

ABSTRAK

Sabella, Agnesya Salsa. 2022. *Penggunaan Konseling Kelompok Realita Untuk Meningkatkan Pengaturan Diri Siswa Kelas IX SMP Negeri 48 Surabaya*. Program Studi Bimbingan dan Konseling. Fakultas Pedagogi dan Psikologi. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing Dr. Cindy Asli Pravesti, S.Pd., M.Pd.

Kata Kunci: Konseling Kelompok, Konseling Realita, Pengaturan Diri

Penelitian ini dilaksanakan berdasarkan fenomena yang ada pada siswa kelas IX SMP Negeri 48 Surabaya yang menunjukkan tingkat pengaturan diri rendah. Rumusan masalah yaitu apakah layanan konseling kelompok realita dapat digunakan untuk meningkatkan pengaturan diri siswa kelas IX SMP Negeri 48 Surabaya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kegunaan konseling kelompok realita untuk meningkatkan pengaturan diri siswa kelas IX SMP Negeri 48 Surabaya.

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian *Quasi Eksperimental Design* bentuk *Nonequivalent Control Group Design*. Populasi penelitian adalah siswa kelas IX, dan sebagai sampelnya adalah 10 siswa, yang terdiri dari 5 siswa kelas IX A sebagai kelompok eksperimen serta 5 siswa kelas IX B sebagai kelompok kontrol yang memiliki tingkat pengaturan diri yang rendah. Teknik sampel diambil dengan teknik *purposive sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan angket pengaturan diri. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Mann-Whitney*. Analisis data menggunakan bantuan program *SPSS 26 for window*.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan pada pengaturan diri siswa. Pengaturan diri siswa pada kelompok eksperimen sebelum diberi perlakuan konseling kelompok realita berada pada kategori rendah dengan skor rata-rata sebesar 43,0, dan setelah diberi perlakuan berupa layanan konseling kelompok realita masuk kedalam kategori tinggi dengan skor rata-rata 53,4. Sedangkan pengaturan diri siswa pada kelompok kontrol sebelum

diberi perlakuan *Self-management* berada pada kategori rendah dengan skor rata-rata sebesar 43,0, dan setelah diberi perlakuan berupa layanan konseling *Self-management* masuk dalam kategori tinggi dengan skor rata-rata 47,4. Hasil uji *Mann-Whitney* menunjukkan bahwa Asym Sig. (2-tailed) bernilai 0,008 lebih kecil dari $< 0,05$. Maka, dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya ada perbedaan antara hasil pengaturan diri siswa untuk *Pre-test* dan *Post-test*. Hipotesis penelitian ini berbunyi “*Penerapan Konseling Kelompok Realita Untuk Meningkatkan Pengaturan Diri Siswa kelas IX SMP Negeri 48 Surabaya*”. Dengan demikian penerapan konseling kelompok realita dapat digunakan untuk meningkatkan pengaturan diri siswa kelas IX SMP Negeri 48 Surabaya.

ABSTRACT

Sabella, Agnesya Salsa. 2022. *The Use of Reality Group Counseling to Improve Self-Regulation for Class IX Students at SMP Negeri 48 Surabaya*. Guidance and Counseling Study Program. Faculty of Pedagogy and Psychology. PGRI Adi Buana University, Surabaya. Supervisor Dr. Cindy Asli Pravesti, S.Pd., M.Pd.

Keyword: *Group Counseling, Reality Counseling, Self-Regulation.*

This research was carried out based on the phenomena that existed in class IX at 48 Surabaya Junior High School which showed a low level of self-regulation. The formulation of the problem is whether reality group counseling services can be used to improve self regulation of class IX students at 48 Surabaya Junior High School. This study aims to determine the use of reality group counseling to improve self-regulation of class IX students at 48 Surabaya Junior High School.

This study uses a quantitative research approach with the type of research is *Quasi Experimental Design* in the form of *Nonequivalent Control Group Design*. The population of the study was class IX students, and the sample was 10 students, consisting of 5 students in class IX A as the experimental group and 5 students in class IX B as a control group who had a low level of self-regulation. The sampling technique was taken by *purposive sampling* technique. The data collection method used a self-regulation questionnaire. The analytical technique used in this study is the *Mann-Whitney* test. Data analysis using SPSS 26 for window program.

The results of this study indicate an increase in student self-regulation. Students' self-regulation in the experimental group before being given treatment with reality group counseling was in the low category with an average score of 43.0, and after being treated in the form of reality group counseling services it was in the high category with an average score of 53.4. Meanwhile, students' self-regulation in the control group before being given *self-management* treatment was in the low category with an average score of 43.0, and after being given treatment in the form of *self-management* counseling

services, it was in the high category with an average score of 47.4. *Mann-Whitney* test results show that Asym Sig. (2-tailed) is 0.008 less than < 0.05 . So, it can be concluded that Ha is accepted and H0 is rejected, meaning that there is a difference between the results of students' self-regulation for the *Pre-test* and *Post-test*. The hypothesis of this research reads "*Application of Reality Group Counseling to Improve Self-Management for Class IX Students at The 48th State Junior High School in Surabaya*". Thus the application of reality group counseling can be used to improve self-regulation of class IX students at SMP Negeri 48 Surabaya.