

## UPAYA GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MENINGKATKAN KONTROL DIRI SISWA DI MAN 5 MADINA

Armen Ependi Lubis\*<sup>1</sup>, Khairuddin<sup>2</sup>, Azizah Hanum OK<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan

armenependilubis@gmail.com<sup>1</sup>, khairuddin@uinsu.ac.id<sup>2</sup>, azizahhanum@uinsu.ac.id<sup>3</sup>

\* Armen Ependi Lubis

### ABSTRAK

Penelitian ini tentang Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Kontrol Diri Siswa di MAN 5 Madina. Latar belakang penelitian ini adalah masih banyaknya siswa yang kurang baik dalam pengendalian diri atau pengontrolan diri. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan apa saja upaya guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kontrol diri siswa dan untuk mendeskripsikan apa saja hambatan-hambatan yang di alami guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kontrol diri siswa di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif. Subyek penelitiannya adalah guru bimbingan dan konseling dan beberapa orang siswa, metode pengumpulan data yang dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Kontrol diri yang banyak terjadi misalnya siswa kurang mengontrol sikap saat proses belajar, siswa sering berbicara dengan teman di sampingnya yang membuat guru mengeluh dengan sikap siswa, sehingga melibatkan guru bimbingan dan konseling membantu siswa agar mengontrol sikap saat belajar dan diluar proses belajar, seperti ikut dengan temannya membolos, dan ikut dengan temannya tawuran. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa upaya guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kontrol diri siswa adalah memberikan bimbingan, arahan, layanan kepada siswa, apabila bimbingan, arahan, dan layanan yang diberikan guru bimbingan dan konseling kepada siswa belum juga bisa mengubah siswa jadi lebih baik, maka guru bimbingan dan konseling akan melakukan kunjungan rumah, mengirim surat untuk orang tua siswa, agar datang ke sekolah, dan guru bimbingan dan konseling akan bertanya dahulu bagaimana perilaku siswa di rumah.

**Kata kunci:** Guru BK, Kontrol Diri, Siswa.

### ABSTRACT

*This research is about Guidance and Counseling Teachers' Efforts in Improving Student Self-Control at MAN 5 Madina. The background of this research is that there are still many students who are not good at self-control or self-control. This study aims to describe the efforts of guidance and counseling teachers in increasing students' self-control and to describe the obstacles experienced by guidance and counseling teachers in increasing students' self-control at Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal. This research is a descriptive qualitative research. The research subjects were guidance and counseling teachers and several students. Data collection methods were carried out through observation, interviews and documentation. Self-control that occurs a lot, for example, students do not control their attitudes during the learning process, students often talk to friends beside them which makes the teacher complain about student attitudes, thus involving guidance and counseling teachers to help students control attitudes during learning and outside the learning process, such as participating with his friend skipped classes, and joined his friends brawl. Based on the results of the study it can be concluded that the guidance and counseling teacher's efforts to increase student self-control are to provide guidance, direction, services to students, if the guidance, direction, and services provided by the guidance and counseling teacher to students have not been able to change students for the better, then the guidance and counseling teacher will make a home visit, send a letter to the*

*student's parents, to come to school, and the guidance and counseling teacher will first ask how the student's behavior is at home.*

**Keywords:** *Guidance Counseling Teachers, Self control, Students.*

Copyright ©2023 Permapendis Provinsi Sumatera Utara, All Right Reserved

---

## PENDAHULUAN

Kontrol diri (self control) merupakan kemampuan seseorang dalam mengendalikan perilaku mereka guna untuk mencapai tujuan tertentu. Seorang individu dengan kendali yang baik akan memahami betul konsekuensi akibat tindakan yang akan mereka lakukan. Dengan kata lain individu dengan pengendalian diri yang baik tidak akan bersikap gegabah sehingga dapat merugikan diri mereka sendiri. Menurut Lazarus menyatakan bahwa pengendalian diri menggambarkan keputusan individu melalui pertimbangan kognitifnya untuk menyatakan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti apa yang dikehendaki (Hermanto, 2009:4). Kontrol diri sangat erat kaitannya dengan kondisi emosional seseorang. Seorang individu yang baik dalam mengelola emosi, dapat mengendalikan diri dengan baik, karena mereka mengekspresikan emosi yang dimilikinya secara baik. Sangat jauh berbeda dengan individu yang tidak dapat mengendalikan emosi, mereka cenderung mengekspresikan perasaan secara berlebihan.

Pengendalian diri dapat diartikan pula sebagai lawan dari kendali eksternal (control eksternal) yang telah mengkristal pada diri seseorang. Dalam kendali diri, individu menempatkan standarnya sendiri untuk penampilan, dan dia memberi hadiah atau menghukum dirinya sendiri untuk memenuhi atau tidak memenuhi standar-standar ini. Dalam kendali eksternal sebaliknya, "seseorang yang

lain menentukan standar dan mendermakan (atau tidak memberi) hadiah" (Calhoun dan Acocella, 1990:131).

Pengendalian diri tidak sebatas dalam mengelola kondisi emosional saja, lebih dari itu pengendalian diri juga melibatkan unsur kognitif dan fisik. Averille (1973) dalam Zulkarnaen (2002) mengelompokkan pengendalian diri terdiri atas tiga aspek yaitu kendali perilaku (behaviorial control), kendali kognisi (cognitive control), dan mengendalikan keputusan (decisional control). Kendali perilaku (behaviorial control) dapat diartikan sebagai kemampuan individu dalam memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan, kendali perilaku ini terdiri atas kemampuan mengendalikan perilaku dan kemampuan mengendalikan stimulus. Kendali kognisi (cognitive control) mengandung pengertian bahwa individu menggunakan segenap kemampuan untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasikan, menilai atau memadukan suatu kejadian dalam suatu kerangka positif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan. Kemampuan kognisi ini meliputi dua hal yaitu kemampuan mengantisipasi peristiwa dan kemampuan menafsirkan suatu peristiwa. Kendali dalam mengambil keputusan (decisional control) dapat diartikan sebagai kemampuan individu dalam menentukan pilihannya sendiri terhadap sesuatu yang diyakini dan disetujuinya.

Telah banyak teori yang dapat dikemukakan sehubungan dengan pengertian kontrol ini. Seperti pendapat Chaplin, yang menjelaskan bahwa self control atau kontrol diri adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintang impuls-impuls atau tingkah laku implusif (Chaplin, 2015: 316).

Untuk itu seorang konselor di sekolah mempunyai peranan penting dalam membantu remaja untuk menuntaskan kesulitannya, hal ini tidak terlepas dari keterbukaan hati seorang konselor untuk membantu kesulitan remaja yang akan menjadikan remaja tersebut sadar akan sikap dan tingkah lakunya yang kurang baik. Salah satu cara agar guru bimbingan dan konseling dapat membantu siswa dalam mengontrol sikap serta tingkah lakunya dan pengendalian diri yang baik yaitu dengan melakukan pendekatan kepada siswa agar siswa merasa nyaman serta terbuka kepada guru bimbingan dan konseling dan mencari permasalahan yang dihadapi siswa, serta mengadakan layanan bimbingan kelompok di kelas dengan memberikan nasehat dan motivasi kepada siswa.

Permasalahan pengendalian/kontrol diri (self control) siswa juga dialami di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal. Peneliti melihat beberapa perilaku kontrol diri (self control) yang terjadi di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal dalam bentuk verbal seperti: ikut-ikutan cabut dengan teman disaat jam pelajaran, sering berbicara dengan teman pada saat proses pembelajaran berlangsung, ikut-ikutan dengan teman sering terlambat atau tidak tepat waktu ke sekolah. Berdasarkan permasalahan siswa, maka peneliti tertarik melakukan penelitian di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal. Peneliti melihat beberapa siswa

yang di sekolah tersebut berperilaku seperti yang telah di sebutkan di atas. Dan itu menjadi permasalahan yang sering dihadapi guru bimbingan dan konseling.

## **METODE**

Adapun jenis penelitian yang dilakukan ialah penelitian kualitatif. Menurut Yatim Ariyanto penelitian yaitu “prosedur penelitian yang menghadirkan data deskriptif yang berupa kata-kata, tertulis atau lisan dari orang-orang atau perilaku yang dapat diamati. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian yang bersifat deskriptif” (Ariyanto, 1996: 73).

Penelitian kualitatif berlangsung secara natural, data dikumpulkan dari orang-orang yang terlihat dalam tingkah laku alamiah. Hasil penelitian kualitatif berupa deskriptif, suatu pemikiran atau suatu peristiwa pada masa sekarang ini yang bertujuan untuk membuat deskripsi, atau gambaran, atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat, serta hubungan antara fenomena yang diteliti (Ariyanto, 1996: 73).

Penelitian deskriptif kualitatif yang digunakan untuk memperoleh informasi mengenai upaya guru bimbingan konseling dalam meningkatkan kontrol diri siswa di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal secara mendalam. Jenis data yang dibutuhkan yaitu data primer dan data sekunder. Data primer adalah, “data yang di dapat dari sumber pertama baik dari individu atau perorangan melalui wawancara yang biasa dilakukan oleh peneliti”. Data primer ialah hal yang sangat pokok dalam pembahasan sebuah permasalahan dan sebuah penelitian. Dengan demikian, yang menjadi objek penelitian adalah hasil observasi dan

wawancara dengan guru bimbingan konseling dan kepala sekolah.

Data sekunder yaitu data pendukung yang digunakan peneliti dalam penyusunan penelitian ini. Data sekunder diperoleh dari data dokumentasi. Dengan menggunakan kedua data tersebut, maka pembahasan dan penelitian ini akan terarah kepada tujuan yang ingin dicapai.

Lokasi penelitian merupakan tempat yang dipilih sebagai lokasi yang akan diteliti untuk memperoleh data yang diperlukan. Lokasi yang dipilih oleh peneliti yaitu Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal Kecamatan Batang Natal. Kondisi sekolah tersebut sangat strategis, nyaman, aman dan tentram. Letaknya pun strategis karena berada di tepi jalan raya yang memudahkan siswa untuk menjangkau sekolah dengan menggunakan berbagai transportasi dan ada juga yang berjalan kaki ke sekolah. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah teknik observasi, wawancara, dan studi dokumentasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Kontrol Diri Siswa

Dalam meningkatkan kontrol diri siswa di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal, upaya yang dilakukan guru bimbingan dan konseling adalah sebagai berikut:

- a. Guru Bimbingan dan Konseling Memberikan Layanan Bimbingan Kelompok

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu E selaku guru BK pada tanggal 5 desember 2022 di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal tentang kontrol diri siswa di madarasah dapat di kemukakan sebagai berikut:

*“Kontrol diri yang dimiliki siswa di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal bisa dikatakan*

*baik ya, namun tidak semuanya juga yang kontrol dirinya baik, ada juga kontrol dirinya yang rendah. Contohnya siswa yang memiliki kontrol diri yang baik yaitu dapat mematuhi aturan sekolah dengan baik, menghormati guru, sopan, disiplin dalam belajar, serta selalu mendengarkan nasehat dari guru dan lain sebagainya. Dan adapun siswa dengan kontrol diri yang rendah contohnya ikut-ikutan cabut dengan teman sekelas, berbicara dengan teman di saat jam pelajaran berlangsung, tidak mendengarkan guru saat menjelaskan pelajaran di dalam kelas, mungkin itu saja yang saya lihat pada siswa yang kontrol dirinya rendah, saya kira itu saja”.* (Eka, 2022).

Berdasarkan penjelasan yang dikemukakan di atas dapat diartikan bahwa perilaku atau kontrol diri siswa di madrasah ini terdapat siswa yang lebih banyak memiliki kontrol diri yang baik daripada yang sebaliknya.

Dengan memberikan layanan bimbingan kelompok, guru bimbingan dan konseling memiliki peran yang sangat penting dalam dunia pendidikan. Guru bimbingan dan konseling juga banyak berperan dalam menyelesaikan masalah dan membentuk pribadi siswa yang lebih baik, terutama dalam meningkatkan kontrol diri siswa di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal. Upaya yang dilakukan guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kontrol diri siswa melalui bimbingan kelompok yaitu dengan memberikan bimbingan dan arahan yang bersifat membangun bagi siswa untuk dapat membedakan kontrol diri yang baik dan tidak baik. Dan dapat menjadikan pribadi siswa yang kontrol diri siswa lebih baik dari sebelumnya.

b. Guru Bimbingan dan Konseling Memberikan Layanan Konseling Individual

Upaya guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kontrol diri siswa adalah dengan memberikan layanan konseling individu di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal, meliputi:

- a. Memberikan nasehat, yaitu memberikan bimbingan dan arahan yang bertujuan membangun siswa agar lebih baik lagi dalam hal pengendalian diri agar tidak menyimpang ke jalan yang bersifat negatif.
- b. Memberikan hukuman, yaitu hukuman yang tidak bersifat kriminal, akan tetapi hukuman yang di berikan yaitu menghafal surah Al-Qur'an, dan hukuman yang berupa surat panggilan kepada orang tua.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan ibu E selaku guru BK pada tanggal 5 desember 2022 di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal tentang upaya yang dilakukan guru BK dalam meningkatkan kontrol diri siswa, yaitu sebagai berikut:

*"Upaya yang saya lakukan selaku guru BK di madrasah ini pada umumnya yaitu layanan konseling individual yang bertujuan untuk meningkatkan kontrol diri siswa. selanjutnya diberi arahan dan bimbingan dengan melakukan metode pemberian nasehat dan proses konseling. Dan yang terakhir pemberian hukuman. Setiap permasalahan yang dihadapi siswa memiliki tahapan yang berbeda sesuai dengan permasalahan yang dihadapi. Contohnya siswa yang sering cabut*

*atau bolos sekolah, untuk kasus ini biasanya melakukan kegiatan konseling individu sehingga mengetahui penyebab siswa tersebut sering bolos sekolah. Setelah diketahui permasalahannya, maka selaku guru BK akan mencari solusi terhadap siswa dan membuat perjanjian antara siswa dan guru BK. Jika hal tersebut tetap berlanjut akan diberikan SP 1 kepada siswa, yang berisi surat pernyataan yang akan di tanda tangani orang tua" (Eka, 2022).*

Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada guru BK di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal, maka peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa upaya guru bimbingan dan konseling yaitu dengan pemberian nasehat kepada siswa, melakukan pembinaan berdasarkan tahapan yang sesuai dengan permasalahan yang dihadapi oleh siswa, dan memberikan hukuman kepada siswa yaitu sesuai dengan permasalahan yang dialami oleh siswa.

Hasil penelitian ini menggunakan teknik triangulasi, untuk mendapatkan sumbernya maka dapat menyesuaikan antara observasi, wawancara, dan studi dokumentasi di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal mengenai kontrol diri siswa di sekolah tersebut, adapun hasilnya ialah:

- a. Hasil dari wawancara peneliti dengan guru BK menyatakan bahwa upaya guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kontrol diri siswa dengan memberikan layanan konseling individual di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal.
- b. Guru bimbingan dan Konseling memberikan nasehat, bimbingan serta arahan yang

baik dan guru bimbingan dan konseling juga memberikan hukuman yang tidak bersifat kriminal atau kekerasan akan tetapi berupa hukuman dengan memberikan tugas menghafal surah Al Qur'an yang ditentukan oleh guru BK dan sebagainya.

### **Hambatan-hambatan yang di Alami Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Kontrol Diri Siswa di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal**

Setelah penulis melakukan penelitian di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal, penulis menemukan ada banyak faktor yang menjadi hambatan dalam meningkatkan kontrol diri siswa yaitu sebagai berikut:

#### **a. Pengaruh Lingkungan Sekitar**

Pengaruh dari lingkungan sekitar siswa yaitu dalam pergaulan siswa yang kurang baik dan pengaruh media massa. Dengan adanya perkembangan teknologi dan informasi di era digital masa kini, dimana melalui internet segala akses dengan mudah di dapatkan oleh siswa baik itu melalui komputer dan handphone. Namun, tanpa adanya pengontrolan yang baik dari orang tua maupun guru maka siswa bisa saja mengakses segala hal yang bersifat negatif bagi siswa.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti melakukan wawancara dengan guru BK, yaitu ibu E, beliau mengungkapkan:

"Adapun yang menjadi hambatan dalam meningkatkan kontrol diri siswa di sekolah ini adalah pengaruh dari internet khususnya aplikasi game, handphone yang semakin canggih, itu sangat berpengaruh terhadap perkembangan sikap, perilaku, serta pola pikir siswa. Kemudian guru juga tidak selalu memantau dan mengawasi

perilaku siswa di luar sekolah" (Eka, 2022).

#### **b. Kurangnya Partisipasi Aktif dari Orang Tua**

Adapun hambatan guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kontrol diri siswa di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal yaitu kurangnya partisipasi aktif dari orang tua siswa di luar jam sekolah. Hal ini disampaikan ibu E selaku guru BK, yaitu:

*"Yang menjadi hambatan dalam meningkatkan kontrol diri siswa di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal adalah kurangnya partisipasi aktif orang tua dalam membantu kami di luar jam sekolah, misalnya sebagai guru BK di sekolah saya sudah berupaya semaksimal mungkin dalam meningkatkan kontrol diri siswa menjadi lebih baik namun setelah pulang sekolah peran orang tua kurang aktif dalam mengawasi perilaku siswa tersebut. Sehingga ada beberapa siswa yang menyimpang dan tidak dapat mengontrol dirinya dengan baik, dan orang tua tersebut menyerahkan sepenuhnya kepada guru BK. Hal tersebut juga menjadi salah satu hambatan yang di alami guru BK dalam meningkatkan kontrol diri siswa menjadi lebih baik" (Eka, 2022).*

Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa orang tua siswa termasuk bagian dari tenaga dalam meningkatkan kontrol diri siswa yang mengarah pada suatu tujuan yang sama, yaitu menjadikan siswa yang memiliki kontrol diri yang baik sehingga dengan kontrol diri yang baik dapat menuju perkembangan siswa yang seoptimal mungkin. Oleh karena itu, orang tua sangat dibutuhkan dalam hal meningkatkan kontrol diri siswa karena orang tua adalah pendidikan pertama

bagi siswa. Orang tua harus ikut berpartisipasi dalam meningkatkan kontrol diri siswa dan harus ada kerja sama antara guru BK dengan orang tua siswa baik di sekolah maupun di luar sekolah.

Hasil penelitian ini menggunakan teknik triangulasi, untuk mendapat sumbernya maka dapat menyesuaikan antara observasi, wawancara, dan studi dokumentasi di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal mengenai upaya guru BK dalam meningkatkan kontrol diri siswa tersebut, adapun hasilnya ialah sebagai berikut:

- a) Hasil dari wawancara yang peneliti lakukan dengan guru BK dalam upaya meningkatkan kontrol diri siswa melalui pendekatan konseling individu dan bimbingan kelompok di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal sudah bisa teratasi dengan baik dimana siswa dengan kontrol diri yang rendah sudah menjadi lebih baik dari sebelumnya.
- b) Adapun hambatan yang di alami guru BK dalam meningkatkan kontrol diri siswa di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal yaitu kurangnya partisipasi aktif orang tua siswa dalam hal mengontrol diri siswa di rumah masing-masing. Dan terdapat juga hambatan lain yaitu pengaruh lingkungan sekitar siswa yang dapat membuat siswa memiliki kontrol diri yang rendah atau kontrol diri yang kurang baik. Misalnya sering berkelahi karena tidak bisa menahan emosi yang di sebabkan akibat dari rendahnya kontrol diri siswa tersebut.
- c) Guru BK melakukan kunjungan rumah untuk berkonsultasi dan bekerja sama dengan orang tua

siswa di rumah dalam menangani permasalahan siswa, baik di dalam sekolah maupun luar sekolah.

c. Kurangnya Fasilitas Bimbingan dan Konseling di Sekolah

Guru bimbingan dan konseling menjelaskan ada banyak hambatan yang di alaminya dalam meningkatkan kontrol diri siswa di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal, misalnya kurangnya guru bimbingan dan konseling di sekolah dan kurangnya pemahaman siswa tentang fungsi dan tugas guru bimbingan dan konseling menjadi hambatan bagi guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kontrol diri siswa.

Dari hasil observasi mengenai hambatan yang di alami guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kontrol diri siswa di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal yaitu dimana hambatan tersebut berupa kurangnya fasilitas yang memadai, seperti pagar sekolah sehingga siswa lebih leluasa keluar masuk sekolah yang membuat siswa lebih mudah untuk melakukan perilaku membolos. Dan hambatan lain yang di alami guru bimbingan dan konseling yaitu tidak adanya jam khusus untuk guru bimbingan dan konseling serta tidak adanya ruangan khusus bimbingan dan konseling yang membuat guru bimbingan dan konseling merasa terhambat dalam meningkatkan kontrol diri siswa.

Kurangnya fasilitas yang memadai di sekolah, guru bimbingan dan konseling harus memanfaatkan fasilitas yang ada misalnya, melakukan konseling di kelas, di ruangan guru atau dimana konseli merasa nyaman dalam melakukan bimbingan dan konseling. Dan contoh lain seperti tidak adanya jam khusus untuk guru bimbingan dan konseling disini guru bimbingan dan konseling memanfaatkan ruang kelas

yang kosong apabila guru mata pelajaran sedang tidak masuk kelas/hadir.

### **Solusi yang Dilakukan Guru Bimbingan dan Konseling untuk Mengatasi Hambatan dalam Meningkatkan Kontrol Diri Siswa**

Adapun solusi yang dilakukan guru bimbingan konseling untuk mengatasi hambatan dalam meningkatkan kontrol diri siswa adalah:

a. Menjalinkan Komunikasi yang Efektif dengan Orang Tua dan Masyarakat Partisipasi orang tua dan masyarakat akan tumbuh jika orang tua dan masyarakat juga merasakan manfaat dari keikutsertaannya dalam program sekolah. Manfaat dapat diartikan luas, termasuk rasa diperhatikan dan rasa puas karena dapat menyumbangkan kemampuannya bagi kepentingan sekolah. Jadi prinsip menumbuhkan hubungan dengan masyarakat adalah saling memberikan kepuasan. Salah satu jalan penting dalam membina hubungan dengan masyarakat adalah menjalin komunikasi yang efektif. Sebagaimana yang dikatakan ibu E selaku guru BK, yaitu:

*“Dalam meningkatkan kontrol diri siswa perlu adanya menjalin hubungan kerja sama dengan orang tua dan masyarakat lingkungan sekitar siswa. oleh karena itu, dengan adanya hubungan dan komunikasi terhadap orang tua dan masyarakat akan memungkinkan lebih mudah untuk meningkatkan kontrol diri siswa menjadi lebih baik. Dengan adanya komunikasi dengan orang tua dan masyarakat, maka dengan itu guru BK akan lebih mudah membina dalam meningkatkan kontrol diri siswa menjadi lebih baik dari sebelumnya”* (Eka, 2022).

Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti dapat menyimpulkan

bahwa dengan adanya hubungan dengan orang tua dan masyarakat akan lebih memudahkan guru BK dalam meningkatkan kontrol diri siswa. Dimana dengan adanya rasa keprihatinan dan kepedulian masyarakat dan orang tua akan dapat menumbuhkan manfaat yang besar dalam meningkatnya kontrol diri siswa tersebut. Dengan rasa peduli dan rasa diperhatikan akan membuat siswa lebih mudah mengendalikan dirinya dengan baik dan tidak akan menyimpang ke dalam perilaku yang berbau negatif.

b. Memanfaatkan Fasilitas yang Ada untuk Kegiatan Bimbingan dan Konseling

Dalam upaya guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kontrol diri siswa di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal pastinya memiliki hambatan walaupun itu hanya hambatan atau kendala kecil saja. Adapun upaya guru bimbingan dan konseling untuk mengatasi hambatan dalam meningkatkan kontrol diri siswa di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal, yaitu sebagaimana yang dikatakan oleh ibu E selaku guru BK yaitu:

*“Jadi, dalam mengatasi hambatan dalam meningkatkan kontrol diri siswa di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal adalah guru bimbingan dan konseling memanfaatkan fasilitas yang ada di sekolah tersebut dengan cara bimbingan kelompok di kelas yang kosong atau di lapangan sekolah, misalnya memberikan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kontrol diri siswa, dan untuk mengatasi tidak adanya jam khusus bimbingan konseling guru bimbingan dan konseling akan mencari jam kosong (tidak ada guru di kelas) untuk dimanfaatkan dalam memberikan layanan sesuai kebutuhan siswa”* (Eka, 2022).

Dari hasil wawancara yang dilakukan penulis dengan guru bimbingan dan konseling di sekolah menjelaskan bahwa banyak sekali hambatan yang di alami guru bimbingan dan konseling di sekolah, hambatan yang di alami guru bimbingan dan konseling terutama adalah fasilitas yang tidak memadai, karena kurangnya fasilitas yang ada di sekolah menjadi hambatan bagi guru bimbingan dan konseling misalnya dalam hal memberikan layanan, seperti tidak adanya ruangan khusus bimbingan konseling serta tidak adanya ruangan tempat penyimpanan data-data siswa yang seharusnya sebagai pendukung utama dalam menentukan keberhasilan guru bimbingan dan konseling. Dan hal lainnya seperti tidak adanya jam khusus bimbingan dan konseling di sekolah.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan penulis tentang "Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Kontrol Diri Siswa di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal" dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Upaya guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kontrol diri siswa di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal adalah dengan memberikan bimbingan, arahan, serta layanan kepada siswa-siswanya agar dapat mengontrol dirinya dengan baik. Apabila bimbingan dan arahan yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling masih belum bisa mengubah siswa menjadi lebih baik, maka guru bimbingan dan konseling akan melakukan kunjungan rumah atau mengirim surat untuk orang tua siswa agar

orang tua siswa datang ke sekolah dan guru bimbingan dan konseling akan menanyakan terlebih dahulu bagaimana siswa tersebut di rumah dan sebagainya.

2. Hambatan-hambatan yang di alami guru bimbingan dan konseling terutama adalah fasilitas yang tidak memadai, karena kurangnya fasilitas yang ada di sekolah menjadi hambatan bagi guru bimbingan dan konseling misalnya dalam hal memberikan layanan, seperti tidak adanya ruangan khusus bimbingan konseling serta tidak adanya ruangan tempat penyimpanan data-data siswa yang seharusnya sebagai pendukung utama dalam menentukan keberhasilan guru bimbingan dan konseling. Dan hal lainnya seperti tidak adanya jam khusus bimbingan dan konseling di sekolah. Dan hambatan lain yaitu kurangnya partisipasi aktif orang tua dalam mengontrol siswa serta dengan adanya pengaruh lingkungan di sekitar siswa menjadi hambatan juga dalam meningkatkan kontrol diri siswa, apabila lingkungan sekitar siswa merupakan lingkungan yang kurang baik dalam pengendalian diri.

Solusi yang dilakukan guru bimbingan dan konseling untuk mengatasi hambatan dalam meningkatkan kontrol diri siswa di Madrasah Aliyah Negeri 5 Mandailing Natal yaitu guru bimbingan dan konseling memanfaatkan fasilitas yang ada di sekolah tersebut dengan cara bimbingan kelompok di kelas yang kosong atau di lapangan sekolah, misalnya memberikan layanan informasi

untuk meningkatkan kontrol diri siswa, dan untuk mengatasi tidak adanya jam khusus bimbingan konseling guru bimbingan dan konseling akan mencari jam kosong (tidak ada guru di kelas) untuk dimanfaatkan dalam memberikan layanan sesuai kebutuhan siswa. Dan menjalin komunikasi yang efektif dengan masyarakat dan orang tua agar dapat menumbuhkan serta meningkatkan kontrol diri siswa menjadi lebih baik lagi.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ariyanto, Yatim. *Metode Penelitian*, (Surabaya: SIC, 1996)
- Arikunto, Suharsimi. *Manajemen Pendidikan*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2007)
- Arikunto, Suharsimi. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan RAD*, (Bandung: Alfabeta, 2017)
- Calhoun, J.F dan Acocella, J.R. 1990. *Psikologi Penyesuaian dan Hubungan manusia*. New York: McGraw Hill, Inc.
- Carlson. *The Science of Behavior*, (Boston: Allyn and Bacon a Division of Simon and Schuster Inc, 1987)
- Chaplin. *Dictionary Of Psychology*, Kamus Lengkap Psikologi, terj. Kartono Kartini, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2008)
- Djamarah, Saiful Bahri. *Guru dan Anak Didik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2005)
- Ghufron, M. Nur dan Rini Risnawati S. *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014)
- Hermanto. 2009, *Pengertian Kontrol Diri*. <http://kasturi82.blogspot.com/2009/5/pengertian-kontrol-diri-2836.html> {accessed 2012/01/22}
- Lumongga, Namora. *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2001)
- Nurihsan, A.J. *Metode Pembinaan Self Control*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2005)
- Poerwadarminta. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2003)
- Prayitno. *Profesionalisasi Konseling dan Pendidikan Konselor*, (Jakarta: Depdikbud, 1987)
- Prayitno, *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013)
- Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: 2005)
- May, Rollo. *Seni Konseling*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2003)
- Soejipto dan Raflis Kosasi. *Profesi Keguruan*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009)
- Sukardi, Dewa Ketut. *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008)
- Sugiono. *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan RAD*, (Bandung: Alfabeta, 2008)
- ....., *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan RAD*, (Bandung: Alfabeta, 2017)
- Thantawy, R. *Manajemen Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Pamator, 1997)
- Zulkarnaen, (2002). *Hubungan Kontrol Diri dan Kreativitas Pekerja*. Laporan Penelitian. Universitas Sumatera Utara. Online at <http://library.usu.ac.id/psiko-zulkarnaen> (disunting tgl bulan 2012).