

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Allah senantiasa mengingatkan manusia untuk mengontrol diri dalam melakukan segala macam tindakan yang sejalan dengan tujuannya hidup masing-masing individu dan menyerahkan seluruh hasil yang sudah diusahakan kepada Allah bagaimanapun hasilnya, manusia hanya mendapatkan bagian untuk melakukan usaha dengan sebaik-baiknya. Allah berfirman dalam surat Al-Baqarah ayat 112:

بَلَىٰ مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ

يَحْزَنُونَ

Artinya: “(tidak demikian) bahkan barang siapa yang menyerahkan diri kepada Allah, sedang ia berbuat kebajikan, maka baginya pahala pada sisi Tuhannya dan tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati.” (QS. Al-Baqarah: 112).

Ayat di atas menjelaskan bahwa masing-masing individu mempunyai regulasi diri untuk mengatur dirinya, karena Allah pun ternyata menghendaki hamba-Nya untuk selalu mengontrol dirinya sesuai keinginan yang individu kehendaki.

Pendidikan memiliki peranan penting dalam membentuk sumber daya manusia yang berkualitas sehingga dapat bersaing mengikuti perkembangan zaman. Sekolah berperan penting dalam mencetak peserta didik yang andal dan berkompeten serta siap bersaing dalam menghadapi tuntutan zaman yang semakin maju. Proses pendidikan tidak dapat terlepas dari proses belajar, keberhasilan seseorang dalam proses pendidikan dipengaruhi oleh beberapa hal di antaranya adalah intelegensi, kepribadian, lingkungan sekolah, dan lingkungan rumah.¹

Pendidikan memiliki pengaruh terhadap masa depan setiap individu. Kualitas diri individu akan meningkat dengan adanya pendidikan. Pendidikan merupakan salah satu alat yang dapat mempengaruhi tingkah laku setiap individu. Setiap individu memiliki kemampuan untuk mengatur diri, tetapi kemampuan setiap individu untuk mengatur diri berbeda-beda. Ada individu yang mampu untuk mengatur dirinya dengan baik begitu pula sebaliknya. Kemampuan mengatur diri ini dikenal dengan sebutan regulasi diri dalam belajar.

Galinsky mengungkapkan *regulating one's thinking, emotions, and behavior is critical for succes in school, work, and life.*² Yaitu dengan adanya regulasi diri, seseorang akan mampu untuk mengatur pikiran, emosinya dan perilaku seseorang untuk menuju kesuksesan di lingkungan sekolah, pekerjaan dan kehidupannya.

¹ Nurani Soyomukti, *Teori-teori Pendidikan: Tradisional, (Neo)liberal , Marxis-sosialis, Postmodern*, (Jogjakarta: Ar-Ruz Media, 2013), Hal. 27

² Roze, Florez, Ida, *Developing your children's Self-Regulation throught Everyday Experiences. Young Children*, (2011).

Menurut Zimmerman dan Schunk yang dikutip oleh Darmayanti, teori-teori regulasi diri memfokuskan pada bagaimana pembelajar menggerakkan, mengubah, dan mempertahankan kegiatan belajar baik secara sendiri maupun pada lingkungan sosialnya, dalam konteks instruksional informal maupun formal.³ Regulasi diri terjadi bila siswa secara sistematis mengarahkan perilaku dan kognisi mereka ke arah pencapaian tujuan belajar. Pembelajar yang memiliki kemampuan regulasi diri akan menunjukkan karakteristik memiliki tujuan, bersifat strategis dan konsisten dalam belajar.⁴ Siswa yang aktif tentunya harus memiliki perilaku yang direncanakan secara terus-menerus, untuk mendapatkan prestasi yang sesuai dengan keinginannya.

Menurut Santrock, regulasi diri dapat memunculkan dan memonitor sendiri pikiran, perasaan, dan perilaku untuk mencapai suatu tujuan.⁵ Kesimpulannya dengan memiliki regulasi diri yang baik hidup akan lebih teratur dan terarah. Apabila seorang siswa memiliki regulasi diri yang seimbang maka siswa dapat mengatur dirinya dengan baik dan ia akan mampu mengontrol serta mengatur dirinya dengan baik dalam hal apa pun. Siswa yang mampu untuk mengontrol dan mengatur dirinya dapat mencapai prestasi belajar yang optimal. Regulasi diri ternyata memiliki pengaruh yang cukup besar dalam prestasi belajar. Dengan memiliki regulasi diri yang baik diharapkan siswa dapat memiliki prestasi belajar yang optimal. Namun tidak

³ Tri Darmayanti, *Efektivitas Intervensi Keterampilan Self-Regulated Learning*, (Jurnal Pendidikan Terbuka dan Jarak Jauh, volume 9, nomor 2, September 2008) hal. 71

⁴Lisya Chairan dan Subandi, *Psikologi Santri Penghafal Al-Qur'an*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hal. 14

⁵J. W. Santrock, *Psikologi Pendidikan Edisi2* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2008) hal 189

jarang kita menemukan fenomena pada remaja yang mengalami regulasi diri rendah sehingga berpengaruh pada proses kehidupannya.

Dalam hal ini, SMAI Sunan Gunung Jati Ngunut Tulungagung adalah SMAI yang berada di bawah naungan yayasan sunan giri, yang mana yayasan ini memiliki pondok pesantren yang di dalamnya dibangun sekolah umum seperti SDI, SMPI dan SMAI. Di sini pondok pesantren sebagai lembaga pendidikan keagamaan turut berperan dalam menumbuhkan regulasi diri pada siswi yang tinggal di dalamnya, karena faktor lingkungan turut berperan dalam penerapan *self regulated learning*.⁶ Amin Abdullah sebagaimana dikutip oleh Ahmad Muthohar mendeskripsikan bahwa dalam berbagai variasinya, dunia pesantren merupakan pusat persemaian, pengalaman dan sekaligus penyebaran ilmu-ilmu keislaman.⁷

Sementara itu Mastuhu sebagaimana yang dikutip pula oleh Ahmad Muthohar mendefinisikan pesantren sebagai lembaga penyaluran ilmu pendidikan agama untuk mempelajari, memahami dan mendalami, menghayati dan mengamalkan ajaran Islam dengan menekankan pentingnya moral keagamaan sebagai pedoman perilaku sehari-hari. Nilai agama akan bersemayam dalam hati para santri yang senantiasa terus dipupuk di pondok pesantren melalui sentuhan spiritual yang terus menerus, dengan bentuk kegiatan pengajian dan pengkajian kitab-kitab kuning maupun kitab-kitab putih untuk mengisi kognisinya, dan pembiasaan berperilaku sesuai yang diajarkan dalam kehidupan sehari-hari, baik karena menginternalisasi teladan

⁶ Mahmud, *Psikologi Pendidikan*, (Bandung: CV Setia, 2010) hal 93

⁷ Ahmad Muthohar, *Ideologi Pendidikan Pesantren, (pesantren Di tengah Arus Ideologi- Ideologi Pendidikan)*, (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2007) Hal 12

kiainya, sosialisasi dengan teman santri dan senior santri-santri lainnya sebagai asisten kiai, maupun karena kesadaran (*awareness*) nilai yang ia terima.⁸

Metode pengajaran di pesantren menerapkan sistem 24 jam, sehingga segala perilaku santri dapat tetap terkontrol dan terbimbing. Padatnya kegiatan di dalam pondok pesantren secara tidak langsung merupakan bentuk dari penumbuhan regulasi diri pada santri. Pada hakikatnya manusia adalah makhluk yang sadar, berpikir, merasa dan mengatur tingkah lakunya sendiri. Hubungan antara manusia dengan lingkungan bersifat saling mempengaruhi satu sama lainnya. Jadi, ketika individu tinggal di pondok pesantren, ia akan belajar menyesuaikan diri, tingkah laku atau perilakunya dengan peraturan-peraturan yang telah ditentukan di dalam pondok pesantren. Karena lama kelamaan tindakan yang dilakukan secara berulang-ulang akan menjadi sebuah kebiasaan dan akan tertanam di alam bawah sadar, dan akan menjadi sebuah kebiasaan.

Bimbingan konseling yang ada di lembaga sekolah merupakan salah satu program layanan yang diselenggarakan oleh lembaga sekolah di samping program lainnya, seperti program pelaksanaan belajar mengajar, kegiatan intra dan ekstra sekolah. Diselenggarakannya program BK sebagai bentuk tanggung jawab sekolah dalam bidang bentuk layanan bimbingan dan konseling peserta didik supaya mengenal dan memahami kondisi posisinya sebagai individu, sebagai siswi yang sedang belajar di sekolah, mengenal

⁸ *Ibid hal 12*

lingkungan dan tujuannya belajar serta diharapkan peserta didik yang mengikuti proses belajar dengan baik.

Untuk melaksanakan program BK dengan baik, BK tidak dapat berjalan sendiri tanpa keterlibatan civitas akademika yang ada di lembaga sekolah. BK memiliki wilayah-wilayah tertentu untuk menjalin relasi dengan pihak-pihak sekolah bahkan di luar sekolah. Di samping pihak-pihak internal sekolah yang perlu bekerja sama, BK juga perlu menjalin kerja sama dengan pihak atau instansi luar sekolah, seperti lembaga masyarakat, organisasi pemuda, pondok pesantren, tokoh agama dan masyarakat sekitar. Bimbingan dan Konseling sendiri memberikan layanan bantuan kepada siswi dalam upaya mencapai tugas-tugas perkembangannya secara tepat. Dalam bimbingan konseling terdapat sembilan layanan, yaitu layanan orientasi, layanan informasi, layanan penempatan dan penyaluran, layanan konseling individu, layanan pembelajaran, layanan bimbingan kelompok, layanan konsultasi dan layanan mediasi.⁹

Layanan bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok. Adapun teknik- teknik yang ada dalam bimbingan kelompok di antaranya yaitu teknik pemberian informasi (*expository*), diskusi kelompok, teknik pemecahan masalah (*problem solving*), permainan peran (*role playing*), permainan simulasi (*simulation games*), karyawisata (*field trip*), serta teknik suasana kekeluargaan *home room*.

⁹ Tatiek Romlah, *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*, (Malang UNM, 2001) Hal. 87

Dengan begitu bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik diskusi dapat membantu siswi untuk menemukan solusi dari permasalahan yang muncul pada setiap diri siswi. Model pengembangan panduan bimbingan kelompok teknik diskusi dapat dipelajari oleh konselor yang nantinya akan diterapkan kepada siswi-siswi di sekolah

Dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 10 Juli 2019, guru Bimbingan Konseling SMAI Sunan Gunung Jati unit putri atau pondok putri Yussi mengatakan siswi sering kali mengalami masalah manajemen waktu yang sering kali berdampak pada proses belajar serta hasil belajar siswi.¹⁰ Kesulitan manajemen waktu dalam kehidupan sehari-hari sangat berpengaruh pada pribadi masing-masing individu. Sebagian dari siswi merasa belum mampu manajemen waktunya dengan baik dan khawatir jika rasa jenuh kerap datang tidak dapat menyelesaikan tugasnya sesuai dengan jadwal yang ditentukan, dikarenakan di pesantren juga dibebankan dengan kegiatan yang padat. Selain itu ada juga masalah intern pada anggota keluarga sebagian siswi, yang akhirnya juga menyebabkan regulasi diri pada siswi rendah. Hal ini dialami oleh sebagian siswi yang ditemukan oleh konselor pada saat jam konsultasi.

Latar belakang kondisi psikis siswi yang banyak ragamnya ini mengakibatkan munculnya reaksi dan sikap siswi dalam menyikapi persoalannya. Hal ini dikarenakan siswi juga merupakan individu unik yang masing-masing memiliki karakteristik kepribadian yang berbeda-beda,

¹⁰ Hasil Wawancara dengan Yussy Arga Zakiyan S.Pd, Guru Bimbingan Konseling SMAI Sunan Gunung Jati Ngunut Tulungagung Unit Putri, 10 Juli 2019

misalnya dalam hal penerimaan pelajaran, kemampuan beradaptasi dan bersosialisasi, kemampuan mengekspresikan diri dalam bentuk aktivitas intelektual.

Upaya-upaya dari pihak sekolah SMAI Sunan Gunung Jati Ngunut Tulungagung dalam merespon berbagai peristiwa yang dialami siswi di antaranya adalah pemantapan dalam bidang bimbingan dan konseling yang sekarang ini mulai diperhatikan. Pengadaan program bimbingan dan konseling dinilai efektif untuk membantu mencegah dan menyelesaikan permasalahan yang muncul di tengah masing-masing siswi. Dalam hal ini, guru pembimbing (konselor) dinilai lebih efektif dan sesuai dengan wilayah kerja mereka, yaitu membantu para siswi mencegah dan menyelesaikan permasalahan yang akan menghambat dan mengganggu proses belajarnya di sekolah, konselor telah memberikan layanan responsif yaitu menggunakan layanan konseling individual. Konselor juga menggunakan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan regulasi diri pada siswi dengan menggunakan teknik pemberian informasi dan teknik diskusi kelompok.

Dalam memberikan layanan bimbingan kelompok, teknik diskusi kelompok adalah salah satu teknik dalam bimbingan kelompok yang penting tidak hanya untuk memecahkan masalah, tetapi juga untuk mencerahkan suatu persoalan, serta untuk pengembangan pribadi. Pemberian teknik diskusi oleh konselor atau tenaga ahli lain kepada siswi diharapkan bisa meningkatkan regulasi diri pada siswi. Hal ini dikarenakan dalam teknik

diskusi kelompok siswi melakukan interaksi dengan teman lainnya untuk memecahkan masalah.

Alasan peneliti mengambil metode bimbingan kelompok untuk meningkatkan regulasi diri berangkat dari fenomena yang ada di lapangan, berawal dari wawancara dengan konselor yang menyatakan siswi kelas XI IPS memiliki manajemen waktu yang rendah dan kurang bisa mengontrol emosi ketika sedang memiliki masalah bersama temannya. Dengan dilaksanakannya diskusi kelompok mengenai regulasi diri, diharapkan siswi bisa

Jadi seseorang yang memiliki regulasi diri yang baik mampu memahami pengaruh lingkungan terhadap perilaku yang mereka munculkan dan mampu menggunakan berbagai strategi berdasarkan proses penilaian untuk meningkatkan lingkungan menjadi kondusif bagi pencapaian tujuan. Dari apa yang telah dipaparkan dalam latar belakang masalah di atas, penelitian pengembangan ini dimaksudkan untuk menyusun panduan bimbingan kelompok teknik diskusi kelompok untuk meningkatkan regulasi diri pada siswi. Oleh karena itu peneliti mengembangkan panduan bimbingan kelompok teknik diskusi kelompok untuk meningkatkan regulasi diri pada siswi, dengan judul penelitian, **“Pengembangan Panduan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi untuk meningkatkan Regulasi Diri Siswi kelas XI IPS SMAI Sunan Gunung Jati Nganut Tulungagung”**. Harapan dari penelitian ini adalah konselor lebih variasi dalam melaksanakan atau menggunakan layanan bimbingan konseling terutama dalam teknik diskusi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana hasil pengembangan panduan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan regulasi diri siswi kelas XI IPS SMAI Sunan Gunung Jati Ngunut Tulungagung?.
2. Apakah regulasi diri siswi dapat di tingkatkan dengan menggunakan teknik diskusi pada siswi kelas XI IPS SMAI Sunan Gunung Jati Ngunut Tulungagung yang memenuhi kriteria kebergunaan, kelayakan, ketepatan dan kemenarikan?

C. Tujuan Penelitian dan Pengembangan

Tujuan penelitian dan pengembangan ini adalah menghasilkan produk panduan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan regulasi diri siswi dalam melaksanakan diskusi kelompok yang bisa diterima secara teoritis, praktis serta memiliki kebergunaan, kelayakan, ketepatan, dan kemenarikan bagi siswi kelas XI IPS SMAI Sunan Gunung Jati Ngunut Tulungagung.

Secara rinci pengembangan ini bertujuan untuk:

1. Menghasilkan panduan teknik diskusi untuk meningkatkan regulasi diri yang nantinya bermanfaat bagi siswi SMA

2. Menghasilkan panduan teknik diskusi untuk meningkatkan regulasi diri yang memiliki kelayakan, ketepatan dan kemenarikan bagi siswi SMA

D. Manfaat Penelitian dan Pengembangan

1. Bagi konselor

Dengan adanya panduan mengenai diskusi maka diharapkan konselor lebih memahami tentang diskusi dan teknik diskusi kepada siswi (konseli) sehingga konselor lebih kreatif dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok dalam kelas. Panduan teknik diskusi ini lebih dikhususkan dalam membantu meningkatkan regulasi diri siswi

2. Bagi Jurusan

Sebagai tambahan referensi dalam mengembangkan panduan layanan bimbingan dan konseling yang telah disesuaikan dengan siswi SMA serta dapat digunakan sebagai pengembangan metode pembelajaran bagi jurusan.

3. Bagi Siswi

Panduan teknik diskusi ini diharapkan dapat menumbuhkan motivasi yang lebih tinggi kepada siswi dalam mengikuti layanan bimbingan dan konseling. Siswi diharapkan dapat memperoleh manfaat dengan mengikuti diskusi yang dapat meningkatkan regulasi diri.

E. Spesifikasi Produk yang Diharapkan

Produk yang akan dikembangkan dalam penelitian pengembangan ini adalah pengembangan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan regulasi diri yang berisikan mengenai panduan teknik diskusi. Buku panduan teknik diskusi ini dikembangkan oleh penulis, dan produknya nanti akan digunakan oleh konselor dan siswi SMA Islam Sunan Gunung Jati Ngunut Tulungagung dalam upaya meningkatkan regulasi diri siswi.

Isi dari produk yang akan dihasilkan berupa panduan yang ditujukan untuk konselor terdiri dari (1) Kata Pengantar, (2) Daftar Isi, (3) Bab I Pendahuluan, (4) Bab II Panduan Pelaksanaan, (5) Bab III Skenario Teknik Diskusi, (6) Bab IV Evaluasi, (7) Bab V Penutup, (8) Daftar Rujukan, (9) Lampiran.

1. Kata pengantar, pada bagian ini menjelaskan mengenai rasa syukur penulis atas produk berupa buku panduan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan regulasi diri.
2. Daftar isi, pada bagian ini menjelaskan mengenai isi dari buku panduan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan regulasi diri siswi kelas XI IPS SMAI Sunan Gunung Jati di Ngunut Tulungagaung.
3. Bab I Pendahuluan, pada bagian ini menjelaskan mengenai latar belakang, pengertian bimbingan kelompok, pengertian teknik diskusi, tujuan bimbingan kelompok, tujuan diskusi, sasaran diskusi kelompok, prosedur pelaksanaan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan

regulasi diri siswi, serta komponen panduan pelaksanaan layanan bimbingan.

4. Bab II Panduan Pelaksanaan, pada bagian ini menjelaskan mengenai pengantar, petunjuk umum, petunjuk khusus, peran konselor, peran siswi dalam pelaksanaan teknik diskusi, langkah pengembangan model diskusi kelompok, dan tata cara melakukan teknik diskusi .
5. Bab III Skenario Bimbingan kelompok teknik diskusi, pada bagian ini menjelaskan mengenai identitas, kompetensi, tahap pelaksanaan, garis besar pelaksanaan, diskusi refleksi.
6. Bab IV Evaluasi, pada bagian ini menjelaskan mengenai evaluasi program, evaluasi hasil, lembaran observasi siswi.
7. Bab V Penutup, pada bagian ini menjelaskan mengenai harapan penulis dengan adanya produk panduan bimbingan konseling ini dapat meningkatkan regulasi diri siswi.
8. Daftar Rujukan, pada bagian ini menjelaskan mengenai rujukan-rujukan atau daftar buku dari sumber acuan dalam pembuatan buku panduan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan regulasi diri siswi.
9. Lampiran, pada bagian ini terdiri dari contoh skenario bimbingan kelompok teknik diskusi, penugasan 1, dan penugasan 2.

Dari segi media, spesifikasi produk panduan bimbingan kelompok teknik diskusi untuk meningkatkan regulasi diri siswi kelas XI IPS di SMAI Sunan Gunung Jati Ngunut Tulungagung

a. Sampul

Latar belakang sampul berwarna abu-abu kuning dan merah, dengan judul “Panduan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Untuk meningkatkan Regulasi Diri Siswi SMAI Sunan Gunung Jati Ngunt Tulungagung” dengan *font rockwell* dan ukuran *font 27 pt* warna hitam, di bagian atas terdapat tulisan “Untuk Konselor” dengan *font algerian* dan ukuran *font 27 pt* dengan warna hitam merah, di bagian atas kanan terdapat logo konselor BKI IAIN Tulungagung, serta nama pengembang dan NIM pengembang dengan *font algerian* dan ukuran *font 15 pt* warna hitam. Bagian belakang sampul terdapat ringkasan sinopsis buku secara umum dengan *font times new roman* dan ukuran *font 13* warna hitam, di bagian atas terdapat foto pengembang dan di sampingnya terdapat kata-kata petuah, sedangkan di bagian atas kanan terdapat logo IAIN Tulungagung dilengkapi dengan alamat, dibagian bawah dengan ukuran *font 13 pt* dengan *font rockwell*.

b. Pada setiap awal bab dilengkapi dengan gambar yang disesuaikan dengan masing-masing bab. *Font* yang digunakan *font times new roman* dengan ukuran *font 12*.

c. Ukuran *size* buku panduan bimbingan kelompok teknik diskusi dan perangkat untuk meningkatkan regulasi diri ini menggunakan ukura kertas A5 80 gram sebanyak 53 halaman.

F. Asumsi dan Keterbatasan Penelitian & Pengembangan

1. Asumsi Penelitian

Asumsi Penelitian adalah anggapan dasar tentang suatu hal yang dijadikan pijakan berpikir dan bertindak dalam melaksanakan penelitian.

Asumsi dari penelitian pengembangan ini adalah sebagai berikut:

- a. Regulasi diri siswi bisa dikembangkan dan ditingkatkan.
- b. Teknik diskusi merupakan salah satu teknik yang dapat digunakan dalam meningkatkan regulasi diri pada siswi.

2. Keterbatasan masalah penelitian

Keterbatasan dalam penelitian dimaksudkan untuk membatasi keterbatasan masalah yang dihasilkan untuk meningkatkan regulasi diri.

Adapun keterbatasan masalah dalam pengembangan ini sebagai berikut:

- a. Produk yang akan dikembangkan dalam penelitian pengembangan ini adalah panduan teknik diskusi untuk meningkatkan regulasi diri siswi.
- b. Hasil *need assesment* mengenai regulasi diri yang kemudian digunakan sebagai dasar pengembangan panduan diskusi yang disesuaikan dengan kondisi siswi kelas XI di SMA Islam Sunan Gunung Jati Ngunut Tulungagung.

G. Definisi Operasional

Guna menghindari kemungkinan timbulnya kesalahpahaman dan pengertian ganda terhadap istilah-istilah yang digunakan dalam proposal penelitian, diberikan definisi operasional terhadap beberapa istilah yang berkaitan ini :

1. Bimbingan Kelompok adalah suatu layanan dalam bimbingan konseling yang diberikan kepada siswa secara bersama-sama atau kelompok agar kelompok tersebut menjadi besar, kuat, dan mandiri. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi atau aktivitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan masalah sosial.
2. Teknik Diskusi adalah percakapan yang telah direncanakan antara tiga orang atau lebih dengan tujuan untuk memecahkan masalah atau memperjelas suatu persoalan, di bawah pimpinan seorang pemimpin. Dalam pelaksanaan diskusi ada tiga langkah yaitu perencanaan, pelaksanaan dan penilaian. Pada tahap perencanaan, fasilitator melaksanakan lima macam hal yaitu merumuskan tujuan diskusi, menentukan jenis diskusi, melihat pengalaman dan perkembangan peserta didik, mengemukakan hasil yang diharapkan dari diskusi, misalnya kesimpulan atau pemecahan masalah pada tahap pelaksanaan, fasilitator memberikan tugas yang harus didiskusikan, dan memberitahu cara melaporkan tugas, serta menunjukkan pengamat diskusi jika diperlukan. Pada tahap penilaian fasilitator meminta pengamat melaporkan, memberi komentar mengenai proses diskusi dan membicarakan pada kelompok. Dari teknik diskusi ini akan digunakan alat ukur model skala *Likert* dalam bentuk checklist guna untuk mengetahui perkembangan sesudah diberinya layanan bimbingan kelompok teknik diskusi.
3. Regulasi Diri adalah kemampuan seseorang dalam mengontrol, mengatur, merencanakan, mengarahkan, dan memonitor perilaku dalam melakukan

kegiatan untuk dapat mencapai tujuan dengan menggunakan strategi tertentu meliputi metakognitif, motivasi dan perilaku agar apa yang dilakukan sesuai dengan tujuannya. Aspek-aspek yang terkait dalam regulasi diri meliputi, metakognisi, motivasi dan perilaku.

4. Siswi kelas XI IPS SMAI Sunan Gunung Jati Ngunut Tulungagung adalah siswi SMAI Sunan Gunung Jati Ngunut Tulungagung yang juga mukim di pondok pesantren Hidayatul Mubtadi'in Ngunut yang diasuh oleh beliau Abah K.H. Makhrus Maryani.