

---

## EFEKTIFITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DALAM PENINGKATAN *SELF REGULATED LEARNING* SISWA PENGGUNA *GAME ONLINE*

Eka Septia Warni<sup>1</sup>, Firman<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Universitas Negeri Padang

\*Corresponding author, e-mail: [ekaseptiawarni@gmail.com](mailto:ekaseptiawarni@gmail.com)

### Abstract

Online game users among adolescents today tend to increase and not infrequently this condition makes self-regulation in learning begin to be disrupted. Group tutoring has already taken place in schools and is rarely used to improve self-regulated learning. This study aims to look at the effectiveness of group guidance services in improving self-regulated learning of students using online games. This research uses a quantitative approach, with the Experiment method. Students who use online games are the subject of research. Data collection techniques are self regulated learning questionnaires. Data were analyzed using the Wilcoxon Signde Ranks Test. Based on the results of the study found that group guidance services can improve self-regulated learning of online game users. This finding has implications for guidance and counseling teachers in improving self-regulated learning of online game users through group guidance services.

**Keywords:** Group Counseling Services, Self Regulated Learning, Online Game Users

**How to Cite:** Eka Septia Warni 1, Firman 2. 2020. Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Peningkatan *Self Regulated Learning* Siswa Pengguna *Game Online*. Jurnal Neo Konseling, Vol (N): pp. XX-XX, DOI: 10.24036/00286kons2020



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2019 by author

### Introduction

Dewasa ini internet sudah bisa diakses oleh siapapun mulai dari anak-anak hingga orang dewasa. Berdasarkan data yang ada sebagian pengguna internet merupakan kalangan remaja. Menggunakan internet merupakan salah satu aktivitas yang banyak disukai remaja terutama dalam mencari informasi dan menjalin hubungan dengan orang-orang dari berbagai belahan dunia serta bermain *game online* (Frischa, M.Y., 2013). Berdasarkan hasil survei dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII: 2018) ditemukan bahwa pengguna internet di Indonesia ada sekitar 171 juta orang. Sumatera Barat merupakan pengguna internet nomor dua terbanyak di pulau Sumatera dengan persentase 84,2%. Persentase dari umur ada sekitar 91% dari pengguna internet berusia 15-19 tahun, dengan tingkat pendidikan rata-rata pengguna 90,2% sedang berada di sekolah menengah. Pengguna internet diantaranya menggunakan internet 7,8% bermain *game online*.

Dadwal (2018) menjelaskan jumlah pengguna *game online* di Indonesia sekitar 60 juta yang akan mengalami pertumbuhan amat pesat dan diperkirakan pada tahun 2020 meningkat hingga 100 juta pengguna. Dasar pengguna *game online* di Indonesia terdiri dari 49 % pengguna ponsel laki-laki dan 51 % pengguna ponsel perempuan. Kehadiran internet memiliki berbagai manfaat, namun penggunaan yang kurang bijak dalam hal mengakses menyebabkan kecanduan (Hur, 2006). Pengguna internet dapat mengakses berbagai layanan yang berpotensi menjadi penyalahgunaan yang merugikan diri sendiri secara fisik, sosial dan psikologis (Kuss dan Mark, 2011). Disisi lain kemudahan pada penggunaan internet akan mempermudah kegiatan pembelajaran. Sebagian besar tugas-tugas yang diberikan guru menggunakan internet, mulai dari guru mengirimkan soal, tugas-tugas, bahan-bahan ajar.

---

Diwaktu mengerjakan tugas yang menggunakan internet, tidak jarang ditemukan sebagian siswa tertarik dengan fitur-fitur *game online*. Mereka juga bergabung dengan grup/kelompok/komunitas *game online* yang menawarkan berbagai jenis *game* menarik dengan hadiah yang menggiurkan. Remaja pengguna *game online* melakukan aktivitas sepanjang waktu. Berdasarkan hasil wawancara penulis dengan lima belas orang siswa di SMP Negeri 1 Padang pada tanggal 28 Oktober 2019 bahwa siswa merasakan tidak bisa mengontrol dirinya dalam menggunakan *game online*, mereka bisa menghabiskan waktunya untuk bermain *game online* sampai 6 jam dalam sehari. Hal tersebut menyebabkan mereka lupa waktu untuk makan, mandi, istirahat dan belajar. Hal lain pun membuat dirinya tidur larut malam yang mengakibatkan terlambat bangun tidur dan datang terlambat ke sekolah. Berdasarkan data awal yang dilakukan pada 24 Februari 2020 diberikan pertanyaan kepada siswa kelas VII dan VIII yang berjumlah 512 siswa bahwa ada sekitar 263 atau 51,4 % siswa menggunakan *game online* dengan rentang waktu menggunakan *game online* rata-rata 2 sampai 7 jam.

Berdasarkan wawancara dengan guru BK pada tanggal 25 Oktober 2019 beberapa siswa yang sering terlambat datang ke sekolah kebanyakan alasannya yaitu karena malamnya bergadang yang disebabkan bermain *game online* atau menggunakan sosial media. Ini juga mengakibatkan siswa sering tertidur di kelas dan kurang fokus belajar akibat kurang istirahat, kurang motivasi dalam belajar, minat terhadap belajar berkurang, sulit mengatur waktu belajarnya, sehingga kurang bisa menguasai pelajaran. Keterbatasan guru BK dalam menangani permasalahan ini yaitu ketersediaan waktu yang kurang dalam pelayanan dan tidak semua guru BK yang mampu melaksanakan layanan yang sesuai dengan permasalahan yang terjadi.

Yovanka (2008) menjelaskan bahwa pada kelompok siswa pengguna *game online* memiliki motivasi berprestasi yang rendah. Selain hal itu, sulitnya berkonsentrasi terhadap pendidikan dan pekerjaan karena terus memikirkan permainan, serta kurang berkonsentrasi pada pendidikannya menyebabkan banyak pemain *game online* yang memilih untuk tidak masuk sekolah dan tidak mengikuti pelajaran serta menghindari pekerjaan, seperti tugas-tugas sekolah. Hal yang sering terjadi pada remaja pengguna *game online* sering bermasalah kepada akademiknya, maka dari itu siswa sulit untuk mengatur dirinya dalam melaksanakan pembelajaran yang disebut dengan *self regulated learning*.

*Self regulated learning* menurut Winne (Santrock, 2008) adalah kemampuan untuk memunculkan dan memonitor sendiri pikiran, perasaan, dan perilaku untuk mencapai suatu tujuan. Senada dengan itu Hidayat, H., Nirwana, H., & Syahniar, S. (2016) menyatakan *self regulated learning* adalah proses aktif dan konstruktif siswa dalam menetapkan tujuan untuk proses belajarnya dan usaha untuk memonitor, mengatur dan mengontrol kognisi, motivasi dan perilaku, yang kemudian semuanya diarahkan dan didorong oleh tujuan dan mengutamakan konteks lingkungan. Selanjutnya Yulianti, P., Sano, A., & Ifdil, I. (2016) mengemukakan siswa yang memiliki *self regulated learning* dalam belajar merupakan siswa yang mampu mengatur strategi dan mengendalikan diri dalam belajar demi menciptakan suasana belajar yang efektif demi mencapai tujuan pembelajaran.

Hasil penelitian Nobeliba dan Alfi (2011) menyatakan terdapat siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah memiliki *self regulated learning* 16,13% dengan kategori rendah. Temuan tersebut memiliki arti bahwa 83,87% siswa masih perlu ditingkatkan *self regulated learning*nya. Kemudian penelitian Maulya (2017) dengan judul *Regulasi Diri Dalam Belajar (Self Regulated Learning) Pada Remaja pengguna Game Online* menunjukkan siswa memiliki *self regulated learning* dengan kategori rendah. Selanjutnya, hasil penelitian Ikhsan (2018) Studi Deskriptif Mengenai *Self Regulation* pada *Gamers Game Online Dota* mengemukakan 60% dari 25 siswa memiliki *self regulated learning* yang termasuk kategori rendah. Selanjutnya penelitian Sindi (2011) yang berjudul hubungan *self regulated learning* pada pemain *game online* siswa SMPN 15 Padang menyatakan bahwa semakin rendah *self regulated learning* remaja maka semakin tinggi tingkat kecanduan *game online* yang dialami siswa tersebut.

Upaya yang dilakukan untuk meningkatkan *self regulated learning* bisa dengan meningkatkan pemahaman siswa akan manfaat belajar untuk masa depan, serta memberikan pemahaman terhadap cara merencanakan dan mengelola jadwal belajar secara konsisten dan evaluatif. Setiap siswa harus memiliki *self regulated learning* dan perlu peningkatan dalam dirinya, karena siswa yang memiliki *self regulated learning* tahu bagaimana cara mengatur dirinya dalam belajar, tujuan belajarnya, belajar lebih efektif, menyelesaikan soal-soal yang rumit menjadi langkah-langkah yang sederhana, memperoleh pemahaman materi secara mendalam, dan tahu bagaimana cara meraih prestasi belajar yang lebih tinggi (Firman, 2018). Dalam bimbingan dan konseling, upaya yang dapat memberikan pemahaman dan juga pemeliharaan terhadap kondisi siswa salah satunya dalam meningkatkan *self regulated learning* dapat dilakukan dengan bimbingan kelompok.

Menurut Sukardi (2010) ada tiga fungsi bimbingan kelompok yaitu: fungsi informasi, fungsi pengembangan, dan fungsi preventif dan kreatif. Setelah pemberian layanan bimbingan kelompok

---

diharapkan siswa dapat memahami berbagai informasi akan pentingnya belajar, pentingnya mengatur jadwal belajar untuk masa depannya, dan secara sadar dan mandiri merubah perilaku yang tidak teratur belajar menjadi belajar yang berkesinambungan, penuh komitmen dan konsisten. Bimbingan kelompok memiliki potensi yang mampu meningkatkan *self regulated leaning* siswa. Peran bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self regulated leaning* dapat terlihat dari definisi yang diungkapkan Rusmana (2009) bahwa bimbingan kelompok merupakan proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok yang memungkinkan anggota untuk belajar berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dalam upaya mencegah timbulnya masalah atau dalam upaya pengembangan pribadi.

Berdasarkan hasil penelitian Khafidhoh, I., & Purwanto, E. (2015) yang berjudul Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Self-Regulated Learning Pada Siswa Smp N 13 Semarang menyatakan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik modeling efektif untuk meningkatkan *self regulated learning* siswa.

Berdasarkan hasil penelitian Rinjani, Y. R. (2019) dengan judul Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Mind Mapping Dalam Meningkatkan Self-Regulated Learning Pada Siswa Di Smp N 4 Ngaglik diperoleh kesimpulan bahwa bimbingan kelompok teknik *mind mapping* efektif dalam meningkatkan *self regulated learning* pada siswa di SMP N 4 Ngaglik. Bertitik tolak dari penjelasan tersebut *self regulated learning* siswa perlu untuk ditingkatkan demi keberhasilan dalam belajarnya. Dengan demikian guru BK memiliki peran penting dalam hal tersebut. Salah satu layanan BK yang dapat dilakukan yaitu layanan bimbingan kelompok dengan topik tugas untuk meningkatkan *self regulated learning* siswa.

## Method

Jenis penelitian yang digunakan penelitian eksperimen. Rancangan penelitian ini yaitu *Quasi Eksperimen* menggunakan desain *The Non Equivalent Control Group*. Yusuf (2013) menjelaskan desain *The Non Equivalent Control Group* dilakukan dengan *pretest* sebelum perlakuan diberikan dan *posttest* sesudah perlakuan diberikan pada kelompok eksperimen dan juga kelompok kontrol. Rancangan ini terdiri dari dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diberikan *pretest*. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan sedangkan kelompok kontrol tanpa perlakuan. *Posttest* diberikan pada kedua kelompok setelah kelompok eksperimen diberikan perlakuan.

Subjek penelitian yaitu siswa pengguna game online kelas VII dan VIII SMPN 1 Padang. Menentukan kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dengan cara diambil siswa yang memiliki *self regulated learning* rendah dari *pretest* siswa pengguna *game online*. Untuk mengumpulkan data, digunakan instrumen penelitian berupa kuisioner. Data yang telah diperoleh dari instrument penelitian selanjutnya dapat dianalisis dan diinterpretasikan dengan menggunakan metode teknik *Wilcoxon Signed Ranks Test*.

## Results

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan hal sebagai berikut:

### **Perbedaan *Self Regulated Learning* Kelompok Eksperimen Siswa Sebelum dan Sesudah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok**

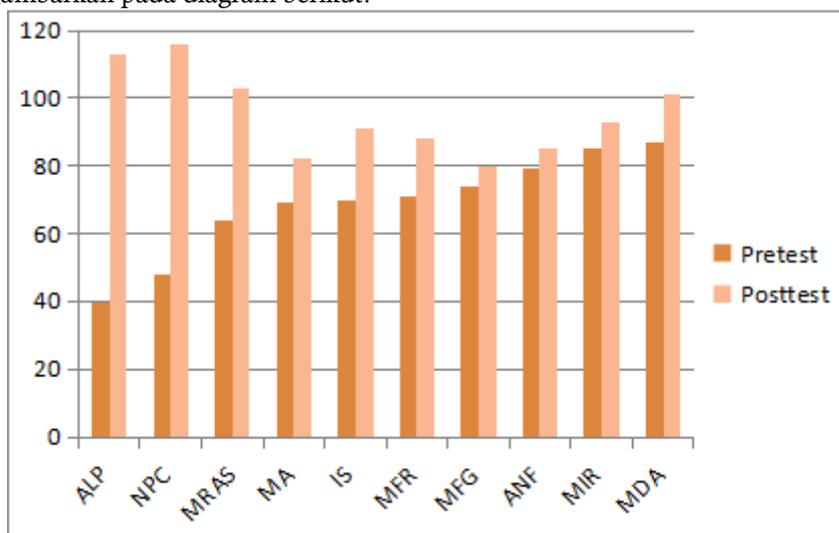
Pelaksanaan *pretest* dilakukan untuk mengetahui gambaran awal *Self Regulated Learning* siswa sedangkan *posttest* diberikan untuk mengetahui *Self Regulated Learning* siswa setelah dilaksanakannya bimbingan kelompok. Hasil *pretest* dan *posttest* siswa dianalisis melalui pengolahan data dengan bantuan *Microsoft Office 2013*. Berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest* *Self Regulated Learning* siswa diperoleh hasil sebagai berikut:

**Tabel. 1 Hasil Pretest dan Posttest Self Regulated Learning Siswa**

Kode Siswa	Eksperimen					
	Pretest			Posttest		
	Skor	%	Kategori	Skor	%	Kategori
ALP	40	33,3	Kurang Sesuai	113	94,2	Sangat Sesuai
NPC	48	40,0	Kurang Sesuai	116	96,7	Sangat Sesuai
MRAS	64	53,3	Cukup Sesuai	103	85,8	Sangat Sesuai
MA	69	57,5	Cukup Sesuai	82	68,3	Sesuai
IS	70	58,3	Cukup Sesuai	91	75,8	Sesuai
MFR	71	59,2	Cukup Sesuai	88	73,3	Sesuai
MFG	74	61,7	Sesuai	80	66,7	Sesuai
ANF	79	65,8	Sesuai	85	70,8	Sesuai
MIR	85	70,8	Sesuai	93	77,5	Sesuai
MDA	87	72,5	Sesuai	101	84,2	Sangat Sesuai
Jumlah	687	572,5		952	793,3	
Rata-rata	68,7	57,3	Cukup Sesuai	95,2	79,3	Sesuai

Berdasarkan tabel 1 diperoleh skor rata-rata nilai *pretest* siswa adalah 68,7 dengan kategori cukup sesuai. Sedangkan pada hasil *posttest* siswa yaitu 95,2 dengan kategori sesuai. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan *Self Regulated Learning* siswa sekitar 26,5 skor.

Selanjutnya, untuk melihat kondisi masing-masing *Self Regulated Learning* siswa pada *pretest* dan *posttest* dapat digambarkan pada diagram berikut:

**Gambar Diagram Hasil Pretest Dan Posttest Self Regulated Learning Siswa**

#### Perbedaan *Self Regulated Learning* Pretest Dan Posttest Kelompok Kontrol

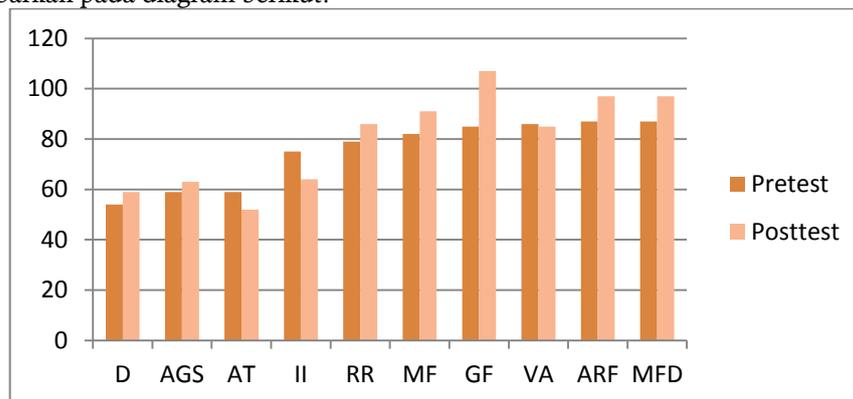
Pelaksanaan *pretest* dilakukan untuk mengetahui gambaran awal *Self Regulated Learning* siswa sedangkan *posttest* diberikan untuk mengetahui *Self Regulated Learning* siswa akhir kelompok kontrol tanpa diberikan perlakuan. Hasil *pretest* dan *posttest* siswa dianalisis melalui pengolahan data dengan bantuan *Microsoft Office 2013*. Berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest* *Self Regulated Learning* siswa diperoleh hasil sebagai berikut:

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi *pretest* dan *posttest* *Self Regulated Learning* siswa**

Kode Siswa	Kelompok Kontrol					
	Pretest			Posttest		
	Skor	%	Kategori	Skor	%	Kategori
D	54	45,0	CS	59	49,2	CS
AGS	59	49,2	CS	63	52,5	CS
AT	59	49,2	CS	52	43,3	CS
II	75	62,5	S	64	53,3	CS
RR	79	65,8	S	86	71,7	S
MF	82	68,3	S	91	75,8	S
GF	85	70,8	S	107	89,2	SS
VA	86	71,7	S	85	70,8	S
ARF	87	72,5	S	97	80,8	S
MFD	87	72,5	S	97	80,8	S
Jml	753	627,5		801	667,5	
Rata-rata	75,3	62,75	S	80,1	66,75	S

Berdasarkan tabel 2 diperoleh skor rata-rata nilai *pretest* siswa adalah 75,3 dengan kategori sesuai. Sedangkan pada hasil *posttest* siswa yaitu 80,1 dengan kategori sesuai. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan *Self Regulated Learning* siswa sebesar 4,8 skor, namun pada kategori tidak ada peningkatan.

Selanjutnya, untuk melihat kondisi masing-masing *Self Regulated Learning* siswa pada *pretest* dan *posttest* dapat digambarkan pada diagram berikut:

**Gambar Diagram Hasil *Pretest* Dan *Posttest* *Self Regulated Learning* Siswa**

### **Perbedaan *Self Regulated Learning* Siswa Kelompok Eksperimen yang Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Kelompok Kontrol Tanpa Perlakuan**

Pelaksanaan *pretest* dan *posttest* diberikan kepada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol untuk mengetahui *Self Regulated Learning* siswa. Hasil *pretest* dan *posttest* siswa dianalisis melalui pengolahan data dengan bantuan *Microsoft Office 2013*. Berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest* *Self Regulated Learning* siswa diperoleh hasil sebagai berikut:

**Tabel 3. Hasil *Pretest* dan *Posttest Self Regulated Learning* Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Kode Siswa	Kelompok Eksperimen						Kode Siswa	Kelompok Kontrol					
	<i>Pretest</i>			<i>Posttest</i>				<i>Pretest</i>			<i>Posttest</i>		
	Skor	%	Kat.	Skor	%	Kat.		Skor	%	Kat.	Skor	%	Kat.
ALP	40	33,3	KS	113	94,2	SS	D	54	45,0	CS	59	49,2	CS
NPC	48	40,0	KS	116	96,7	SS	AGS	59	49,2	CS	63	52,5	CS
MRAS	64	53,3	CS	103	85,8	SS	AT	59	49,2	CS	52	43,3	CS
MA	69	57,5	CS	82	68,3	S	II	75	62,5	S	64	53,3	CS
IS	70	58,3	CS	91	75,8	S	RR	79	65,8	S	86	71,7	S
MFR	71	59,2	CS	88	73,3	S	MF	82	68,3	S	91	75,8	S
MFG	74	61,7	S	80	66,7	S	GF	85	70,8	S	107	89,2	SS
ANF	79	65,8	S	85	70,8	S	VA	86	71,7	S	85	70,8	S
MIR	85	70,8	S	93	77,5	S	ARF	87	72,5	S	97	80,8	S
MDA	87	72,5	S	101	84,2	SS	MFD	87	72,5	S	97	80,8	S
Jml	687	573		952	793,3		Jml	753	628		801	668	
Rata-rata	68,7	57,3	CS	95,2	79,3	S	Rata-rata	75,3	62,8	S	80	66,8	S

Berdasarkan tabel 3 kelompok eksperimen diperoleh skor rata-rata nilai *pretest* siswa adalah 68,7 dengan kategori cukup sesuai. Pada hasil *posttest* siswa yaitu 95,2 dengan kategori sesuai. Dengan demikian terjadi peningkatan *Self Regulated Learning* siswa sebesar 26,5 skor. Sedangkan pada kelompok kontrol skor rata-rata nilai *pretest* siswa adalah 75,3 dengan kategori Sesuai. Pada hasil *posttest* siswa yaitu 80 dengan kategori Sesuai. Dengan demikian ada peningkatan sebesar 4,8 skor namun di kategori tidak ada peningkatan yang terjadi. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan skor yang tinggi terhadap hasil *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen dari pada kelompok kontrol. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan *self regulated learning* siswa pengguna *game online*.

### Pengujian Hipotesis

Untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini digunakan statistika non parametrik dengan rumus Wilcoxon Signed Rank dengan bantuan SPSS versi 20. Rumus ini digunakan untuk menganalisis adanya perbedaan antara dua variabel yang berhubungan atau berpasangan. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “Terdapat perbedaan yang signifikan asertivitas siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok”. Pengujian hipotesis menggunakan analisis Wilcoxon Signed Rank Test dengan bantuan program komputer SPSS versi 20. Hasil perhitungan dijelaskan sebagai berikut:

H1: Terdapat perbedaan yang signifikan pada peningkatan *self regulated learning* siswa pengguna *game online* kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan kelompok kontrol tanpa diberi perlakuan.

H0: Tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada peningkatan *self regulated learning* siswa pengguna *game online* kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan kelompok kontrol tanpa diberi perlakuan.

Berdasarkan hal tersebut diperoleh hasil perhitungan dijelaskan pada tabel berikut:

**Tabel 4. Hasil Analisis Wilcoxon's Signed Rank Test Perbedaan Self Regulated Learning Siswa Pada *Pretest* dan *Posttest***

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	<i>Posttest</i> Eksperimen – <i>Pretest</i> Eksperimen	<i>Posttest</i> Kontrol – <i>Pretest</i> Kontrol
Z	-2.805 <sup>b</sup>	-.764 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005	.445

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Pada tabel 4 angka Asymp.Sig.(2-tailed) *self regulated learning* siswa kelompok eksperimen sebesar 0,005 atau probalitas sama dengan alpha 0,05. Berdasarkan hasil pengolahan tersebut, maka H0 ditolak dan H1 diterima yaitu “Terdapat perbedaan yang signifikan *self regulated learning* siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok”. Sedangkan angka Asymp.Sig.(2-tailed) *self regulated learning* siswa pada kelompok kontrol sebesar 0,445 atau probalitas diatas 0,05. Berdasarkan hal tersebut HO diterima dan H1 ditolak yaitu “Tidak terdapat perbedaan yang signifikan *self regulated learning* siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok”

Arah perbedaan *pretest* dan *posttest* digunakan untuk mengetahui hasil *pretest* dan *posttest* yang lebih tinggi. Arah perbedaan *pretest* dan *posttest* dapat diketahui dari tabel berikut:

**Tabel 5. Hasil Analisis Wilcoxon's Signed Rank Test Perbedaan *Self Regulated Learning* Siswa Pada *Pretest* dan *Posttest***

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
<i>Posttest</i> Eksperimen – <i>Pretest</i> Eksperimen	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
	Positive Ranks	10 <sup>b</sup>	5.50	55.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
Total		10		
<i>Posttest</i> Kontrol – <i>Pretest</i> Kontrol	Negative Ranks	4 <sup>d</sup>	5.00	20.00
	Positive Ranks	6 <sup>e</sup>	5.83	35.00
	Ties	0 <sup>f</sup>		
	Total	10		

a. *Posttest*Eksperimen < *Pretest*Eksperimen

b. *Posttest*Eksperimen > *Pretest*Eksperimen

c. *Posttest*Eksperimen = *Pretest*Eksperimen

d. *Posttest* Kontrol < *Pretest*Kontrol

e. *Posttest* Kontrol > *Pretest*Kontrol

f. *Posttest* Kontrol = *Pretest*Kontrol

Berdasarkan tabel 5 pada kelompok eksperimen nilai *positive rank* 10b berarti bahwa dari sepuluh responden mengalami peningkatan *self regulated learning* dari *pretest* ke *posttest*. Sedangkan pada kelompok kontrol nilai *negative rank* 4d berarti ada 4 orang yang tidak *self regulated learning* tidak meningkat dan nilai *positive rank* 6e mengalami peningkatan *self regulated learning*. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis tersebut dapat diartikan bahwa *self regulated learning* siswa kelompok eksperimen mengalami peningkatan setelah mendapatkan perlakuan layanan bimbingan kelompok. Sedangkan *self regulated learning* kelompok kontrol tanpa diberi perlakuan tidak mengalami peningkatan yang signifikan. Dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan *self regulated learning* siswa pengguna *game online*.

## Discussion

Pada bagian ini akan dikemukakan pembahasan hasil temuan penelitian mengenai *self regulated learning* dan keterkaitan temuan penelitian dengan teori-teori yang melandasi penelitian ini. Hasil temuan penelitian ini secara umum yaitu dengan adanya bimbingan kelompok terbukti dapat meningkatkan *self regulated learning* siswa pengguna *game online*. Terkait hipotesis yang berbunyi “Terdapat perbedaan yang signifikan pada peningkatan *self regulated learning* siswa pengguna *game online* kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan kelompok kontrol tanpa diberi perlakuan.” hasil dari pengujian tersebut diperoleh terdapat perbedaan skor dan kategori *self regulated learning* siswa pada *pretest* dan *posttest*.

Hasil analisis yang dilakukan dengan menggunakan teknik *Wilcoxon Signed Ranks Test* pada kelompok eksperimen menunjukkan terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap *self regulated learning* siswa pengguna *game online*. Sedangkan pada kelompok kontrol menunjukkan tidak terdapat pengaruh pada kelompok yang tanpa diberi perlakuan terhadap *self regulated learning* siswa pengguna *game online*.

---

Hasil tersebut diperkuat oleh analisa deskriptif. Perbandingan hasil yang dirasakan oleh setiap subjek kelompok eksperimen sebelum dan sesudah dilakukannya bimbingan kelompok memperlihatkan perbedaan dimana rata-rata skor *self regulated learning* siswa sebelum dilakukan bimbingan kelompok 68,7 menjadi meningkat skor rata-rata *self regulated learning* siswa sesudah diberikan perlakuan yaitu sebesar 95,2. Sedangkan pada kelompok kontrol tidak semua subjek mengalami peningkatan walaupun pada rata-rata skor meningkat namun pada kriteria tidak meningkat.

Adanya kenaikan *self regulated learning* siswa kelompok eksperimen dari *pretest* ke *posttest* beberapa mengalami peningkatan pada skor dan peningkatan pada kategori. Peningkatan pada kategori terjadi pada tujuh orang siswa, sedangkan pada tiga orang siswa lainnya mengalami peningkatan skor. Hal ini terjadi dikarenakan siswa mendapatkan perlakuan yaitu bimbingan kelompok dengan adanya unsur pelatihan *self regulated learning* pada proses pemberian layanan bimbingan kelompok ini. Sedangkan pada kelompok kontrol ada yang mengalami penurunan skor ini disebabkan karena tidak diberikan perlakuan bimbingan kelompok.

Hal yang harus dikembangkan dalam diri siswa pengguna *game online* adalah *self regulated learning* agar siswa mampu mengatur diri dalam belajarnya. *Self regulated learning* merupakan pengaturan terhadap proses-proses kognitif sendiri agar belajar sukses (Ormrod, 2009). *Self regulated learning* adalah kemampuan siswa untuk membuat sendiri rencana strategi belajar serta target yang ingin dicapai dalam belajar dan menekankan pentingnya tanggung jawab personal dan mengontrol pengetahuan serta keterampilan-keterampilan yang diperoleh (Santrock, 2007).

Layanan bimbingan dan konseling yang dapat dilakukan konselor dalam mengembangkan *self regulated learning* pada siswa adalah layanan bimbingan kelompok. Melalui layanan ini konselor dapat melakukannya untuk upaya mengembangkan *self regulated learning* siswa, terutama pada siswa pengguna *game online* karena layanan bimbingan kelompok dapat membantu siswa mengembangkan kebiasaan belajar yang lebih baik, memonitor dan mengevaluasi prestasi akademik yang mereka peroleh, menerapkan berbagai strategi belajar yang diperlukan untuk mencapai keberhasilan dalam belajar, serta mendorong pencapaian prestasi yang lebih baik (Zimmerman, B. J., Bonner, S., & Kovach, R, 1996).

Berdasarkan hasil penelitian Rinjani, Y. R. (2019) menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan *self regulated learning* siswa. Salah satu tujuan bimbingan kelompok menurut Prayitno (2012:150) yaitu berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Pada bimbingan kelompok yang dilaksanakan, anggota kelompok dapat melatih kemampuannya untuk mengkomunikasikan hak-haknya untuk menyampaikan pendapat sebagai upaya untuk meningkatkan *self regulated learning* siswa.

Pada proses layanan bimbingan kelompok ini diberikan topik tugas berkaitan dengan meningkatkan *self regulated learning*, topik tugas tersebut diantaranya yang pertama “Disiplin dalam Memanajemen Waktu Belajar” kedua “Strategi Sukses dalam Belajar” ketiga “Pemanfaatan Teknologi untuk Keberhasilan Belajar” dan Keempat “Menciptakan Suasana Menyenangkan Dalam Belajar”. Topik-topik tersebut didalamnya dimasukkan unsur pelatihan *self regulated learning* sehingga siswa mampu meningkatkan *self regulated learning* siswa.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan yang dapat meningkatkan *self regulated learning* siswa pengguna *game online*.

## Conclusion

Berdasarkan data atau hasil penelitian yang diperoleh setelah melakukan analisis statistik dan uji hipotesis maka dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Terdapat perbedaan yang signifikan *Self Regulated Learning* siswa pengguna *Game Online* sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) pada kelompok eksperimen. Hal ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan *Self Regulated Learning* siswa pengguna *Game Online*.
2. Tidak terdapat yang signifikan *Self Regulated Learning* siswa pengguna *Game Online* *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol tanpa diberi perlakuan. *Self Regulated Learning* siswa pengguna *Game Online* tidak dapat ditingkatkan tanpa diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok.
3. Dapat diketahui hasil peningkatan *Self Regulated Learning* siswa pengguna *Game Online* antara sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan skor. Terdapat peningkatan *Self Regulated Learning* siswa pengguna *Game Online* setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. Peningkatan ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan *Self Regulated Learning* siswa pengguna *Game Online*.

---

## References

- APJII. 2018. Penetrasi Pengguna Internet Indonesia. *Online*. <https://apjii.or.id/survei2018>. diakses pada 17 November 2019. Pukul 15.00 WIB
- Arikunto, H. 2010. *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktik)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dadwal, Rohit. 2018. Ada 60 Juta Gamers, Potensi Iklan di "game mobile" kurang dilirik. *Kompas Online*. <https://www.google.com/amp/s/amp.kompas.com/ekonomi/read/2018/10/17/214800126/ada-60-juta-gamers-potensi-iklan-di-game-mobile-kurang-dilirik>. diakses 28 Desember 2019, pukul 20.00 WIB.
- Firman, F. 2018. Efektivitas Layanan Informasi Menggunakan Collaborative Learning Melalui Facebook dalam Peningkatan Self Regulated Learning Siswa. *Jurnal Pendidikan*, 4(3).
- Frischa, M. Y. 2013. Penggunaan Internet di Kalangan Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan di Universitas Negeri Padang. *Konselor*, 2(1).
- Hidayat, H., Nirwana, H., & Syahniar, S. (2016). Perbedaan Motivasi Belajar, Mutu Keterampilan Belajar, dan Self Regulated Learning Siswa Kelas Diklat dan Siswa Kelas Reguler. *Konselor*, 5(1), 33-41.
- Hur, M. H. 2006. Demographic, habitual, and socioeconomic determinants of internet addiction disorder: An empirical study of Korean teenagers. *Cyberpsychology & Behavior*, 9 (5), 514-525.
- Ikhsan, Mohamad & Wahyudi, Hedi. 2018. Studi Deskriptif Mengenai *Self Regulation* pada Gamers *Game Online Dota*. *Prosiding Psikologi*. Volume 4, (1).
- Khafidhoh, I., & Purwanto, E. 2015. Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Self-Regulated Learning Pada Siswa Smp N 13 Semarang. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 4(2).
- Kuss, D. J., & Mark D. G. 2011. Online social networking and addiction-a review of the psychological literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8 (9), 3528-3552.
- Nobeliba dan Alfi. 2011. Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga dan *Self Regulated Learning* Siswa Kelas XIII. *Jurnal Humanitas*. Vol. 8 No. 1.
- Prayitno. 2012. *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: Program PPK BK FIP UNP.
- Riduwan. 2010. *Metode dan Teknik Menyusun Skripsi dan Tesis*. Bandung: Alfabeta.
- Rinjani, Y. R. 2019. Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Mind Mapping Dalam Meningkatkan Self-Regulated Learning Pada Siswa Di Smp N 4 Ngaglik. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 5(3), 296-305.
- Rusmana, Nandang. 2009. *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah*. Bandung: Rizqi.
- Santrock, J. W. 2007. *Psikologi Pendidikan Edisi 2*. Jakarta. Kencana Prenada Media Group.
- Santrock, J. W. 2008. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Erlangga.
- Sindi, Adnesia. 2011. Hubungan antara *self regulated learning* dengan kecanduan internet (*game online*) pada remaja di smpn 15. *Skripsi*. Padang: Fip unp.
- Sukardi, D.K. 2010. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sulaiman Wahid. 2003. *Statistik Non-Parametrik*. Yogyakarta: Andi
- Yovanka, L. A. 2008. Dampak Bermain Game Online terhadap Motivasi Belajar. *Skripsi Online*. Depok : Universitas Gunadarma.
- Yulianti, P., Sano, A., & Ifdil, I. 2016. Self Regulated Learning Siswa Dilihat dari Hasil Belajar. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(1), 98-102.
- Yusuf. 2013. *Metode Penelitian (Kuantitatif, Kualitatif, dan Gabungan)*. Jakarta: Kencana.
- Zimmerman, B. J., Bonner, S., & Kovach, R. 1996. *Developing selfregulated learners: Beyond achievement to self efficacy*. Washington, DC: American Psychological Association.