

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab satu dipaparkan mengenai latar belakang masalah, identifikasi rumusan masalah, tujuan, manfaat penelitian, serta sistematika penulisan berdasarkan pedoman karya ilmiah Universitas Pendidikan Indonesia.

1.1. Latar Belakang Masalah

Perkembangan zaman membuat fenomena kehidupan manusia yang semakin kompleks, dari perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang pesat, penggunaan media sosial yang masif dan perubahan besar-besaran lainnya membuat masyarakat dunia telah memasuki era disruptif (Kholiq, 2020). Fenomena yang terjadi bertambah kompleks dengan adanya situasi darurat penyebaran dan penularan pandemi Covid-19 yang tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik tetapi pada berbagai tatanan kehidupan baik dari aspek ekonomi, sosial, pendidikan dan kesehatan mental yang menyebabkan kebijakan jarak sosial, karantina sosial, juga pembelajaran jarak jauh menjadi hal yang harus dilakukan. Remaja yang menghadapi masa perkembangan ketika kondisi dan kebijakan karena pandemi adalah hal yang akan benar-benar menguji tonggak perkembangan masa remaja (Wiguna, dkk., 2020).

Perubahan yang terjadi menuntut remaja untuk cermat beradaptasi baik perannya sebagai individu, anggota masyarakat, juga sebagai peserta didik. Jalan adaptasi yang tidak selalu berjalan mulus, Wiguna, dkk (2020) menemukan proporsi remaja yang berisiko mengalami masalah hubungan sebaya, masalah perilaku pro sosial, masalah perilaku lainnya cukup tinggi. Padahal remaja sudah harus mampu menghindari dan mengatasi permasalahan-permasalahan remaja yang cukup kompleks seiring dengan masa transisi dengan capaian pengembangan diri yang utuh (Yusuf, 2014). Salah satu cara untuk mencapai kepribadian yang utuh, individu harus memiliki salah satu unsur kemampuan diri yang penting yaitu kemampuan regulasi diri (*self-regulation*) (Pikunas, 1969).

Regulasi diri merupakan proses belajar yang terjadi karena pengaruh dari pemikiran, perasaan, strategi, dan perilaku individu yang berorientasi pada pencapaian tujuan (Zimmerman & Schunk, 1989), sehingga dengan regulasi diri individu mampu

menerima informasi terkait tujuan yang dimiliki, mengevaluasi perilaku diri, memiliki keinginan dan mencari alternatif untuk mengubah tingkah laku, serta menunda kepuasan jangka pendek guna mencapai hasil yang diinginkan di masa mendatang (Miller & Brown, 1991). Regulasi diri menjadi kunci untuk memahami berbagai aspek fungsi psikologis, juga sebagai upaya memperbaiki cara hidup individu dalam menghadapi kesulitan tugas perkembangannya (Baumeister & Vohs, 2004). Regulasi diri merupakan konstruk psikologis yang mencakup berbagai kompetensi penting bagi perkembangan remaja, termasuk di dalamnya kapasitas mengendalikan emosi, kemampuan untuk memiliki interaksi positif dengan lingkungan, kapasitas untuk menghindari tindakan yang tidak pantas atau agresif, dan kemampuan untuk melakukan pembelajaran mandiri (Pandey, dkk., 2018).

Pengembangan kemampuan regulasi diri pada masa remaja merupakan titik awal berkenaan dengan perubahan yang terjadi selama tahapan perkembangan (McClelland, Megan, dkk., 2018). Masa remaja merupakan suatu “periode kritis tetapi strategis” untuk dibina (BKKBN, 2013), sehingga pengembangan kemampuan regulasi diri pada remaja perlu menjadi perhatian. Regulasi diri pada perkembangan masa remaja menjadi konsep diri yang membuat remaja dapat mencapai perkembangan yang optimal.

Remaja dengan keterampilan regulasi yang tinggi akan mudah mengatur dan mengelola diri baik dalam aspek kognitif, emosi dan perilaku, menjalankan tugas perkembangan dengan bertanggungjawab, disiplin, patuh pada peraturan, sebagai contoh tidak bolos, tidak membuat kerusuhan, dan tidak terlambat dalam melaksanakan tugas. Hasil penelitian Trentacosta & Shaw (2009) menunjukkan regulasi diri menjadi kunci mampu atau tidaknya seorang individu dapat mengendalikan dirinya dari perilaku amoral, maladaptif dan juga menjadi kontrol dari keadaan lingkungan dan impuls emosional yang sekiranya dapat mengganggu perkembangan individu.

Hasil temuan dari studi pendahuluan di SMK Negeri 2 Garut melalui wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling, observasi kelas serta dokumentasi laporan keadaan siswa asuh per Januari – Februari 2020 terdapat 40% siswa yang memiliki tugas perbaikan nilai dari hasil belajar pada semester sebelumnya.

Dibuktikan dengan tidak memenuhi KKM (kriteria ketuntasan minimal) setelah pembagian rapor dan semester ganjil berakhir. Catatan wali kelas pada guru bimbingan dan konseling menunjukkan banyaknya keterlambatan dalam pengerjaan dan pengumpulan tugas akademik. Sistem pembelajaran sekolah yang menggunakan *moving class* menjadi kesempatan bagi beberapa siswa untuk bolos pada jam dan mata pelajaran tertentu untuk hanya sekedar nongkrong di kantin, dengan alasan jenuh dan kurang motivasi belajar. Terdapat catatan kasus *bullying*, senioritas, tawuran antarkelompok, antarkelas, hingga antarsekolah yang dipersepsi sebagai sebuah ‘kebanggaan’ oleh sebagian siswa. Data yang diperoleh dari laporan perkembangan pada bidang karier menunjukkan data bahwa sejak tahun 2018 hingga 2020, daftar lulusan yang lolos masuk PTN menurun (10 orang yang lolos SNMPTN di tahun 2018, 7 orang yang lolos SNMPTN ditahun 2019, dan 5 orang ditahun 2020), serta rendahnya partisipasi calon lulusan dalam penjangkaran rekrutmen perusahaan di BKK (bursa kerja khusus). Permasalahan yang terjadi pada temuan lapangan menggambarkan para remaja yang mengalami kesulitan mencapai tugas perkembangan sampai pada menimbulkan *problem behaviour*.

Berdasarkan laporan terakhir bimbingan dan konseling SMKN 2 Garut semester ganjil 2021/2022 permasalahan yang terjadi pada peserta didik SMKN 2 Garut pada masa pandemi memiliki kecenderungan yang sama yakni permasalahan mengenai kehadiran, tugas, keikutsertaan dalam ujian hingga ketidaktuntasan nilai hasil belajar (rapor). Fakta tersebut didukung dengan hasil sebaran *pretest* yang dilakukan pada siswa kelas X dan siswa kelas XI SMKN 2 Garut Tahun Ajaran 2021/2022 diperoleh hasil terdapat 30% siswa yang memiliki regulasi diri dengan kategori rendah, 62% siswa yang memiliki regulasi diri dengan kategori sedang, dan 8% siswa yang memiliki regulasi diri dengan kategori tinggi. Informasi yang diperoleh berdasarkan aspek kognitif, perilaku, dan emosi yaitu rata-rata berada pada kategori sedang yang dapat diasumsikan bahwa sebagian besar siswa memiliki profil regulasi diri yang cukup namun pengembangan keterampilan regulasi diri belum optimal.

Menurut Mc Clelland (2018), ketika remaja tidak dapat mencapai penyesuaian tugas-tugas perkembangan hingga timbul masalah-masalah perilaku seperti kenakalan, hal tersebut menunjukkan rendahnya kemampuan meregulasi diri pada remaja.

Individu yang memiliki kecenderungan kemampuan regulasi diri rendah, cenderung berperilaku tidak disiplin, memiliki efikasi yang rendah, memiliki minat yang rendah, terlambat mengerjakan tugas, tidak memiliki tujuan yang jelas, salah suai (*maladjustment*) dan tidak mampu mengatur dan mengendalikan diri secara baik dan tepat (Susetyo, dkk., 2012). Pemaparan mengenai masalah perilaku terjadi karena terindikasi rendahnya regulasi diri yang terdapat pada remaja, dan menjadi penting dalam perhatian pengembangannya (Amdani, 2017).

Pengembangan regulasi diri bukan sesuatu yang dapat muncul begitu saja tetapi dapat dipelajari dan ditelusuri penyebab dan penghambat pengembangannya (McCullough & Willoughby, 2009). Setiap peserta didik memiliki regulasi diri yang berbeda, termasuk motif, metode yang digunakan, hasil yang tampak dari usaha yang dilakukan, dan sumber lingkungan yang digunakan (Boekaerts et al., 2000). Berawal dari pembelajaran yang didapati dari lingkungan keluarga, lingkungan sekolah hingga pengaruh dari aturan agama hingga nilai yang didapat dalam masyarakat.

Lingkungan sekolah memiliki peranan penting dalam pembentukan kematangan moral dan karakter peserta didik bukan hanya pada kegiatan transfer ilmu pengetahuan, tetapi secara sistematis melaksanakan pengajaran, bimbingan, dan latihan dalam rangka membantu peserta didik supaya mampu mengembangkan potensinya, baik berkenaan dengan aspek moral, spiritual, intelektual, emosional, maupun, sosial (Mashlihudin, 2021). Sesuai dengan Peraturan Pemerintah No. 66 tahun 2010 pasal 1 ayat 15 sekolah menengah kejuruan (SMK) merupakan lembaga pendidikan formal dengan bidang keahlian tertentu di tingkat menengah yang memiliki tugas untuk mempersiapkan peserta didiknya dengan pengetahuan, keterampilan, sikap serta nilai-nilai yang diperlukan dalam dunia kerja agar dapat bekerja sesuai dengan kompetensi dan program keahlian, baik secara individu maupun kelompok. Sekolah menengah kejuruan diharapkan untuk mampu menghasilkan lulusan yang siap kerja sesuai dengan bidang keahlian yang ditekuni, sehingga kesuksesan siswa dari baik dalam bidang belajar pribadi, sosial, dan karier jelas menjadi fokus utama proses Pendidikan yang berlangsung. Fokus utama tujuan adanya sekolah menengah kejuruan yang disebutkan menjadi pengingat bahwa regulasi diri menjadi hal penting dalam mencapai aspek perkembangan yang optimal.

Pendidik juga perlu mengambil peran untuk membantu siswa menjadi pembelajar yang termotivasi dan mandiri (R. B. Miller & Brickman, 2004), sehingga harus ada upaya untuk mendorong siswa berkomitmen pada tujuan pendidikan dan kehidupan yang bermakna, berusaha untuk mengambil manfaat dari pengalaman, memantau kemajuan menuju tujuan, membuat penyesuaian, dan membangun tujuan hidup yang lebih besar sebagai aktualisasi diri dalam mencapai kebahagiaan dan kemandirian. Upaya pengembangan regulasi diri dapat difasilitasi melalui layanan bimbingan dan konseling. Bimbingan dan konseling yang terintegrasi di dalam pendidikan yang bertujuan membantu manusia mencapai kemandirian, membantu manusia agar mampu menolong diri sendiri (Kartadinata, 2011). Layanan pendidikan atau kesehatan mental seperti kelompok, kelas, konseling, terapi, mengajarkan konsep atau keterampilan dasar, pembinaan untuk memfasilitasi praktik dan penerapan keterampilan, meningkatkan motivasi dan kepercayaan, pengobatan yang mengurangi ketidakstabilan afektif, kognitif, atau biologis dapat memberi peserta didik remaja persiapan dan bimbingan agar dapat mengembangkan regulasi diri yang optimal (Ford & Blaustein, 2013). Bantuan psikologis diberikan oleh konselor atau pembimbing dimaksudkan untuk agar individu (peserta didik remaja) dapat mengembangkan potensi diri atau mencapai tugas-tugas perkembangan.

Pelatihan pengembangan regulasi diri mengacu pada latihan kelompok untuk membantu antar individu mengendalikan perilaku pribadi di berbagai tempat dan situasi sebagai strategi generalisasi yang meluas pada penciptaan pola perilaku baru (Grove & Brooks, 1994). Strategi dalam meningkatkan regulasi diri lebih efektif jika digunakan dalam kelompok (Al-qamash, 2013). Bimbingan kelompok mengupayakan perubahan sikap dalam perilaku secara tidak langsung, melalui penyampaian informasi yang menekankan pengolahan kognitif oleh para peserta sehingga mereka dapat menerapkan secara mandiri suatu pendekatan kognitif tentang informasi yang diberikan kepada anggota kelompok (Winkel, 2004). Strategi bimbingan kelompok dapat memfasilitasi peserta didik untuk mengembangkan dirinya dalam menciptakan tingkah laku baru yang positif. Bimbingan kelompok untuk meningkatkan regulasi diri dapat menggunakan beberapa teknik seperti pelatihan (*exercises*), pemodelan (*modeling*) dan *coping* (Baumeister et al., 2006; Ford & Blaustein, 2013).

Bimbingan kelompok dengan teknik modeling dipilih sebagai cara dalam pengembangan regulasi diri karena teknik modeling efektif untuk meningkatkan *self esteem*, konsep diri, dan kedisiplinan peserta didik (Fajrin, 2013; Mulyani & Yusuf, 2016; Roshita, 2014; Subardi, 2013). Teknik modeling tidak sekedar menirukan atau mengulangi apa yang dilakukan model (orang lain), tetapi modeling melibatkan penambahan dan atau pengurangan tingkah laku yang teramati, menganalisis berbagai pengamatan sekaligus, melibatkan proses kognitif (Alwisol, 2009).

Teknik modeling dengan konten media video dapat mengonstruksi pola pikir remaja karena pancaindra secara langsung menyerap informasi yang diterima (Keumala, dkk., 2018). Perubahan dan pengembangan karakter remaja dapat dilakukan dalam proses pengembangan regulasi diri dengan teknik modeling. Teknik modeling dapat mengubah pola pikir siswa atau perlakuan yang akan diikuti dengan perubahan perilaku. Teknik modeling juga dapat digunakan menggunakan aktor yang diperankan oleh para remaja selama pembelajaran berlangsung, sehingga bimbingan kelompok dijadikan strategi dalam penggunaan teknik modeling (Sari, dkk., 2020; Seniasih, dkk., 2019). Tujuan dari modeling yaitu untuk menghilangkan perilaku tertentu dan untuk membentuk perilaku baru (Sofyan S, 2014). Melalui teknik modeling siswa akan menemukan perilaku baru yang dapat memberikan contoh sebagai motivasi dalam dirinya sehingga dapat meningkatkan regulasi diri siswa.

Penguasaan dan perolehan kemandirian diri pada seorang individu tidak dapat dilepaskan dari adanya regulasi diri. Peserta didik dalam proses perkembangannya tidak terlepas dari peran sekolah, termasuk layanan Bimbingan dan Konseling yang memiliki peran dalam membantu peserta didik untuk mencapai tugas perkembangan terutama dalam memandirikan peserta didik sesuai Permendikbud No.111 Tahun 2014. Serangkaian kegiatan yang terangkum secara sistematis dalam kerangka program layanan bimbingan dan konseling melalui teknik untuk mengembangkan regulasi diri siswa perlu dilakukan. Berdasarkan kebutuhan pengembangan regulasi diri remaja, peneliti mengkaji dengan detail tentang pengembangan regulasi diri siswa di SMK Negeri 2 Garut melalui pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik modeling.

1.2. Identifikasi dan Rumusan Masalah

Penguasaan kompetensi regulasi diri merupakan tugas perkembangan sepanjang hayat yang penting untuk meningkatkan fungsi manusia (Bandura, 1988; Schunck & Zimmerman, 1997). Regulasi diri mengacu pada proses kognitif dan perilaku terutama kehendak melalui mana seorang individu mempertahankan tingkat gairah emosional, motivasi, dan kognitif yang kondusif untuk penyesuaian dan adaptasi positif, seperti yang direfleksikan dalam hubungan-hubungan sosial, produktivitas, pencapaian, dan perasaan diri positif (Derryberry & Reed, 1996). Regulasi diri dapat membantu seseorang untuk mengatur pikiran, emosinya dan perilaku seseorang untuk menuju kesuksesan dilingkungan sekolah, pekerjaan dan kehidupannya (Galinsky, 2010). Kajian pengembangan regulasi diri menjadi penting karena kompetensi regulasi diri tidak hanya untuk mengatur perilaku terhadap kemungkinan dari pengaruh lingkungan, tetapi juga pengetahuan dan perasaan untuk menjadikan perilaku tersebut sesuai dengan konteks, standar, dan aturan yang berlaku di masyarakat.

Pandangan James meyakini regulasi diri merupakan penekanan pada hubungan antara pembiasaan diri dan keinginan, kaitannya dengan pengaturan diri, kontrol pikiran dan perilaku kita sendiri. Pengalaman seseorang tentang diri sendiri sebagai pemikir, aktor, dan pembelajar sosial adalah keseluruhan paket — perasaan, motif, dan pikiran (Fox & Riconscente, 2008; Michel & Oyduk, 2004). Piaget mengemukakan regulasi diri dapat membuat individu mengenal diri sendiri, sehingga juga dapat mengetahui dunia dan mengenal orang lain (Brown, 1987; Flavell, 1992; Fox & Riconscente, 2008; Harris, 1990; Pinard, 1986). Pada perspektif Vygotsky, regulasi diri mengambil bentuk kontrol yang disengaja dari perhatian, pikiran, dan tindakan seseorang merupakan karakteristik esensial dari perilaku manusia yang dicapai melalui kekuatan sosial sistem rangsangan (Fox & Riconscente, 2008; Harris, 1990; McCaslin & Hicky, 2001).

Gambaran yang merangkum kompetensi regulasi diri dijelaskan oleh Zimmerman (1989, 2002) melalui model penyebab resiprok triadik yang terdiri atas perilaku, lingkungan, dan faktor-faktor kepribadian, manusia memiliki kapasitas untuk mengatur hidup sendiri. Manusia dapat mentransformasi kejadian yang sudah berlalu menjadi cara-cara yang relatif konsisten untuk mengevaluasi dan meregulasi

lingkungan sosial-budaya. Individu yang tidak memiliki kemampuan mengatur diri, hanya akan sanggup bereaksi terhadap pengalaman-pengalaman indrawi saja sehingga tidak mampu mengantisipasi peristiwa, menciptakan gagasan baru atau menggunakan standar-standar internal untuk mengevaluasi diri. Aspek yang terkandung dalam regulasi diri mencakup aspek pikiran, emosi dan perilaku sebagai suatu kesatuan proses regulasi diri.

Penelitian regulasi diri yang berkaitan tentang kemampuan individu dalam mengatur diri dengan perpaduan aspek internal diri dan lingkungannya untuk mencapai target yang diinginkan, dipengaruhi oleh faktor intrinsik dan dukungan sosial (Hikmah, 2017). Penelitian Chung membuktikan regulasi diri dapat dipengaruhi oleh intervensi luar (Chung & Yuen, 2011). Strategi dan pembelajaran kolaboratif, membuat proses belajar lebih eksplisit dan secara aktif mendorong pengembangan regulasi diri. Lingkungan berpengaruh terhadap pengembangan regulasi diri, umpan balik adalah salah satu yang paling penting. Umpan balik (*feedback*) internal mengacu pada kesadaran individu pada usaha dan hasil dari kegiatan yang telah dilakukan. Umpan balik eksternal mengacu pada kontribusi teman sebaya (sebagai kelompok kolaboratif) dan respons lingkungan sosial (Carver & Scheier, 2000).

Ellington & Dierdorff (2014) mengungkapkan secara khusus, performa kelompok dan kualitas kerja sama kelompok memberikan dampak positif terhadap peningkatan regulasi diri siswa. Strategi pembelajaran yang diberikan dalam *setting* kelompok dipercaya dapat membantu peningkatan regulasi diri dan pemahaman siswa terhadap konten pembelajaran. Intervensi kelompok berpengaruh positif terhadap hasil yang ingin dicapai dari setiap anggota kelompok, mencakup hasil kognitif, afektif, proses kerja sama, dan performa kelompok (Salas, dkk., 2008). Pengaturan dalam bentuk kelompok dapat berpengaruh positif dan negatif pada tingkat pencapaian pembelajaran dan perilaku individu (Ellington & Dierdorff, 2014). Kondisi kelompok yang dapat berpengaruh positif ataupun negatif, Laughlin, dkk. (2008) mengungkapkan pembelajaran dengan *setting* kelompok memicu individu untuk belajar keterampilan pemecahan masalah (*problem solving*).

Penelitian terdahulu mengenai regulasi diri pada remaja mendorong peneliti untuk menguji coba upaya pengembangan regulasi diri menggunakan teknik

bimbingan kelompok yang dapat membantu remaja dalam mencapai regulasi diri yang tinggi. Teknik bimbingan kelompok untuk meningkatkan regulasi diri dapat menggunakan beberapa teknik seperti pelatihan (*exercises*), pemodelan (*modeling*) (Baumeister et al., 2006; Ford & Blaustein, 2013). Teknik *exercise* dapat menghasilkan peningkatan kompetensi regulasi diri, namun membuat orang rentan terhadap depresi ego, sehingga teknik *exercise* yang berbeda tidak secara seragam efektif untuk meningkatkan regulasi diri (Baumeister et al., 2006). Salah satu teknik bimbingan kelompok lainnya yang dapat digunakan untuk meningkatkan regulasi diri dalam belajar yaitu melalui teknik modeling. Zimmerman (1989) menyatakan modeling dapat digunakan sebagai strategi untuk meningkatkan regulasi diri dalam belajar peserta didik. Lapan dalam Sunawan (2011) memaparkan beberapa strategi yang dapat digunakan oleh konselor dalam meningkatkan regulasi diri yaitu strategi pelatihan, modeling, berpraktik dengan teman-teman sebaya, memantau siswa dengan mengevaluasi penerapan berbagai strategi.

Bandura dalam Feist (2008) memberikan pernyataan teknik modeling melibatkan proses-proses kognitif, peserta didik tidak hanya meniru, lebih dari sekedar menyesuaikan diri dengan tindakan orang lain karena sudah melibatkan representasi informasi secara simbolis dan menyimpannya untuk digunakan di masa depan. Penerapan teknik modeling diharapkan dapat menjadi alternatif teknik yang mampu meningkatkan regulasi diri remaja. *Output* yang diharapkan dari pelaksanaan teknik modeling remaja memiliki kesadaran diri, penerimaan diri, pengendalian diri, dapat tumbuh menjadi individu yang memiliki optimisme, kedisiplinan, kontrol diri yang baik, bertanggung jawab, mandiri dan memiliki kematangan kepribadian secara utuh dalam menjalani kehidupan. Teknik modeling yaitu teknik yang menekankan pada pelibatan penambahan dan atau pengurangan tingkah laku yang teramati, menggeneralisir berbagai pengamatan sekaligus, melibatkan proses kognitif, bukan sekedar menirukan atau mengulangi apa yang dilakukan orang model (orang lain) (Alwisol, 2009).

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maka penelitian yang dilakukan bermaksud mengembangkan regulasi diri remaja dengan rumusan masalah dalam penelitian adalah pengembangan regulasi diri siswa melalui bimbingan

kelompok dengan teknik modeling. Rumusan masalah diturunkan dalam pertanyaan penelitian:

1. Apakah bimbingan kelompok dengan teknik modeling berpengaruh terhadap pengembangan regulasi diri siswa di SMK Negeri 2 Garut?
2. Apakah bimbingan kelompok dengan teknik modeling berpengaruh pada pengembangan seluruh aspek regulasi diri siswa di SMK Negeri 2 Garut?

1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan pertanyaan penelitian, tujuan penelitian secara umum adalah mengembangkan regulasi diri remaja. Tujuan khusus penelitian ialah untuk mengetahui hasil temuan mengenai:

1. pengaruh pelaksanaan bimbingan kelompok dengan Teknik modeling terhadap pengembangan regulasi diri remaja pada siswa SMK Negeri 2 Garut; dan
2. pengaruh pelaksanaan bimbingan kelompok dengan Teknik modeling terhadap setiap aspek regulasi diri remaja pada siswa SMK Negeri 2 Garut.

1.4. Manfaat Penelitian

Penelitian dilakukan dengan kerja sama antara peneliti dan guru bimbingan dan konseling di sekolah. Hasil penelitian diharapkan mampu memberikan manfaat teoritis dan manfaat praktis.

a. Manfaat Teoretis

Penelitian yang dilakukan mengonfirmasi dan mengembangkan teori regulasi diri pada remaja berdasarkan karakteristik dan profil regulasi diri remaja di lokasi penelitian. Penelitian diharapkan dapat menambah wawasan mengenai strategi pengembangan regulasi diri remaja khususnya melalui layanan bimbingan dan konseling.

b. Manfaat Praktis

1) Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Penelitian diharapkan dapat dijadikan bahan pengembangan program layanan bimbingan dan konseling di sekolah baik dalam penentuan alternatif strategi maupun teknik dalam memfasilitasi perkembangan regulasi diri remaja di sekolah sebagai siswa.

2) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian diharapkan dapat dijadikan dasar untuk pengembangan penelitian lebih lanjut mengenai Regulasi Diri.

1.5. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan tesis yang disusun terdiri dari lima bab yaitu; Bab I terdiri dari pendahuluan, yang berisi tentang latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi tesis. Selanjutnya Bab II terdiri dari kajian pustaka, berisi tentang konsep regulasi diri, konsep bimbingan kelompok, peningkatan regulasi diri melalui bimbingan kelompok dengan teknik modeling, kerangka berpikir, dan hipotesis. Kemudian Bab III berisi metode dan desain penelitian, partisipan penelitian, definisi operasional, instrumen penelitian, kisi-kisi instrumen, prosedur penelitian, dan teknik analisis data. Kemudian Bab IV berisi hasil temuan dan pembahasan. Kemudian terakhir Bab V berisi simpulan, implikasi, dan rekomendasi.