psychology Review*, 18(3), 293–296. <https://doi.org/10.1007/s10648-006-9022-3>
- Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. (2004). Understanding Self Regulation. In *Handbook of Self-Regulation : Research, Theory, and Applications*.
- Wiguna, T., Anindyajati, G., Kaligis, F., Ismail, R. I., Minayati, K., Hanafi, E., Murtani, B. J., Wigantara, N. A., Putra, A. A., & Pradana, K. (2020). Brief Research Report On Adolescent Mental Well-Being And School Closures During The Covid-19 Pandemic In Indonesia. *Frontiers In Psychiatry*, 11(November), 1– 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.598756>
- Winne, P. H., & Perry, N. E. (2000). Measuring Sel Regulated Learning. In M. Boekaerts, P. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of Self Regulation* (pp. 532–564). Academic Press.
- Yusuf, S. L. . (2014). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. PT Remaja Rosdakarya.
- Zimmerman, B. J. (1989). A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*, 81(3), 329–339. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.3.329>
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory into Practice*, 41(2), 64–70. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2
- Zimmerman, B. J., Bandura, A., & Martinez-Pons, M. (1992). Self-Motivation for Academic Attainment: The Role of Self-Efficacy Beliefs and Personal Goal Setting. *American Educational Research Journal*, 29(3), 663–676. <https://doi.org/10.3102/00028312029003663>

Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (1989). *Self-Regulated Learning and Academic Achievement: Theoretical Perspectives* (B. J. Zimmerman & D. H. Schunk (eds.); 1st ed.). Springer-Verlag. <https://doi.org/10.1007/978-1-4612-3618-4>