



## EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *HOME ROOM* TERHADAP *SELF CONTROL* SISWA MAN 1 MEDAN

Siti Nur Halimah<sup>1</sup>, Abdul Aziz Rusman<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan, Indonesia  
[siti0303202005@uinsu.ac.id](mailto:siti0303202005@uinsu.ac.id)<sup>1</sup>, [azizrusman@uinsu.ac.id](mailto:azizrusman@uinsu.ac.id)<sup>2</sup>

Corresponding Author: Siti Nur Halimah  
DOI: <http://dx.doi.org/10.30829/tar.v31i1.3584>

### ARTICLE INFO

#### Article History

Received: May 31, 2024

Revised: June 18, 2024

Accepted: June 30, 2024

#### Keywords

Group Guidance,  
Home Room,  
Self-Control.

#### Kata Kunci

Bimbingan Kelompok,  
Home Room,  
Kontrol Diri.

### ABSTRACT

The low ability of self-control will affect someone's behavior. Students with low self-control will have an impact on developmental tasks related to personal life, learning, socializing, and career. The purpose of this research is to determine the effectiveness of the home room group counseling services technique in improving the self-control of grade XI IIK students at MAN 1 Medan. This study used an experimental method with a one-group pretest-posttest design. The sampling technique used purposive sampling, where samples were taken based on predetermined criteria. Based on the pretest results obtained, there were 8 counselees who became research samples. In this study, data analysis used the Wilcoxon signed ranks test. Based on the data analysis conducted, the Wilcoxon signed ranks test resulted in an Asymp. Sig (2-tailed) of 0.012. Therefore, it can be concluded that the implementation of home room group counseling services can improve students' self-control, such as in decision-making where clients will consider the consequences, clients find it easier to make decisions, and can control themselves in using their phones during class hours.

### ABSTRAK

Rendahnya kemampuan self control akan mempengaruhi tingkahlaku seseorang. Siswa dengan self ontrol rendah akan berdampak pada tugas perkemabangan yang menyangkut dalam kehidupan pribadi, belajar, sosial dan karirnya. Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat efektivitas layanan bimbingan kelompok teknik home room dalam meningkatkan self control siswa kelas XI IIK MAN 1 Medan. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain penelitian one group pretest posttest design. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, yakni sampel diambil berdasarkan kriteria yang telah ditentukan. Berdasarkan hasil pretest yang diperoleh terdapat 8 orang konseli yang menjadi sampel penelitian. Dalam penelitian ini metode analisis data menggunakan uji Wilcoxon signed ranks test. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, diperoleh hasil uji Wilcoxon signed ranks test Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,012. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik home room dapat

meningkatkan self control siswa, seperti dalam mengambil keputusan klien akan memikirkan dampak yang terjadi, klien lebih mudah dalam mengambil keputusan dan dapat mengendalikan diri dalam menggunakan handphone ketika jam pelajaran berlangsung.

## Pendahuluan

Setiap individu memiliki perilaku yang unik, perbedaan tersebut dipengaruhi oleh perbedaan cara berpikir dan berperilaku antar individu. Baik atau tidaknya seseorang berperilaku akan mempengaruhi *self control* pribadinya. Menurut (Ma'ruf, 2019) *Self control* merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan dan mengarahkan pemikiran, emosi dan perilaku guna menghasilkan suatu konsekuensi yang positif. Selanjutnya Menurut (Majid dkk., 2019) *self control* merupakan bentuk keadaan mental yang berpengaruh terhadap pembentukan tingkahlaku. Kemudian (Juliawati dkk., 2020) mengemukakan *Self control* ialah keterampilan seseorang dalam mengarahkan diri atas perilaku dirinya, hal ini bisa terjadi ketika seseorang berusaha mengubah cara mereka berpikir, merasakan, atau berperilaku. Seseorang dengan *self control* rendah tidak akan mampu mempertimbangkan akibat yang akan dihadapinya, berdampak kepada ketidakmampuan dalam memilih tindakan yang tepat (Pahlawati dkk., 2021). Kontrol diri yang lemah merupakan salah satu penyebab kenakalan remaja (Hidayah, 2020). Kemudian (Wahyuni dkk., 2020) menjelaskan bahwa individu dengan *self control* tinggi akan dapat mengarahkan dirinya kearah yang lebih baik dengan menerima keadaan lingkungannya sehingga tidak memunculkan perilaku marah dan dapat membuat keputusan dengan baik terhadap permasalahan yang dihadapi.

Pendapat di atas sejalan dengan (Lubis dkk., 2023) bahwa Individu dengan kontrol diri yang tinggi dapat memahami dampak dari tindakannya. artinya, individu dengan *self control* yang baik pasti tidak berperilaku gegabah supaya tidak merugikan diri sendiri. Menurut Gufron & Risnawita (2022) mendefinisikan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan seseorang agar peka membaca situasi dan lingkungannya. Kemudian menjelaskan bahwa terdapat tiga aspek *self control* atau kontrol diri yaitu: pertama, *behavior control* atau kontrol perilaku adalah kemampuan dalam mengendalikan perilaku diri sendiri, Kedua, *kognitif control* adalah kemampuan dalam memikirkan segala sesuatu tindakan yang sedang atau akan terjadi. Ketiga, *decisional control* adalah kemampuan dalam membuat keputusan dengan penuh pertimbangan dalam menentukan pilihan yang ada pada situasi individu saat sekarang atau kedepannya.

Observasi awal yang dilakukan terdapat peserta didik masih memiliki *self control* rendah terlihat dari siswa yang masih datang terlambat, mengerjakan tugas di sekolah dan menggunakan *handphone* ketika jam pelajaran berlangsung. Kurangnya kemampuan dalam mengendalikan diri (*self control*) merupakan masalah yang sering timbul pada peserta didik. Hal ini dapat di perhatikan dari perilaku siswa yang tidak disiplin. Jika kondisi tersebut dialami siswa dalam berlarut-larut, akan berdampak pada tugas perkemabangan yang menyangkut dalam kehidupan pribadi, belajar, sosial dan karirnya. Jadi, Melihat fenomena di atas yang berperan penting dalam memberikan bimbingan dalam membantu mengembangkan karakter, moralitas, pengetahuan dan keterampilan siswa yaitu guru bimbingan dan konseling (BK).

Guru BK berperan dalam menerapkan layanan kepada siswa-siswi yang memiliki kesulitan dalam perkembangannya. Karena guru bimbingan dan konseling bertindak sebagai fasilitator dan pembimbing yang membantu peserta didik untuk mengenali dan mengelola emosi mereka, mengembangkan keterampilan pengambilan keputusan, serta membangun disiplin diri yang kuat (Miskanik & Susiati, 2023). Dalam bimbingan dan konseling ada sepuluh layanan yang dapat membantu peserta didik dalam memberi solusi atas permasalahan yang dialami, diantaranya: (1) Layanan orientasi (2) Informasi (3) Penempatan dan penyaluran (5) Penguasaan konten (6) Konseling individual (7) Bimbingan kelompok (8) Konseling kelompok

(9) Konsultasi (10) Mediasi dan advokasi (Harahap, 2017). Berkaitan dengan permasalahan yang di alami siswa yakni rendahnya *self control* dalam diri, terdapat suatu layanan yang dapat membantu dalam meningkatkan *self control* siswa yaitu dengan layanan bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok merupakan suatu pemberian informasi dengan topik tertentu baik terkait dengan pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial (Hartanti, 2022). Sejalan dengan pendapat (Lailan Maharani & Sri Wahyuni, 2023) layanan bimbingan kelompok adalah kegiatan yang dilakukan oleh suatu kelompok dengan menggunakan getaran kolektif, maksudnya semua individu yang berkumpul dalam kegiatan administrasi kelompok saling bekerja sama, diperbolehkan memberikan pendapat, menjawab dan memberikan ide, dan lain-lain, serta apa yang diperiksa berarmanfaat bagi kelompok tersebut.

Adapun manfaat dari pelaksanaan bimbingan kelompok diantaranya (1) Mendapatkan peluang untuk berinteraksi dengan para pelajar lainnya (2) Memberikan pesan yang diperlukan oleh para pelajar (3) Mendapatkan kesadaran terhadap tantangan yang akan dihadapinya (4) Bisa menerima diri sendiri sesudah mendapatkan kesadaran bahwasanya rekan-rekannya seringkali mengalami permasalahan serta cenderung berani untuk mengutarakan perspektifnya sendiri apabila terdapat dalam situasi kelompok (5) Diberikan peluang untuk berdiskusi mengenai sebuah hal bersama rekan-rekan (6) Dapat menerima sebuah pendapat ataupun pandangan dari individu lain (Putri Evita Sari Nasution & Alfin Siregar, 2023).

Dalam mengaplikasikan layanan bimbingan kelompok agar dapat membantu dalam menyelesaikan permasalahan siswa terkait *self control* rendah, hal yang dapat mendukung keoptimalan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yaitu dengan teknik *home room*. Menurut (Nastiti & Gumilang, 2023) menjelaskan Teknik *home room* merupakan suatu cara yang dilakukan pada luar jam pelajaran dengan sekelompok siswa dengan suasana kelompok yang penuh dengan rasa kekeluargaan, yang dipimpin oleh guru bk atau konselor. Sejalan dengan pendapat. Teknik *Home room* merupakan upaya menciptakan suasana yang hangat, akrab, menyenangkan seperti suasana dilingkungan keluarga, ketika mengadakan pertemuan kelompok dengan konseli ( (Rahmania dkk., 2022).

Dalam teknik *home room* ini ada beberapa yang menjadi ciri khas diantaranya yaitu: (1) bersifat kekeluargaan (2) bersifat terbuka (3) bebas dan menyenangkan (4) dilakukan dengan suatu kelompok (Zuhdi & As-Shodiq, 2023). Dari beberapa ciri khas tersebut maka dalam teknik *home room* ini bertujuan untuk kelompok atau peserta menjadi nyaman sehingga ia akan mampu memahami apa yang dibicarakan sehingga peserta akan mampu berpartisipasi dan mengembangkan sikap yang lebih positif.

## Metode

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain *pra-eksperimental*. Metode *eksperimental* merupakan suatu metode penelitian yang menguji pengaruh suatu *treatment* tertentu terhadap perlakuan lain dengan kondisi terkendali (Sugiono, 2010). Adapun bentuk desain yang digunakan yaitu *one group pretest posttest design* yaitu kelompok yang diberikan *pretest posttest* sebelum dan sesudah diberikan *treatment*, dengan menggunakan satu kelompok tanpa kelompok pembanding. berikut desain penelitian yang digunakan:

**Tabel. 1**  
**Desain One Group Pretest Posttest**

<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>Posttest</i>
O <sup>1</sup>	X	O <sup>2</sup>

O<sup>1</sup> = nilai *pretest* (sebelum diberi perlakuan)

$O^2$  = nilai *post test* (setelah diberi perlakuan)

X = *treatment* (perlakuan)

Variabel bebas Pada penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok teknik *home room*, sedangkan variabel terikat ialah *self control* siswa. Dalam memperoleh data awal, peneliti terlebih dahulu menyebar kuesioner ke seluruh populasi yaitu kelas XI IIK MAN 1 Medan dengan jumlah 101 peserta didik. Pengambilan sampel penelitian dipilih berdasarkan kriteria tertentu dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, diantaranya: (1) merupakan siswa kelas XI IIK, (2) ditetapkan sebagai individu dengan *self control* rendah berdasarkan hasil pengukuran skala *self control*. Hasil pengukuran skala *self control* diperoleh hasil sebanyak 8 orang siswa dengan *self control* rendah yang akan menjadi sampel dalam penelitian. Sampel dalam penelitian akan mengikuti *treatment* sebanyak 3 kali pertemuan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik *home room*. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Wilcoxon signed ranks test*. Menunjukkan bahwa jika hasil *Asymp.Sig (2-tailed)* <0,05 maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak.

### Hasil

Hasil Penelitian yang sudah dilakukan pada *pretest* yang dikumpulkan oleh peneliti melalui skala *self control* diperoleh data *self control* siswa berada pada kategori rendah dan sangat rendah. Hasil tersebut dapat dilihat dari tabel dibawah ini:

**Tabel 2**  
**Distribusi Frekuensi Dan Pretest Kategori Self Control**

Skor	Kategori	Pretest	
		F	%
Sangat tinggi	127-150	0	0%
Tinggi	103-126	0	0%
Sedang	79-102	0	0%
Rendah	55-78	7	87,5%
Sangat rendah	30-54	1	12,5%
<b>Jumlah</b>		<b>8</b>	<b>100%</b>

Tabel tersebut mengungkapkan bahwa sebelum mendapatkan *treatment*, *self control* siswa terdapat pada kategori rendah dan sangat rendah dengan persentase rendah sebesar 87,5% dan sangat rendah sebesar 12,5%, yang berjumlah 8 orang siswa. Pada penilaian kemampuan *self-control* mencerminkan bahwa peserta didik memiliki kesulitan dalam mengontrol diri pada aspek *decision control* seperti klien mudah dalam mengambil keputusan tanpa memikirkan dampak yang terjadi, klien mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan dan sulit dalam mengendalikan diri dalam menggunakan handphone ketika jam pelajaran berlangsung. Dari permasalahan diatas peneliti memberikan *treatment* untuk meningkatkan *self control* siswa dengan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik *home room* dengan topik yang sesuai dengan analisis kebutuhan siswa. Setelah memberikan *treatment*, peneliti kembali mengukur tingkat *self control* pada siswa dengan skala yang sama untuk menilai bagaimana peningkatan pada *self control* siswa setelah diberikan perlakuan tersebut. Hasil dari perlakuan tersebut sebagai berikut:

**Tabel 3**  
**Distribusi Frekuensi Dan Post-Test Kategori Self Control**

Skor	Kategori	Post test	
		F	%
Sangat tinggi	127-150	4	50%

Tinggi	103-126	4	50%
Sedang	79-102	0	0%
Rendah	55-78	0	0%
Sangat rendah	30-54	0	0%
<b>Jumlah</b>		<b>8</b>	<b>100%</b>

Pada kategori sangat tinggi, siswa menunjukkan hasil *post-tes* yang sangat baik. Sehingga terjadi peningkatan signifikan dalam tingkat *self control* siswa setelah adanya *treatment*. Pada tabel diatas terlihat bahwa dari 8 orang siswa yang mengikuti layanan bimbingan kelompok terdapat 4 siswa berada dalam kategori “sangat tinggi” dengan persentase 50% sedangkan 4 siswa lainnya masuk dalam kategori “tinggi” dengan persentase sebesar 50%. Hal ini menunjukkan bahwa setelah pemberian *treatment* diperoleh hasil data *post-test* mengalami peningkatan. Perubahan tersebut dapat dilihat dari hasil *post-test* bahwa pada aspek *decision control* klien semakin paham bawa dalam mengambil keputusan sebaiknya memikirkan dampak yang terjadi, klien lebih mudah dalam mengambil keputusan dan dapat mengendalikan diri dalam menggunakan handphone ketika jam pelajaran berlangsung. Hal ini menjelaskan bahwa siswa telah memahami materi pada pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan baik dan mampu mengaplikasikannya. Selanjutnya, dilakukan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* dengan bantuan program SPSS 25. Hasil uji tersebut sebagai berikut:

**Tabel 4**  
**Hasil Uji Wilcoxon Signed Ranks Test**

<i>Posttest-pretest</i>	Makna
Nilai Z	-2,521 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,012 Ada pengaruh

Hasil analisis uji hipotesis yang dilakukan diperoleh nilai uji *wilcoxon signed rank test* dengan Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,012. Dengan demikian  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, sehingga diperoleh bahwa dengan adanya *treatment* dengan memberikan layanan bimbingan kelompok teknik *home room* efektif meningkatkan *self control* siswa. Berdasarkan analisis data terlihat hasil skor yang berbeda pada skala *self control* sebelum dan sesudah dilakukannya *treatment*. keikutsertaan klien dalam pemberian *treatment* diperoleh peningkatan skor. Artinya dengan adanya perlakuan yang diberikan dapat membuat *self control* siswa semakin baik.

### Pembahasan

Konsisten dengan hipotesis penelitian terkait efektivitas layanan bimbingan kelompok teknik *home room* terhadap *self control* siswa. Diketahui bahwa sebelum dilakukan *treatment* terdapat peserta didik dengan *self control* rendah dan mengalami peningkatan setelah dilakukan *treatment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik *home room* efektif meningkatkan *self control* siswa.



Gambar 1. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu alternatif upaya pengentasan masalah. Adapun tujuan dari layanan bimbingan kelompok adalah melatih individu untuk melatih individu untuk berani mengemukakan pendapat dihadapan teman-teman, melatih individu dapat bersikap terbuka di dalam kelompok, melatih individu untuk membina keakraban bersama teman-teman dalam kelompok khususnya dan teman diluar kelompok pada umumnya, melatih individu untuk dapat mengendalikan diri dalam kegiatan kelompok (Armila, 2020). Teknik *home room* adalah teknik penciptaan suasana kekeluargaan yang digunakan untuk mengadakan pertemuan/bimbingan dengan sekelompok siswa diluar jam-jam pelajaran dalam suasana kekeluargaan (Istiqomah dkk., 2023). Adapun tujuan dari penggunaan teknik *home room* ialah membuat klien akrab dengan lingkungan, serta dapat memahami diri sendiri (mampu menerima kekurangan dan kelebihan diri sendiri) dan juga memahami orang lain dengan baik, siswa juga mampu berpartisipasi dalam kegiatan kelompok, memiliki kemampuan dalam mengembangkan minat serta sadar akan kepentingan sendiri (Fadila dkk., 2022).

Pemberian layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *home room* menjadi pilihan bagi peneliti dalam *treatment* yang diberikan yang bertujuan meningkatkan pemahaman siswa mengenai *self control*. Peningkatan *self control* tersebut didasarkan atas hasil perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Pada hasil *post test* peningkatan mencapai pada kategori tinggi dan sangat tinggi, dengan presentase 40% pada kategori sangat tinggi dan 40% pada kategori tinggi. Dengan demikian Pemanfaatan dinamika kelompok dengan selingan permainan berpotensi membantu meningkatkan *self control* siswa, karena kelompok yang efektif memerlukan kerja sama, etika dan sikap yang baik, serta kemandirian setiap anggotanya. Sejalan dengan pendapat (Ika Ernawati & Arbiansyah Pramudya Ahzani, 2023) bahwa pemberian layanan bimbingan kelompok intensif berpengaruh terhadap pengendalian diri peserta didik.

Dengan kemampuan *self control* yang baik, siswa diharapkan dapat mengendalikan dan menahan diri serta orang lain dari perilaku yang menyinggung dan merugikan. Orang dengan keterampilan pengendalian diri yang baik dapat mengatur perilakunya menggunakan kemampuan sendiri dan jika tidak bisa seseorang akan menggunakan sumber eksternal (Pranata dkk., 2020). Sejalan dengan pendapat (Rachmaniar, 2020) menyebutkan bahwa siswa yang memiliki kemampuan kontrol diri akan membuat keputusan dan mengambil tingkah yang efektif serta mampu menghasilkan sesuatu yang diinginkan dan menghindari akibat yang tidak diinginkan. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa peserta didik dengan *self control* tinggi pada aspek *decision control* klien semakin paham bawa dalam mengambil keputusan sebaiknya memikirkan dampak yang terjadi, klien lebih mudah dalam mengambil keputusan dan dapat mengendalikan diri dalam menggunakan handphone ketika jam pelajaran berlangsung..

Hal tersebut diperkuat berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* dan hasilnya menunjukkan nilai *signifikansi Asymp. Sig (2-tailed)*  $\leq 0,05$  yaitu 0,012. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *home room* juga efektif dalam meningkatkan *self control* siswa. Sejalan dengan hasil penelitian yang ditemukasan (Yuliamah dkk., 2021) juga menemukan hasil yang relative sama bahwa layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama terdapat peningkatkan pengendalian diri, misalnya menumbuhkan dan mengembangkan sikap atau perilaku kritis siswa dalam situasi sosial dari berbagai sudut pandang. Lebih jauh dia mengklaim bahwa layanan bimbingan kelompok dapat membantu siswa meningkatkan pengendalian diri.

### **Kesimpulan**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok teknik *home room* dalam meningkatkan *self control* pada siswa kelas XI IIK MAN 1 Medan. Pada hasil *pre-test* diketahui bahwa klien menargalami kesulitan pada aspek *decision control* seperti: mudah dalam mengambil keputusan tanpa memikirkan dampak yang terjadi, klien mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan dan sulit dalam mengendalikan diri dalam menggunakan handphone ketika jam pelajaran berlangsung. Dalam hal ini peneliti memberikan *treatment* kepada siswa yang memiliki *self control* rendah melalui pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik *home room* dengan tujuan untuk meningkatkan *self control* siswa.

Setelah pemberian *treatment* diperoleyril hasil *post-test* yang meningkat, dalam artian bahwa layanan bimbingan kelompok teknik *home room* efektif untuk meningkatkan *self control* siswa. Hal ini dapat diketahui dengan membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test* serta mengujinya dengan analisis *Wilcoxon signed ranks test* menggunakan SPSS 25. Hasil analisis uji hipotesis yang dilakukan pada taraf signifikansi 5 % diperoleh nilai 0,012. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik *home room* efektif untuk meningkatkan *self control* siswa. Peningkatan *self control* yang diperoleh dapat dilihat pada aspek *decision control* seperti: klien semakin paham bawa dalam mengambil keputusan sebaiknya memikirkan dampak yang terjadi, klien lebih mudah dalam mengambil keputusan dan dapat mengendalikan diri dalam menggunakan handphone ketika jam pelajaran berlangsung.

### **Ucapan Terima Kasih**

Ucapan terima kasih kepada Kedua orang tua tersayang, Ayahanda H. Lumba Hsb dan Ibunda Hj. Salmi Tambak yang telah menjadi orang tua terhebat. Terimakasih yang tiada terhingga atas limpahan kasih sayang dan cinta yang tulus, doa yang tak pernah putus, materi, motivasi, nasehat, perhatian, dan pengorbanan yang diberikan selalu membuat penulis selalu bersyukur telah memiliki keluarga yang luar biasa. Serta kakak dan abang (Muhammad Yusuf Hsb, Wida Yanti Hsb, Siti Khadijah Hsb, Kabul Sarmadan Hsb, Risma Yani Hsb) yang selalu menjadi motivasi terbesar dalam menyelesaikan artikel ini. Kemudian saya ucapkan terima kasih kepada bapak Abdul Aziz Rusman, Lc., M.Si., Ph.D selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penyelesaian tugas akhir ini, dan seluruh teman-teman seperjuangan saya ucapkan terimakasih karena telah memberikan doa dan dukungan sehingga terselesaikannya artikel ini.

### **Daftar Pustaka**

- Armila, A. (2020). Bimbingan Kelompok Dalam Mengatasi Stres. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 2(1), 113. <https://doi.org/10.32332/jbpi.v2i1.2056>
- Fadila, N., Saputri, D., & Zuhdi, M. S. (2022). Efektifitas Bimbingan Kelompok Teknik

- Homeroom Untuk Mengurangi Perilaku Bullying Pada Remaja. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 5(1), 63–77. <https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v5i1.6831>
- Gufron, M. N., & Risnawita, R. (2022). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Harahap, A. C. P. (2017). *Prosedur Kelompok Dalam Konseling*.
- Hartanti, J. (2022). Bimbingan Kelompok. In *Book*. Tulungagung:ud duta sablon.
- Hidayah, N. R. (2020). Kontrol Diri dan Konformitas Terhadap Kenakalan Remaja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(4), 657. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i4.5571>
- Ika Ernawati, & Arbiansyah Pramudya Ahzani. (2023). Pengaruh Bimbingan Kelompok Terhadap Pengendalian Diri Siswa Kelas VIII SMP. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(02), 349–357. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v7i02.4690>
- Istiqomah, S., Nurkholidah, E., & Pranowo, T. A. (2023). Efektivitas bimbingan kelompok teknik role playing untuk peningkatkan kepercayaan diri siswa sekolah menengah pertama. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 8(1), 138. <https://doi.org/10.29210/30033125000>
- Juliawati, D., Yandri, H., & Afrifadela, N. (2020). Self Control Belajar Siswa di Sekolah dalam Menghadapi Era Revolusi Industri 4.0. *Tarbawi : Jurnal Ilmu Pendidikan*, 16(1), 71–80. <https://doi.org/10.32939/tarbawi.v16i01.557>
- Lailan Maharani, & Sri Wahyuni. (2023). Analisis Kepekaan Sosial Pada Siswa Madrasah Aliyah Laboratorium Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(01), 189–196. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i01.5112>
- Lubis, A. E., Khairuddin, K., & OK, A. H. (2023). Upaya Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan Kontrol Diri Siswa Di Man 5 Madina. *Pema (Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 3(2), 1–9. <https://doi.org/10.56832/pema.v3i2.348>
- Ma'ruf, M. G. (2019). Hubungan Konsep Diri dan Self Control dengan Kebermaknaan Hidup. *Indonesian Psychological Research*, 1(1), 11–24. <https://doi.org/10.29080/ipr.v1i1.166>
- Majid, M. F. A. F., Nalva, M. F., & Baharuddin, B. (2019). Self Control dalam Meningkatkan Konsistensi Belajar Akademik. *KONSELING: Jurnal Ilmiah Penelitian dan Penerapannya*, 1(1), 41–48. <https://doi.org/10.31960/konseling.v1i1.339>
- Miskanik, & Susiati. (2023). Peran Guru Bimbingan Dan Konseling dalam Meningkatkan Self Control Peserta Didik SMK Bina Putra Jakarta. *Jurnal review Pendidikan Dan Pengajaran*, 6(1), 114–123. <http://pasca.um.ac.id/conferences/index.php/snbk>
- Nastiti, A. P., & Gumilang, G. S. (2023). Profil Teknik Homeroom Sebagai Strategi Jitu dalam Bimbingan Kelompok. *Prosiding SEMDIKJAR (Seminar Nasional Pendidikan dan Pembelajaran)*, 6, 852–856. <https://proceeding.unpkediri.ac.id/index.php/semdikjar/article/view/3734>
- Pahlawati, R., Hendriana, H., & Suherman, M. M. (2021). Layanan Bimbingan Kelompok Secara Daring Dengan Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa Pengguna Sosial Media Di Smp. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 4(5), 401. <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i5.8320>
- Pranata, D., Ferdiansyah, M., & Sari, S. P. (2020). Gambaran Self Control Siswa Pelanggar Tata Tertib Sekolah di SMA Negeri 1 Lubai. *Jurnal Wahana Konseling*, 3(2), 80–89. <https://doi.org/10.31851/juang.v3i2.4867>
- Putri Evita Sari Nasution, & Alfin Siregar. (2023). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Peserta Didik Kelas X Madrasah Aliyah Laboratorium UINSU Medan. *G-Couns: Jurnal Bimbingan*



- dan Konseling*, 8(01), 197–208. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i01.5115>
- Rachmaniar, A. (2020). Pengaruh kontrol diri terhadap pembuatan keputusan karier siswa. *Electronic) Pusat Kajian BK Unindra-IKI*, 7(1), 7–13. <https://doi.org/10.26539/teraputik.41281>
- Rahmania, L., Kasih, F., Kardo, R., & Barat, P. S. (n.d.). *TAFAHHAM : Jurnal Pendidikan dan Riset MENINGKATKAN KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK DI KELAS X IPS SMA PGRI 2 PADANG*. 20–25.
- Sugiono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Wahyuni, S., Faijin, & Sarbuni. (2020). Implementasi Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan Self Control Pada Peserta Didik. *Guiding World (Bimbingan Dan Konseling)*, 3(1), 1–10. <https://doi.org/10.33627/gw.v3i1.275>
- Yuliamah, Saputra, W. E. N., & Bandono. (2021). Upaya Meningkatkan Kontrol Diri melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama pada Siswa Kelas XII SMAN 1 Penawartama. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Profesi Guru FKIP Universitas Ahmad Dahlan*, 1(1), 1920–1925.
- Zuhdi, M. S., & As-Shodiq, M. J. (2023). Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Homeroom. *Jurnal Nusantara of Research*, 10(1), 99–106.