

## PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK DALAM MENINGKATKAN SELF-REGULATION SISWA DI LPKA KELAS 1A PALEMBANG

Msy. Destri Maharani<sup>1</sup>, Taty Fauzi<sup>2\*</sup>, Ramtia Darma Putri<sup>3</sup>

Universitas PGRI Palembang<sup>1,2\*,3</sup>

\*) Corresponding author, email: [msydestri@gmail.com](mailto:msydestri@gmail.com)<sup>1</sup>, [taty.fauzi@yahoo.co.id](mailto:taty.fauzi@yahoo.co.id)<sup>2\*</sup>, [tyadhuarma23@gmail.com](mailto:tyadhuarma23@gmail.com)<sup>3</sup>

### ABSTRACT

The problem in this research concerns the low level of self-regulation of students assisted by Class 1 A Prison. In general, it is triggered by economic conditions and having an attitude of violating the law. The goal to be achieved is to find out whether group guidance services using Self Management techniques can improve students' self-regulation at LPKA Class 1 Palembang. The research uses a quantitative approach with a threatment pre-experiment design, using a one group pretest-posttest design. Research subjects were Class IX of Filial Middle School Class 1 with a sample of 9 students. From 23 people the population was drawn based on total sampling technique. In accordance with the requirements, group guidance services take place. The data was tested using the Wilcoxon test, the results of the initial test and the final Asymp value test. Sig. (2-tailed = 0.0061 < 0.05 hypothesis is accepted, there is a difference in the average results of the initial test and final test. The findings prove that there is a change in increasing students' self-regulation after receiving group guidance services using techniques through self-management

### Keywords

group guidance, self-regulation, self-management

### ABSTRAK

Permasalahan dalam penelitian ini tentang rendahnya regulasi diri siswa binaan Lapas Kelas 1 A. Secara umum dipicu karena kondisi ekonomi dan memiliki sikap perilaku melanggar hukum. Adapun tujuan yang hendak dicapai dalam untuk mengetahui apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Management* dapat meningkatkan *self regulation* siswa di LPKA Kelas 1 Palembang. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan threatment pre-eksperimen *design*, *menggunakan one group pretest-posttest design*. Subjek penelitian Kelas IX SMP Filial Kelas 1 dengan sampel 9 siswa. Dari 23 orang populasi ditarik berdasarkan teknik *total sampling*. Sesuai dengan persyaratan dalam layanan bimbingan kelompok berlangsung. Data diuji dengan uji *Wilcoxon*, *hasil uji tes awal dan tes akhir nilai Asymp*. Sig. (2-tailed = 0,0061 ≤ 0,05 hipotesis diterima, ada perbedaan rata-rata hasil tes awal dan tes akhir. Temuan membuktikan bahwa ada perubahan peningkatan regulasi diri siswa setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik melalui *self Management*

### Kata Kunci

bimbingan kelompok, regulasi diri, manajemen diri

**Cara mengutip:** Maharani, M. D., Fauzi, T., & Putri, R. D. (2024). Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Self-Regulation Siswa Di LPKA Kelas 1A Palembang. *Nusantara of Research : Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 11(3), 291–301. <https://doi.org/10.29407/nor.v11i3.23129>

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan adalah sebuah proses berkelanjutan mulai dari seseorang masih dalam kandungan hingga ia menutup mata terus berjalan. Dalam proses pendidikan itu pula ternyata berbagai hal dapat terjadi, situasi sulit, permasalahan baik yang berasal dari faktor individu itu sendiri atau pengaruh diluar lingkungan. Namun, tidak semua anak dapat memperoleh akses pendidikan sebagaimana diharapkan karena berbagai faktor ini termasuk situasi di mana anak-anak seharusnya mendapat kesempatan untuk belajar, namun terhalang oleh status sosial ekonomi yang memaksa mereka untuk bekerja demi membantu keluarga. Selain itu, faktor-faktor demografi, budaya, norma, adat istiadat, dan agama yang mempengaruhi pola asuh keluarga sehingga beberapa anak yang kurang beruntung terjerat kasus hukum dan harus direhabilitasi agar ia dapat bermasyarakat kembali melanjutkan cita-cita hidupnya. Dalam kondisi sulit tersebut diantara anak-anak yang dalam usia pendidikan harus bermukim di tempat rehabilitasi sehingga hubungan mereka kemasyarakat menjadi terhambat, untuk itu pemerintah memberikan wadah sekolah didalam lembaga hukum (Lapas) agar potensi tetap dapat berlanjut. Pasal 104 (UU SPPA mengatur) sesuai dengan UU SPPA maksimal 3 tahun. Adapun yang dimaksud dengan LPKA yakni lembaga atau tempat anak menjalani masa pidananya. Sebagaimana dijelaskan dalam Pasal 1 angka 8 jo bahwa LPKA wajib menyelenggarakan pendidikan, pelatihan keterampilan, pembinaan, dan pemenuhan hak lain sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan. Program pendidikan dan pembinaan ini diawasi oleh Balai Pemasyarakatan. Kemudian Pemerintah bekerjasama dengan kementerian pendidikan untuk mendatangkan tenaga pendidik sebagai guru yang memberikan pembelajaran. Untuk hal-hal yang berkaitan dengan sikap dan pengembangan potensi guru guru BK menempati peran utama dalam prosesnya pembinaan mental.

(Tim Pengkajian Hukum Badan Pembinaan Hukum Nasional Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia RI dari laman Badan Pembinaan Hukum Nasional ("BPHN"), 2003)atas dasar Pasal 4, 5 dan 6 [Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional](#) ("UU Sisdiknas") menegaskan bahwa anak yang ditempatkan dalam LPKA berhak mendapatkan pendidikan tanpa dibeda-bedakan, pemerintah bertanggung jawab atas penyelenggaraan pendidikan tersebut. Pendidikan yang diberikan pada anak dapat berupa pendidikan formal, informal maupun nonformal yang dapat saling melengkapi dan memperkaya. Pendidikan formal terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi. ]

Dalam proses pemberian layanan Guru BK bertugas untuk mengetahui dan juga memahami perilaku masing-masing siswa sehingga setiap permasalahan siswa yang dialami dapat diusahakan jalan pemecahannya. Untuk memenuhi kebutuhan layanan dan bimbingan guru melakukan strategi *self regulation*, untuk memfungsikan pola pikir dalam mengelola emosi. Dalam *self regulation* siswa dilatih dan dibentuk pola pikirnya agar memiliki kemampuan mengontrol diri. Selain dari hal tersebut regulasi diri juga merupakan proses yang mendasari pola pikirsikap dan perasaan. Kemampuan self regulasi diri dan self manajemen melatih siswa agar dapat mengelola perilaku sesuai dengan norma sosial yang berlaku.

Menurut (2020; Herlena & Dwi, 202). bahwa regulasi pada diri sangat penting agar mengelola pikiran yang positif dan bisa memilih suatu pencapaian untuk masa yang akan datang. Hal senada dipertegas oleh Hidayati (2018) perubahan perilaku melalui *self management memiliki kebiasaan* dengan pengaturan mengendalikan diri.

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan *pra eksperimen*. Penggunaan metode dalam penelitian ini melalui eksperimen semu. Digunakan untuk melihat pra dan pasca treatment. Tahap akhir untuk mengetahui efektif atau tidaknya perlakuan layanan diberikan angket yang berkaitan dengan variabel X dan Y. Analisis data menggunakan bantuan *Statistik SPSS versi 26*.

## HASIL

Berdasarkan hasil tes hipotetik awal pada variabel *self regulation skor* maksimal:  $30 \times 4 = 120$ , skor minimal:  $30 \times 1 = 30$  rata-rata hipotetik (M) =  $(120 + 30)/2 = 75$ , dengan standar deviasi hipotetik (SD) =  $(120 - 30) / 6 = 15$ . Jika digambarkan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

**Tabel .1 Interval Kriteria Tes Awal**

No.	Interval	Kriteria
1	$X \geq M + 1SD$	Tinggi
2	$M-1SD < X < M+1SD$	Sedang
3	$X \leq M - 1SD$	Rendah

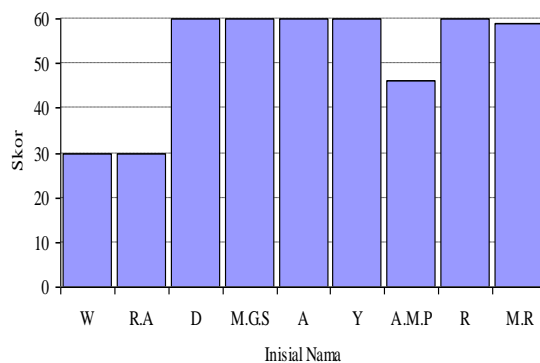
**Tabel .2 Kriteria *Self Regulation* pada Tes Awal**

No.	Interval	Kriteria	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	$X \geq 90$	Tinggi	0	0
2	$60 < X < 90$	Sedang	5	56
3	$X \leq 60$	Rendah	4	44
Jumlah			9	100

Hasil penyebaran angket menggunakan Skala Likert yang dengan opsions 4 alternatif jawaban, Sangat Tidak Setuju (STS) dengan skor 1, Tidak Setuju (TS) dengan skor 2, Setuju (S) dengan skor 3, dan Sangat Setuju (SS) dengan skor 4.

**Tabel 3 Hasil *Self Regulation* pada Tes Awal**

No.	Inisial Nama	Skor	Kategori
1	W	30	Rendah
2	R.A	30	Rendah
3	D	60	Sedang
4	M.G.S	60	Sedang
5	A	60	Sedang
6	Y	60	Sedang
7	A.M.P	46	Rendah
8	R	60	Sedang
9	M.R	59	Rendah
<b>Skor Maksimal</b>		<b>60</b>	
<b>Skor Minimal</b>		<b>30</b>	
<b>Rata-rata</b>		<b>52</b>	<b>Rendah</b>



**Grafik 1. Test Awal (Self Regulasi )**

*Self regulation* siswa di LPKA membuktikan berada pada kategori rendah dengan rata-rata skor ( 52), skor maksimal sebesar 60 dan skor minimal sebesar 30.

Hasil tes akhir pada *self regulation*. dalam bimbingan kelompok , dikelompokkan menjadi tiga kategori: tinggi, sedang, dan rendah. Penjelasan lengkap mengenai hasil penghitungan tersebut adalah sebagai berikut. Skor maksimal :  $30 \times 4 = 120$ , Skor minimal :  $30 \times 1 = 30$ , Rata-rata hipotetik (M) =  $(120 + 30)/2 = 75$ , dengan standar deviasi hipotetik (SD) =  $(120 - 30)/6 = 15$ . Hasil perhitungan tersebut seperti tabel interval berikut:

**Tabel 4. Interval Kriteria Tes Akhir**

No.	Interval	Kriteria
1	$X \geq M + 1SD$	Tinggi
2	$M-1SD < X < M+1SD$	Sedang
3	$X \leq M - 1SD$	Rendah

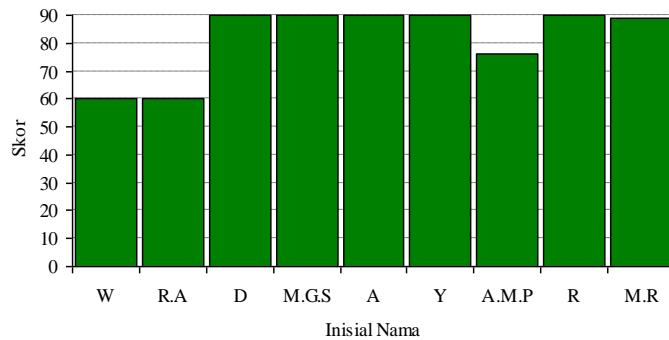
**Tabel 5. Kriteria *Self Regulation* pada Tes Akhir**

No.	Interval	Kriteria	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	$X \geq 90$	Tinggi	5	56
2	$60 < X < 90$	Sedang	4	44
3	$X \leq 60$	Rendah	0	0
Jumlah			9	100

Selanjutnya test akhir berdasarkan sebaran angket dilihat pada tabel 6.

**Tabel 6 Hasil *Self Regulation* pada Tes Akhir**

No.	Inisial Nama	Skor	Kategori
1	W	60	Sedang
2	R.A	60	Sedang
3	D	90	Tinggi
4	M.G.S	90	Tinggi
5	A	90	Tinggi
6	Y	90	Tinggi
7	A.M.P	76	Sedang
8	R	90	Tinggi
9	M.R	89	Sedang
<b>Skor Maksimal</b>		<b>90</b>	
<b>Skor Minimal</b>		<b>60</b>	
<b>Rata-rata</b>		<b>82</b>	<b>Sedang</b>



**Gambar 2 Grafik Hasil Tes Akhir pada *Self Regulation***

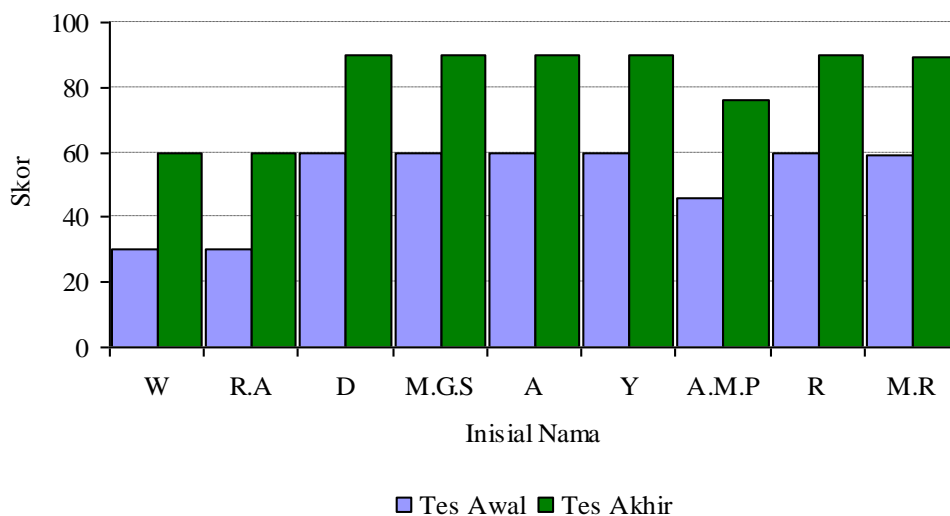
Secara keseluruhan siswa di LPKA Palembang *self regulasi* berada pada kategori sedang dengan rata-rata skor yang diperoleh adalah sebesar 82, skor maksimal sebesar 90 dan skor minimal sebesar 60.

Peningkatan hasil *self regulation* pada awal dan akhir *treatment* membuktikan menunjukkan adanya. Selanjutnya untuk melihat perbedaan pada *treatment* awal dan akhir sebagai berikut.

**Tabel 7 Perbandingan Tes Awal dan Tes Akhir pada *Self Regulation***

No.	Inisial Nama	Tes Awal	Kategori	Tes Akhir	Kategori
1	W	30	Rendah	60	Sedang
2	R.A	30	Rendah	60	Sedang
3	D	60	Sedang	90	Tinggi
4	M.G.S	60	Sedang	90	Tinggi
5	A	60	Sedang	90	Tinggi
6	Y	60	Sedang	90	Tinggi
7	A.M.P	46	Rendah	76	Sedang
8	R	60	Sedang	90	Tinggi
9	M.R	59	Rendah	89	Sedang
<b>Rata-rata</b>		<b>52</b>	<b>Rendah</b>	<b>82</b>	<b>Sedang</b>

Grafik perbedaan hasil dilihat sebagai berikut:



**Gambar .3 Grafik Peningkatan Hasil Tes Awal dan Tes Akhir**

Berdasarkan peningkatan skor yang diperoleh saat tes awal dan tes akhir terlihat ada perubahan siswa setelah mendapatkan perlakuan (*treatment*) bimbingan kelompok dengan *self regulation*.

**Deskripsi Data dan Analisis Data**

**Tabel 8 Analisis Data**

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Tes Awal	9	30	60	51,67	13,096
Tes Akhir	9	60	90	81,67	13,096
Valid N (listwise)	9				

Berdasarkan hasil tabel 4.8 di atas, diketahui nilai tes awal dengan nilai *mean* sebesar 51,67 dengan nilai *standar deviation* (SD) sebesar 13,096 dan nilai tes akhir dengan nilai *mean* 81,67 dengan nilai *standar deviation* (SD) sebesar 13,096.

**Hasil Uji Hipotesis**

Penguji hipotesis dilakukan dengan menggunakan Uji Z. Proses pengelolaan data, yaitu menggunakan bantuan SPSS 23.0. Hasil perhitungan dengan Uji Z, dapat dilihat sebagai berikut.

**Tabel 9 Hasil Hasil Uji Wilcoxon**

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Tes Akhir - Tes Awal	Negative Ranks	9 <sup>a</sup>	5.00	45.00
	Positive Ranks	0 <sup>b</sup>	.00	.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	9		
a. Tes Akhir < Tes Awal				
b. Tes Akhir > Tes Awal				
c. Tes Akhir = Tes Awal				

Tabel perhitungan hasil olah *output SPSS versi 23,0*, terlihat bahwa *Asymp. Sig. (2-tailed)* bernilai 0,006. Karena nilai 0,006 lebih kecil dari  $\leq 0,05$  maka hipotesis diterima, ada perbedaan rata-rata antara hasil tes awal dan tes akhir, sehingga dapat dikatakan ada peningkatan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* dapat meningkatkan *self regulation* pada diri siswa SMP LPKA kelas 1 Palembang.

Tabel *test statistics* di dapat nilai  $Z_{hitung}$  adalah -2,676<sup>b</sup>sedangkan nilai  $Z_{tabel}$  yang diperoleh dari tabel Z dengan alpha 5% atau 0,05 nilainya sekitar 2,006; sedangkan pada nilai *Sig. (2-tailed)* diperoleh 0,000 ( $0,000 \leq 0.05$ ) sesuai dengan penguji  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hasil perhitungan di simpulkan bahwa  $Z_{hitung} \leq Z_{tabel}$  ( $Z_{hitung}$  kurang dari sama dengan  $Z_{Tabel}$ ) - 2,676  $\leq$  2,006; maka  $H_a$  diterima. Artinya, ada peningkatan antara nilai tes awal ke nilai tes akhir. Dengan begitu dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *self management* dapat meningkatkan *self regulation* pada diri siswa di SMP LPKA kelas 1 Palembang.

## PEMBAHASAN

Pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* dalam penelitian ini dilakukan empat kali perlakuan. Dari hasil *pre-test* diketahui bahwa siswa memiliki motivasi belajar yang rendah dengan rata-rata 52 dan hasil *post-test* dengan skor 82 pada kategori sedang. Pada penelitian ini bimbingan kelompok dilaksanakan dengan jumlah 9 orang andik yang memiliki *self regulation* rendah.

Hasil peneltian temuan penelitian ini didukung oleh (Soleha & Ayu, 2021) layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi mengalami sikap positif, lebih terbuka, rajin beribadah, serta saling membantu antar sesama dalam Lapas. Senada dengan temuan tersebut ((2023 & V) menegaskan bahwa upaya yang dilakukan konselor dalam meningkatkan regulasi diri narapidana seperti membangun hubungan yang baik, memberikan arahan yang positif agar mereka mau menjadi individu yang lebih baik lagi. Dampak dari dukungan yang di dapatkan narapidana adalah yang tadinya mereka adalah pribadi yang tertutup dan menyendiri, setelah mendapat tindakan dari konselor mereka jadi mau berbaur berkawan baik dengan rekan lainnya, mau beraktivitas, lebih disiplin dan memiliki aturan didalam dirinya.

Selanjutnya dukungan teori hasil temuan penelitian (Mariana, Rina, & P, 2019) bahwa siswa binaan dari lapas menggunakan strategi regulasi emosi *cognitive reappraisal* dalam menghadapi permasalahan-permasalahan di lingkungan LPKA. Kecenderungan menggunakan strategi regulasi *emosi cognitive reappraisal dan expressive Suppression* beragam ada yang memiliki strategi regulasi emosi yang kurang baik, hanya (9,37%), (71,87%) narapidana anak memiliki strategi regulasi emosi cukup.

Lebih jauh (Wirzahayati, Dina, Asril, & Rudiadi, 2022) menegaskan kurang berhasilnya pelaksanaan pembinaan narapidana pada Lapas Revitalisasi Penyelenggaraan masyarakatan di Lembaga Masyarakatan Kelas II A Bukittinggi belum optimal di karenakan ada faktor yang mempengaruhi pembinaan yaitu: Narapidana yang tak mau mengikuti kegiatan SDM yang minim, sarana sangat minim dan faktor over kapasitas yang penghuni lapas. Namun pada lapas yang masuk pada kategori usia sekolah umumnya berjalan baik sekalipun hasilnya belum optimal. Hal ini perlu diupayakan jalan pemecahannya, apakah harus dibuat program bersama antara dinas pendidikan dengan bidang hukum agar masing-masing dapat dilakukan pembinaan mentalnya.

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dilakukan sesuai dengan kebutuhan dilaksanakan *terstruktur*. Untuk Teknik *self management* peneliti menjelaskan tahapan kegiatan agar terstruktur dengan baik, mengarahkan anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan dengan, seksama, dan mengarahkan untuk duduk rapi, dan lebih fokus mendengarkan penjelasan setiap permasalahan dalam kelompok dan mencari solusi untuk memecahkan masalah yang didiskusikan dengan anggota kelompok. Selesai memberikan *treatment* atau perlakuan penelitian memberikan kesempatan anggota kelompok untuk mengungkapkan dan menyimpulkan apa yang dirasakan setelah mengikuti kegiatan bimbingan keompok dengan teknik *self management*.

Setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* sebanyak empat kali perlakuan, ada perubahan meningkatnya *self regulation* andik, disini peneliti mendapatkan hasil *post-test*, pengamatan yang dilakukan peneliti kepada sampel yang dianggap *self regulation* yang rendah, setelah diberikan *treatment* atau perlakuan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* yang awalnya memiliki motivasi rendah dengan tidak mengontrol diri untuk bisa berfikir positif, takut memberikan pendapat, dan ragu untuk memilih keputusan untuk menuju masa yang akan datang, menjadi seseorang yang lebih berpikir positif sebelum melakukan sesuatu, sering memberikan pendapat dengan apa yang andik rasakan, dan bisa memilih keputusan untuk menuju masa yang akan datang. Hal ini diamati selama proses pemberian bimbingan kelompok selama empat kali terdapat perubahan yang cukup baik.

Artinya langkah- langkah dalam layanan telah dipedomani sebagaimana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang dikemukakan (Taty, 2018) Tahap prabimbingan/ prakonseling, tahap permulaan pembentukan struktur kelompok untuk mematuhi aturan, tahap transisi tahap peralihan untuk menjaga keserasian keseimbangan diri masing- anggota, menumbuhkan terbukaan, keeratan hubungan, tahap kerja. setelah masing- masing mengemukakan permasalahan yang dihadapi. Peran konselor sangat menentukan, kuncinya pada pembentukan pada tahapan sebelumnya dan pada tahap akhir masing- masing anggota mencoba untuk melakukan perilaku baru yang mereka pelajari dari anggota kelompok selama *treatment*. Jika prose konseling berakhir konselor melakukan evaluasi untuk melakukan bentuk tindakan lanjutan.

Temuan dari penelitian ini sejalan dengan penelitian (Solehuddin, 2019) ia menyoroti pentingnya bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction* untuk meningkatkan *self regulation*. Perlu diakui bahwa peran konselor dalam meningkatkan *Self regulation* harus diakui secara luas, karena hal ini memiliki manfaat signifikan bagi siswa dalam semua aspek pembelajaran di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, peningkatan *self regulation* harus menjadi fokus utama dalam pelayanan siswa. *self regulation* merupakan topik penelitian yang sangat menarik, mengingat pentingnya peran *self regulation* dalam membentuk seluruh aspek kepribadian manusia. Harapannya, penelitian-penelitian selanjutnya akan lebih mendalami dan menyeluruh dalam mengkaji *self regulation*.

Berdasarkan uji *Wilcoxon* yang sudah dipaparkan, memperoleh hasil bahwa, ada peningkatan antara nilai tes awal ke nilai tes akhir. Dengan begitu dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *Self Management* dapat meningkatkan *Self Regulation* pada diri siswa di SMP LPKA kelas 1 Palembang. Hal ini dapat dilihat uji *Wilcoxon* tes awal dan tes akhir menunjukkan bahwa nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* bernilai 0,006. Karena nilai 0,006 lebih kecil dari  $< 0,05$  maka hipotesis diterima, yang berarti adanya perbedaan rata-rata antara hasil tes awal dan tes akhir, sehingga dapat dikatakan ada peningkatan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Management* dapat meningkatkan *self regulation* pada diri siswa di SMP LPKA kelas 1 Palembang.



## KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa proses belajar seumur hidup sekalipun dalam lembaga pembinaan negara. Dengan bantuan seluruh tenaga pendidik khususnya guru bimbingan dan konselin anak warga binaan lapas Kelas 1 A dapat terus sekolah dan ditumbuhkan kembali regulasi dirinya agar memiliki pola pikir yang sehat, stabil memiliki kemampuan berpikir positif sesuai dengan norma sosial yang berlaku. Rendahnya regulasi diri anak binaan Lapas kelas 1 dipengaruhi faktor ekonomi dan lingkungan yang buruk.

Saran yang diusulkan layanan bimbingan di lapas seharusnya diprogramkan dengan berkolaborasi dengan para ustad atau bahkan dari psikolog dan dokter. Karena beberapakali observasi anak-anak tersebut bathinnya kosong dan mereka membutuhkan asupan psikologis salah satunya melalui kegiatan layanan bimbingan kelompok guru BK mengupayakan agar anak-anak lapas tersebut diberikan pembekalan bagaimana agar dapat memiliki *self management* tidak melanggar norma, budaya dan hukum yang berlaku. Perubahan nampak signifikan setelah diberikan treatment layanan bimbingan kelompok. Sebelumnya nampak regulasi diri siswa rendah nilai rata-rata tes awal sebesar 52, hal ini bermakna siswa belum mampu meningkatkan *self regulasi*. Setelah mendapatkan *treatment* nilai rata-rata tes akhir 82, hal ini bermakna *self regulation* meningkat.

## DAFTAR RUJUKAN

- Annisa, A. (2017). Efektivitas konseling behavioral dengan teknik self-management untuk meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik kelas VII di SMP Negeri 19 Bandar Lampung tahun ajaran 2017/2018 (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Baeng, P. S., Dartiningsih, H. D., & Susanta, M. W. (2021). Pengaruh self-regulation (pengaturan diri) terhadap disiplin belajar siswa kelas XI MM1 SMK Negeri 1 Sukawati tahun pelajaran 2020/2021. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling: Kajian Dan Aplikasi*, 12(2), 22-32. <https://doi.org/10.59672/jbk.v12i2.1651>
- Elvina, S. N. (2019). Teknik self management dalam pengelolaan strategi waktu kehidupan pribadi yang efektif. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 3(2), 123-138.
- Fadilah, S. N. (2019). Layanan bimbingan kelompok dalam membentuk sikap jujur melalui pembiasaan. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 167-178.
- Hartanti, J. (2022). Bimbingan kelompok. Tulungagung: UD DUTA SABLON.
- Hidayati, B. M. R. (2018). Efektifitas pelatihan self management sebagai upaya meningkatkan self regulated learning siswa kelas VII MTs Sunan Ampel Pare. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 3(1), 20-45.
- Islami, R. (2022). Pengaruh bimbingan kelompok berbasis religius terhadap regulasi diri siswa pada masa pandemi Covid 19. *Secondary: Jurnal Inovasi Pendidikan Menengah*, 2(2), 250-258.
- Mariana, R., & Maulany, P. M. S. (2019). Strategi regulasi emosi narapidana. *Jurnal Ilmiah BK*. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v.12i1.49>
- Pranoto, H. (2016). Upaya meningkatkan percaya diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok di SMA Negeri 1 Sungkai Utara Lampung Utara. *Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan*, 214-229.

- Pratiwi, I. W., & Wahyuni, S. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi self regulation remaja dalam bersosialisasi. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pengembangan SDM*, 8(1), 1-11.
- Setiawan, B., Solehuddin, M., & Hafina, A. (2019). Bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction untuk meningkatkan self-regulation siswa. *KONSELING: Jurnal Ilmiah Penelitian dan Penerapannya*, 1. <https://doi.org/10.31960/konseling.v1i1.317>
- Shofiah, V. R. (2018). Self efficacy dan self regulation sebagai unsur penting dalam pendidikan karakter. *Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan*, 214-229.
- Sholeha, A. (2022). Bimbingan kelompok dalam rehabilitasi terhadap perilaku sosial bagi narapidana pelaku kriminal di Lapas Kelas 1A Rajabasa Bandar Lampung. Undergraduate thesis, UIN Raden Intan Lampung.
- Siregar, H. M. (2021). Pengembangan angket self regulation mahasiswa pendidikan matematika di masa pandemi Covid-19. *Jurnal Program Studi Pendidikan Matematika*, 1685-1695.
- Soleha, A. (2021). Bimbingan kelompok dalam rehabilitasi terhadap perilaku sosial bagi narapidana pelaku kriminalitas Kelas 1A Rajabasa Bandar Lampung. <http://repository.radenintan.ac.id>
- Solehuddin, M., & Hafina, A. (2019). Bimbingan kelompok dengan teknik self regulation untuk meningkatkan self regulation. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling*, 2686-2875.
- Supriyati, D. (2019). Pengaruh metode pembelajaran hypnoteaching terhadap self regulation dan kemampuan berpikir kritis siswa SMA Negeri 1 Jati Agung kelas X pada mata pelajaran biologi (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Susanto, A. (2019). Teori belajar dan pembelajaran di sekolah dasar. Jakarta: Prenadamedia Grup.
- Suryani, L. (2017). Upaya meningkatkan sopan santun berbicara dengan teman sebaya melalui bimbingan kelompok. *E-Jurnal Mitra Pendidikan*, 1(1), 112-124.
- Tamara, V. (2023). Upaya konselor dalam meningkatkan regulasi diri narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Pekanbaru. <https://repository.uin-suska.ac.id>
- Taty. (2018). Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Jakarta: TS-Mart.
- Tim Pengkajian Hukum Badan Pembinaan Hukum Nasional Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia RI dari laman Badan Pembinaan Hukum Nasional ("BPHN"). (2003). Tim Pengkajian Hukum Badan Pembinaan Hukum Nasional Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia RI dari laman Badan Pembinaan Hukum Nasional ("BPHN").
- Undang-Undang RI Tahun 2003. No. 20 Pasal 13 (1) UU Sisdiknas, Pasal 14 UU Sisdiknas. UU SPPA mengatur, s. L. (n.d.). UU SPPA mengatur, setiap Lapas Anak harus melakukan perubahan sistem menjadi Lembaga Pembinaan Khusus Anak ("LPKA").
- UU SPPA Pasal 82 ayat (1) huruf e UU SPPA Pasal 85 UU SPPA.
- Warni, E. S., & Firman, F. (2020). Efektifitas layanan bimbingan kelompok dalam peningkatan self regulated learning siswa pengguna game online. *Jurnal Neo Konseling*, 2(3).
- Wirzahayati, D. (2023). Pelaksanaan pembinaan narapidana pada Lapas Medium Security di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Bukittinggi. *Journal of Sharia and Law*, 2(2), 452-469.
- Wulandari, M., & Damayanti, M. (2019). Pengembangan media kartu kuartet untuk keterampilan menulis narasi sugestif siswa kelas V Sekolah Dasar. *Pengembangan Media Kartu Kuartet*, 3337-3347.

Yasdar, M., & Mulyadi, M. (2018). Penerapan teknik regulasi diri (self regulation) untuk meningkatkan kemandirian belajar mahasiswa program studi bimbingan konseling STKIP Muhammadiyah Enrekang. *Jurnal Edumaspul*, 2(2), 51.