

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengetahui efektifitas layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* untuk meningkatkan kontrol diri remaja di Desa Jabalsari. Dengan adanya potensi perilaku-perilaku negatif yang dilakukan sekelompok remaja merupakan salah satu ciri-ciri individu yang memiliki kontrol diri rendah. Dalam penelitian ini metode quasi eksperimen dilakukan bertujuan untuk melihat pengaruh dari layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* terhadap remaja yang memiliki kontrol diri rendah.

Menindaklanjuti hal diatas sebelum menentukan subjek penelitian, yang dilakukan peneliti yaitu observasi keadaan lingkungan dan menemukan permasalahan yang benar-benar ada di lapangan. Dilanjutkan dengan mencari informasi dari masyarakat setempat dan juga tokoh-tokoh masyarakat untuk meyakinkan peneliti mengambil data penelitian. Untuk penelitin dilakukan dalam 4 kali pertemuan, 2 kali pertemuan pengambilan data *pre test*, *post-test*, dan 2 kali pertemuan layanan bimbingan kelompok.

Dalam pelaksanaan penelitian ini dimulai pada 20 Juni sampai 15 September 2020. Penelitian dimulai dengan memberikan angket *pretest* untuk mengetahui tingkat kontrol diri. Pengambilan *pretest* dilakukan dengan 30 orang remaja dan peneliti mengambil 10 remaja dengan nilai pretest terendah. Setelah didapatkan 10 remaja dengan nilai kontrol diri rendah peneliti menghubungi remaja bersangkutan untuk mengatur jadwal bertemu untuk melakukan bimbingan kelompok teknik *homeroom*. Materi dalam bimbingan kelompok ini diambil dari aspek-aspek kontrol diri yang menjadi dasar pembuatan instrumen. Setelah dilakukannya perlakuan atau bimbingan

kelompok peneliti kemudian memberi jeda waktu sekitar 1-2 minggu untuk melihat perkembangan 10 remaja tadi sebelum dilakukan *post-test*. Angket *post-test* yang diberikan sama seperti angket *pre-test* yang diberikan sebelumnya.

### **1. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Homeroom* Pada Remaja di Desa Jabalsari**

Sukardi dan Kusmawati mengemukakan, bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan oleh beberapa konseli dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Pokok bahasan dalam bimbingan kelompok diperoleh dari pengalaman langsung narasumber tertentu dan membahas bersama-sama yang berguna untuk menambah pemahaman individu maupun kelompok sebagai pertimbangan pengambilan keputusan (Nafiah, 2014).

“Kegiatan bimbingan kelompok pada umumnya terdapat empat tahap perkembangan kegiatan kelompok, yaitu: tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran” (Prayitno, 2017).

#### a) Tahap pertama/pembentukan

Sebelum dilakukannya *treatment*, *pretest* diberikan kepada seluruh remaja di Desa Jabalsari yang terindikasi memiliki kontrol diri rendah yaitu sebanyak 30 orang remaja. Pada tahap ini merupakan penjelasan maksud dan tujuan rangkaian kegiatan layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* dalam meningkatkan kontrol diri.

Selanjutnya melanjutkan secara jelas dan singkat mengenai petunjuk pengisian instrument skala kontrol diri. Pengisian instrument ini dilaksanakan di rumah masing-masing agar lebih serius dalam mengisi setiap butir pernyataan. Dalam tahap ini mayoritas

individu memahami dan sanggup untuk memberikan jawaban yang sesuai dengan dirinya.

Setelah dilakukan pretest, hasilnya dianalisis dan dikategorikan berdasar tingkat kontrol diri per individu. Hal ini bertujuan untuk memperoleh gambaran tingkat kontrol diri yang dimiliki remaja tersebut. Untuk menentukan subjek penelitian, dipilih 10 remaja dengan nilai kontrol diri terendah.

Pelaksanaan pretest sedikit ada hambatan karena posisi beberapa remaja yang tidak bisa ikut berkumpul, sehingga peneliti harus lebih aktif dalam menghubungi beberapa remaja agar bisa diberikan instrument *pretest*. Kegiatan tahap pertama ini membutuhkan waktu 3-4 hari untuk mengumpulkan hasil *pretest* yang sudah diisi.

b) Tahap kedua/peralihan

Pada tahap kedua ini, peneliti telah menetapkan kelompok eksperimen yang akan diberikan treatment sebanyak 10 orang remaja berdasarkan nilai pretest dan karakteristik tingkat kontrol diri. Peneliti kemudian menjelaskan seperti apa layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* dalam meningkatkan kontrol diri ini kepada anggota. Hal ini bertujuan agar individu mampu mengidentifikasi sejauh mana pemahaman tentang penyebab rendahnya tingkat kontrol diri seseorang dan dampaknya. Dari pengamatan peneliti pada tahap ini masih berjalan lancar, namun ada beberapa anggota yang berprasangka dan masih bingung karena menganggap dirinya sedang mendapat masalah dan berperilaku buruk. Namun setelah mendapat penjelasan dari peneliti bahwasannya kegiatan ini tidak akan membuat anggota tertekan dan

terancam mereka mulai memahami dan menerima bahwa kegiatan ini bermanfaat dan bukan suatu hukuman.

Sebelum beralih ke tahap kegiatan, peneliti menyiapkan minuman agar suasana dalam pelaksanaan bimbingan kelompok ini berjalan santai agar tercipta juga perasaan yang tenang dan merasa diterima. Hal ini merupakan bagian prinsip dari teknik homeroom itu sendiri yang mana minuman atau makanan ringan dijadikan media untuk mencairkan suasana saat bimbingan.

c) Tahap Kegiatan

Pada tahap kegiatan ini merupakan tahap inti. Anggota akan berpartisipasi aktif dalam kelompok, terciptanya suasana mengembangkan diri anggota kelompok, baik yang menyangkut pengembangan kemampuan berkomunikasi, berpendapat, menanggapi pendapat, sabar dan tenggang rasa, maupun menyangkut pemecahan masalah yang dikemukakan oleh kelompok (Prayitno, 2017)

Pada tahap ini pemimpin kelompok atau peneliti juga memberikan beberapa topik materi mengenai kontrol diri diantaranya materi tentang;

- 1) Kontrol perilaku berdasarkan faktor dari dalam diri.
- 2) Kontrol perilaku berdasarkan faktor lingkungan.
- 3) Menggunakan informasi untuk mengantisipasi suatu peristiwa.
- 4) Memilih tindakan atau reaksi berdasarkan apa yang dialami
- 5) Dampak rendahnya kontrol diri.

Dalam kegiatan ini anggota kelompok mengungkapkan hambatan-hambatan ketika berada di lingkungan keluarga, sekolah

maupun lingkungan sosialnya. Sebagian besar dari anggota mengungkapkan bahwa tindakan pengambilan keputusan atas dasar pertimbangan teman atau lingkungan bermainnya, sehingga mudah terprovokasi atau ikut-ikutan ke hal-hal negatif.

Adapun gambaran disetiap topik dalam layanan bimbingan kelompok, mengutamakan membahas aspek yang dapat meningkatkan kemampuan kontrol diri remaja, diantaranya:

- 1) Mengetahui kontrol perilaku berdasarkan faktor dari dalam diri dan lingkungan.

Langkah ini dilakukan untuk memberikan pemahaman terhadap beberapa faktor penyebab munculnya suatu perilaku. Beberapa remaja awalnya enggan dalam menyampaikan pendapat dan kurang terbuka dalam berinteraksi baik sesama anggota ataupun dengan pemimpin kelompok. Namun seiring berjalannya waktu serta arahan pemimpin kelompok, anggota kelompok menjadi lebih terbuka dan mau menyatakan pendapat serta membagi pengalaman mengenai topik yang dibahas. Masing-masing anggota diminta untuk mengungkapkan faktor apa saja yang sekiranya mempengaruhi perilaku-perilakunya yang kurang sesuai dengan etika dan norma yang berlaku baik dilingkungan masyarakat ataupun lingkungan sekolah.

Kegiatan diskusi dan saling tukar pendapat dalam kegiatan ini lebih ditekankan untuk mengidentifikasi apa yang menjadi permasalahannya saat ini terutama yang menjadi faktor penyebab, sehingga anggota mengetahui aspek yang perlu diperbaiki dalam upaya meningkatkan kontrol dirinya.

- 2) Menggunakan informasi untuk mengantisipasi suatu peristiwa.

Tahap ini bertujuan dalam memberikan pemahaman pentingnya informasi dalam melihat suatu peristiwa dan bagaimana cara menyikapinya. Anggota kelompok diminta secara suka rela menceritakan pengalaman atau kejadian yang pernah dialami. Dari pembahasan topik ini ada perbedaan pendapat dari beberapa anggota mengenai penggunaan informasi dalam memahami suatu peristiwa.

Dari hasil pengamatan peneliti ada beberapa poin yang bisa digaris bawahi yaitu ada sebagian anggota setuju dengan mencari informasi sebanyak-banyaknya dalam memahami suatu peristiwa, di sisi lain ada yang berpendapat bahwa keyakinan atas diri sendiri lebih baik daripada meyakini sebuah informasi dari pihak lain yang belum tentu bisa dipertanggungjawabkan kebenarannya. Peran pemimpin kelompok disini adalah menarik kesimpulan bahwasannya keduanya sama-sama baik dan alangkah lebih baik lagi jika kedua hal tersebut bisa dijalankan bersama antara mencari informasi dan keyakinan diri dalam mengantisipasi suatu peristiwa. Hal ini dilakukan pemimpin kelompok agar tidak terjadi konflik di dalam kelompok.

### 3) Memahami tindakan atau reaksi berdasarkan apa yang dialami

Dalam tahap ini bertujuan untuk memberikan pemahaman tentang reaksi spontan ketika sedang terjadi suatu peristiwa. Dalam topik ini anggota kelompok kurang mengetahui cara mengelola reaksi ketika mengalami suatu kejadian secara langsung. Dengan adanya beberapa anggota yang sering terlibat konflik bahkan perkelahian dengan temannya sendiri dengan alasan tersinggung dengan omongan teman. ada juga beberapa kasus lain yang dialami anggota kelompok, seperti ikut-ikutan menyebar berita *hoax* tanpa mencari tau kebenaran beritanya, sering marah-marah tanpa alasan yang berdampak pada orang lain hanya karena *mood* tidak baik.

Dalam memahami suatu reaksi pemimpin kelompok memberikan pandangan bahwasannya reaksi buruk tidak akan terjadi ketika individu mampu mengarahkan kembali dalam suatu kegiatan yang mempunyai nilai yang positif dan bermanfaat bagi dirinya sendiri dan orang lain. Karena pada dasarnya individu menyadari bahwa reaksi yang akan dimunculkan akan berdampak positif atau negatif.

#### 4) Memahami dampak rendahnya kontrol diri

Pemberian topik ini bertujuan memberikan gambaran dampak yang terjadi jika individu memiliki tingkat kontrol diri yang rendah. Sebelum mulai membahas topik pemimpin kelompok memberikan waktu jeda sekitar 5 menit untuk santai dan minum-minum kopi. Sembari menikmati kopi obrolan ringan mengenai dampak individu yang memiliki kontrol diri rendah mulai dibahas bersama. Dalam pengamatan peneliti anggota kelompok menyadari bahwa memang mereka memiliki kecenderungan kontrol diri rendah. Disini pemimpin kelompok membebaskan setiap anggota berargumen mengenai dampak rendahnya kontrol diri. Hal ini dimaksudkan agar anggota kelompok menemukan dan menganalisis sendiri dampak dari rendahnya kontrol diri.

Selain untuk memahami dampak rendahnya kontrol diri, pemimpin kelompok juga mengarahkan untuk menemukan kelemahan-kelemahan yang menyebabkan adanya kecenderungan rendahnya kontrol diri pada diri anggota kelompok. Sehingga secara tidak langsung anggota kelompok memiliki jawaban atas kondisi yang mereka rasakan saat ini.

#### d) 4. Tahap Pengakhiran

Layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* dalam meningkatkan kontrol diri remaja ini diharapkan bisa membantu remaja di Desa Jabalsari Kec. Sumbergempol, Tulungagung dalam memahami kontrol perilaku berdasarkan faktor dari dalam diri dan lingkungan, mampu menggunakan informasi untuk mengantisipasi suatu peristiwa, memahami tindakan atau reaksi berdasarkan apa yang dialami, memahami dampak rendahnya kontrol diri, serta mampu memahami tindakan apa yang perlu diperbaiki setelah dilaksanakannya layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* ini.

Pada tahap ini terdapat dua kegiatan, yaitu penilaian (evaluasi) dan tindak lanjut (follow-up). Tahap ini merupakan tahap penutup dari seluruh rangkaian pertemuan kegiatan bimbingan kelompok dengan tujuan telah tercapainya suatu pemecahan suatu masalah oleh kelompok tersebut.

Dalam tahap ini pemimpin kelompok memberikan kesempatan kepada setiap anggota untuk mengungkapkan evaluasi kegiatan dan menyampaikan pendapat terakhirnya sebelum kegiatan selesai. Selanjutnya pemimpin kelompok bergabung dalam grup *Whatsapp* yang berisi anggota kelompok agar jika ada pertanyaan-pertanyaan lain bisa berdiskusi bersama melalui *chat* grup.

Setelah itu pemimpin kelompok memberikan selang waktu kurang lebih selama satu minggu sebelum *post-test* agar anggota kelompok menerapkan apa yang mereka diskusikan selama kegiatan bimbingan kelompok.

## **2. Hasil Uji Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Homeroom* dalam meningkatkan kontrol diri Remaja di Desa Jabalsari Kec. Sumbergempol Tulungagung.**

Efektivitas dalam layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* dalam meningkatkan kontrol diri remaja dapat dilihat dari hasil *N-Gain Score* pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom mengacu pada nilai pretest dan post-test*.

### **Uji Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Homeroom* Dalam Meningkatkan Kontrol diri Remaja.**

Dalam penelitian ini peneliti mengajukan hipotesis sebagai berikut:

$H_0$  = Bimbingan kelompok teknik *homeroom* tidak efektif dalam meningkatkan kemampuan kontrol diri remaja di Desa Jabalsari Kecamatan Sumbergempol Tulungagung.

$H_a$  = Bimbingan kelompok teknik *homeroom* efektif dalam meningkatkan kemampuan kontrol diri remaja di Desa Jabalsari Kecamatan Sumbergempol Tulungagung.

Berdasarkan hasil uji T *Paired Samples Test* untuk kelompok eksperimen terhadap tingkat kontrol diri remaja di Desa Jabalsari didapat hasil sebagai berikut:

Uji T test digunakan peneliti untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* dalam meningkatkan kontrol diri remaja di Desa Jabalsari. Berikut tabel hasil uji Paired Sampel T *test* menggunakan *SPSS 20.0*

Tabel 4.1

## Output Paired Samples Statistics

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest	67.60	10	5.758	1.821
	Posttest	96.20	10	11.564	3.657

Pada hasil output di atas dari kedua sampel yaitu nilai Pretest dan Post-test. Untuk nilai Pretest didapatkan rata-rata sebesar 67, 60 dan 96, 20 untuk rata-rata nilai post-test. Dengan jumlah sampel sebanyak 10 remaja. Berdasar nilai rata-rata kontrol diri di atas pada *pretest* 67, 60 < 96, 20 untuk *post-test*, maka secara deskriptif ada perbedaan dalam hasil pengukuran kontrol diri antara pretest dan post-test.

Tabel 4.2

Paired Samples Correlations				
		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pretest & Posttest	10	.834	.003

Tabel di atas menunjukkan hasil uji korelasi antara kedua data atau hubungan variabel *pretest* dengan *post-test*. Dari nilai koefisien korelasi sebesar 0,834 dengan nilai signifikansi sebesar 0,003. Dengan nilai sig. 0,003 < propability 0,05 maka dapat disimpulkan adanya hubungan antara variabel *pretest* dan *post-test*. Untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh bimbingan kelompok teknik *homeroom* dalam meningkatkan kontrol diri terdapat pada tabel paired T test selanjutnya;

Tabel 4.3

Paired Samples Test								
	Paired Differences					t	Df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Paired Sample 1: Pretest - Posttest	-28.600	7.471	2.363	-33.945	-23.255	-12.105	9	.000

Berdasarkan hasil tabel *Paired Samples Test* bahwa nilai sig. (2-tailed) adalah  $0,00 < 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dan dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata antara hasil *pretest* dan *post-test*. Yang artinya adanya pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* dalam meningkatkan kontrol diri remaja di Desa Jabalsari. Pengambilan keputusan dalam uji *Paired sample T-test* ini berdasarkan pendapat yang dikemukakan oleh Sugiyono sebagai berikut; (1) jika nilai sig. (2-tailed)  $< 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. (2) dan jika nilai sig. (2-tailed)  $> 0,05$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak.

Dari tabel output diatas juga diketahui bahwa nilai  $t_{hitung}$  sebesar 12.105 dan nilai df sebesar 9. Nilai df dijadikan acuan untuk menentukan nilai t tabel dengan nilai signifikansi 0,025. Maka, dengan acuan Distribusi nilai  $t_{tabel}$  didapatkan 2.262 untuk nilai t tabel. Dengan hasil tersebut maka nilai  $t_{hitung}$   $12.105 > t$  tabel 2.262, maka dapat dikatakan bahwa ada perbedaan rata-rata antara *pretest* dan *posttest* dan

dinyatakan ada pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* dalam meningkatkan kontrol diri remaja di Desa Jabalsari.

### **Menentukan Tingkat Keefektifan Menggunakan N-Gain Score**

Berdasarkan analisa hasil di atas maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dalam hal ini menunjukkan ada perubahan yang cenderung meningkat untuk kemampuan kontrol diri remaja di Desa Jabalsari setelah diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik *homeroom*. Kesimpulan ini dibuktikan dengan adanya hasil rata-rata nilai *pretest* dan *post-test* yaitu 67, 60 untuk *pretest* dan 96, 20 untuk *post-test*.

Untuk memperkuat dan mengetahui apakah metode pemberian layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* ini efektif terhadap remaja di Desa Jabalsari perlu dilakukan *uji N-Gain Scores*, uji ini dilakukan dengan menggunakan program *IBM SPSS Statistics 20* sebagai berikut:

**Tabel 4.4**

Presentase Nilai N-Gain

NO	Kelompok Eksperimen
	NGain Score (%)
1	40,54
2	66,67
3	85,71
4	60,53
5	105,56
6	62,16
7	119.35

8	103,85
9	130,77
10	159,09
<b>Rata-rata</b>	93,4
<b>Minimal</b>	40,54
<b>Maksimal</b>	159,09

Berdasarkan hasil nilai hitungan *Uji N-Gain Score* di atas diketahui bahwa nilai *mean N-Gain Score* dari kelompok Eksperimen 93, 4% yang berarti masuk kedalam kategori efektif. Dengan nilai minimal 40, 54% dan maksimal 159, 09%. Dengan demikian dapat diartikan bahwa perlakuan yang diberikan berdampak atas perubahan nilai dari sebelumnya dalam peningkatan kontrol diri. Sehingga dapat dikatakan bimbingan kelompok teknik *homeroom* efektif dalam meningkatkan kemampuan kontrol diri remaja.

## **B. Pembahasan**

Dalam pembahasan hasil penelitian ini diawali dengan gambaran awal kondisi remaja, dilanjutkan dengan tahapan pelaksanaan bimbingan kelompok teknik *homeroom* kepada kelompok eksperimen, kemudian pembahasan keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *homeroom* dalam meningkatkan kontrol diri remaja adalah sebagai berikut:

### **1. Tingkat Kontrol Diri Remaja Di Desa Jabalsari Kec. Sumbergempol Tulungagung.**

Kemampuan kontrol diri pada individu, khususnya remaja di Desa Jabalsari sangat mempengaruhi perilaku-perilaku yang muncul dalam kehidupan bermasyarakat. Sebagai generasi muda seyogyanya perilaku-perilaku yang mereka tunjukkan kepada masyarakat adalah perilaku yang dapat memberikan dampak positif dan tidak menyalahi aturan yang berlaku

di lingkungan mereka hidup. Namun pada kenyataannya berdasarkan hasil wawancara kepada ketua RT setempat, beberapa Remaja justru menunjukkan perilaku-perilaku yang kurang mematuhi norma-norma dalam bermasyarakat, seperti tidak mematuhi jam malam, mencuri hasil perkebunan warga, dan bahkan minum-minuman keras.

Karena beberapa hal tersebut mereka yang sering melakukan tindakan atau perilaku yang negatif memiliki kecenderungan kontrol diri rendah. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh (Retno Purwasih, 2017) yang menyebutkan bahwa individu yang memiliki kontrol diri rendah cenderung tidak bisa mengontrol keinginan atau ajakan teman dalam bertindak. Permasalahan tersebut dilatar belakangi oleh kurangnya pemahaman dalam berperilaku, lingkungan yang mengarah kedalam pergaulan negatif, dan juga kurangnya kesadaran dalam pemilihan perilaku. Dalam pengamatan peneliti remaja yang tidak memahami dan mengetahui informasi dalam aspek kontrol diri cenderung menyepelkan, tidak peduli, dan bahkan tidak mempertimbangkan bagaimana caranya bersikap ketika dalam menangani masalah atau konflik yang sewaktu-waktu bisa muncul dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil uji statistik dari penyebaran angket menunjukkan bahwa kemampuan kontrol diri remaja di Desa Jabalsari menunjukkan hasil sebagai berikut; sebanyak 6 orang remaja atau 20% remaja terkategori rendah, 16 orang remaja atau 53,3% dalam kategori sedang, dan 8 orang remaja atau 26,7% dalam kategori tinggi. Dengan hasil ini maka peneliti mengajukan treatment layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* dengan mengambil sampel 10 orang remaja dengan tingkat kontrol diri terendah, yang meliputi 6 orang dari kategori rendah dan 4 orang dari kategori sedang.

## **2. Pengaruh layanan Bimbingan Kelompok Teknik Homeroom dalam meningkatkan kontrol diri remaja di Desa Jabalsari Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung.**

Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Homeroom* adalah layanan yang berlandaskan suasana kekeluargaan dan santai. Hal ini sangat sesuai dengan kondisi subjek yang berada di sebuah lingkungan yang tidak terikat suatu instansi. Bimbingan kelompok teknik *homeroom* yang dalam penelitian ini untuk meningkatkan kontrol diri remaja mengacu pada kegiatan yang mencari informasi dan memberikan individu wadah untuk mengungkapkan apa yang menjadi sebab munculnya perilaku-perilaku tersebut. Sehingga konselor mampu menganalisa dan mencari solusi bersama dalam meningkatkan kontrol diri remaja.

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa adanya perbedaan rata-rata tingkat kontrol diri remaja remaja di Desa Jabalsari setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom*. Berdasarkan penyebaran angket kemampuan kontrol diri kelompok eksperimen mengalami peningkatan rata-rata dari 67, 60 menjadi 96, 20 dan juga berdasarkan hasil nilai hitungan *Uji N-Gain Score* di atas diketahui bahwa nilai *mean N-Gain Score* dari kelompok Eksperimen 93, 4% yang berarti masuk kedalam kategori efektif.

Dari hasil diatas maka dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* efektif dalam meningkatkan kemampuan kontrol diri. Peningkatan ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik *homeroom* diperlukan remaja dalam mengontrol dirinya dalam menyikapi beberapa kejadian atau masalah.

Individu yang memiliki kontrol diri yang baik, cenderung mengerti situasi dan kondisi dalam mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih diterima. Individu yang mampu menghindari situasi-situasi yang mengakibatkan munculnya perilaku-perilaku negatif berarti mampu mengendalikan dirinya untuk tidak ikut pada kecenderungan untuk bereaksi secara negatif pula. Hal ini memungkinkan membentuk kesiapan diri untuk berperilaku sesuai tuntutan norma, adat, nilai-nilai yang bersumber dari ajaran agama dan tuntutan lingkungan masyarakat tempat ia tinggal.

Berdasarkan uraian di atas pemberian *treatment* bertujuan untuk membantu individu dalam memilih perilaku baru yang positif. Konselor memberikan kebebasan kepada anggota untuk merencanakan perilaku baru di dukung pemberian informasi dan motivasi mengenai perilaku-perilaku yang seharusnya ada dalam setiap anggota. Dengan hal ini anggota kelompok dapat mengubah perilaku atau tindakan yang sebelumnya tidak mereka sadari bahwa tindakan atau perilaku mereka adalah tindakan yang negatif.

### **C. Keterbatasan Peneliti**

Dalam pelaksanaan penelitian ini, layanan bimbingan kelompok teknik homeroom dari hasil olah data di atas dapat dikatakan efektif dalam meningkatkan kontrol diri remaja di Desa Jabalsari. Terlepas dari itu tentunya peneliti mengupayakan agar hasil dari penelitian ini maksimal dan sesuai dengan prosedur penelitian. Terlepas dari itu pastinya masih terdapat beberapa keterbatasan sehingga ada beberapa hal yang mungkin tidak bisa dicapai pada penelitian ini, antara lain;

1. Dalam penelitian ini peneliti kesulitan dalam mengumpulkan remaja atau subjek untuk dilakukan pretest. Hal ini terjadi karena keadaan

lingkungan dan waktu yang bertepatan dengan adanya Covid-19. Sehingga kurang efektif dalam melaksanakan kegiatan.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri remaja sangat kompleks sehingga berdampak pada jenis perilaku yang muncul dan sering berubah-ubah pada setiap remaja. sehingga peneliti tidak bisa menganalisa jenis perilaku secara spesifik.
3. Adanya keterbatasan peneliti dalam menggunakan angket yang terkadang jawaban dari responden tidak menunjukkan keadaan sesungguhnya.