

Efektifitas Musikalisasi Konseling terhadap Sikap Pengendalian Diri Siswa di SMP Negeri 6 Medan

Guntur Anugrah Sembiring

¹Program Studi Bimbingan Konseling, ²Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara (Jl. Kapten Muchtar Basri No.3, Glugur Darat II, Kec. Medan Timur., Kota Medan, Sumatera Utara 20238)

Email : guntura.sembiring@gmail.com

Abstrak

Pengendalian diri dapat diartikan sebagai kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri dalam artian kemampuan seseorang untuk menekan atau merintangi impuls-impuls atau tingkah laku impuls kepercayaan untuk dijadikan acuan ketika bertindak atau mengambil sebuah keputusan. Penelitian ini memiliki acuan pada kemampuan pengendalian diri adalah seseorang cenderung kesulitan dalam menyikapi sebuah peristiwa dikarenakan adanya ketidaksesuaian antara pikiran dan tindakan yang menyebabkan kerugian untuk dirinya maupun orang lain. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII pada SMP Negeri 6 Medan sebanyak 90 siswa dan teknik penarikan sampel menggunakan proportional random sampling menghasilkan 4 siswa sebagai sampel. Instrumen yang digunakan adalah instrumen dengan lembar observasi dan lembar wawancara yang didistribusikan pada saat sebelum dan sesudah pelayanan musikalisasi konseling. Perubahan terjadi sebesar 88% pada siswa setelah dilaksanakan musikalisasi konseling, yang dimana siswa mulai berupaya meningkatkan pengendalian dirinya dalam kehidupannya. Maka dengan hal ini dikatakan bahwa pelaksanaan bimbingan dan konseling memang sangat dibutuhkan dan sangat berperan penting bagi siswa dalam mengentaskan permasalahannya termasuk peningkatan pengendalian diri.

Kata Kunci: *Layanan musikalisasi konseling dan pengendalian diri.*

1. PENDAHULUAN

Pengendalian diri atau self control dapat diartikan sebagai "perbuatan membina tekad untuk mendisiplinkan kemauan, memacu semangat, mengikis keseganan dan mengarahkan energi untuk benar-benar melaksanakan apa yang harus dikerjakan dalam studi" (The Liang Gie, 1995). Kendali diri yang dimiliki oleh individu dapat pula membantu mereka dalam mencapai suatu tujuan. Dengan memiliki pengendalian diri yang baik, individu dapat mengoptimalkan tindakan mereka dan menahan diri untuk berbuat yang tidak seharusnya mereka perbuat. Pengendalian diri dijabarkan sebagai "kemampuan seseorang melakukan

pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu dengan mendisiplinkan kemauan atau dorongan-dorongan dalam diri seseorang, serta menahan diri dengan sadar untuk bertindak guna mencapai hasil dan tujuan sesuai yang diinginkan" (Nur Khasanah, 2009: 16).

Pengendalian diri adalah sebuah kemampuan yang dimiliki seseorang dalam mengontrol emosi yang ada pada dirinya. Oleh karena itu, sangatlah penting dalam membangun pengendalian diri dalam kehidupan sehari-hari. Pengendalian diri merupakan kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangi impuls-impuls atau tingkah laku impulsif (Chaplin, 2004). Pengendalian diri adalah kepercayaan individu tentang seberapa banyak pengendalian yang dimilikinya. Pengendalian diri merupakan kendali diri yang berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. (Ghufron, 2011). Dengan kata lain semakin baik individu dalam mengelola gejala emosionalnya, maka semakin baik pula kemampuan mereka dalam mengendalikan dirinya. Sikap pengendalian diri ini harus dimiliki oleh siswa agar ia mampu menyeimbangkan semangat, ambisi, dan kemampuan keras mereka dengan kendali diri, sehingga mampu memadukan kebutuhan pribadi dalam meraih prestasi (Praptiningsih, 2009). Menurut Goleman (1999), pengendalian diri dalam menangani emosi kita sedemikian sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran, dan mampu pulih dari tekanan emosi.

Penelitian menunjukkan bahwa musik dalam pelaksanaan layanan konseling dapat meningkatkan kesejahteraan, mengurangi stres, dan mengalihkan perhatian konseli dari gejala yang tidak menyenangkan (Kemper, Danhauer, 2005). Sehingga, konseli akan merasa bahwa konseling bukanlah sebuah momok, akan tetapi konseli dapat merasakan proses konseling yang menyenangkan dan bermakna. Penelitian yang dilakukan Saputra (2015) menyatakan bahwa program konseling yang dilakukan oleh konselor di salah satu SMP di Kota Malang masih jauh dari standar. Salah satu penyebabnya adalah konselor melaksanakan layanan konseling masih dengan cara konvensional dan cenderung direktif atau memberikan nasehat. Penelitian lain, Saputra (2016) menyatakan bahwa secara khusus program layanan konseling di salah satu SMP di Kota Malang pelaksanaannya juga masih jauh dari standar. Berbagai penelitian tersebut secara jelas menyebutkan bahwa pelaksanaan layanan konseling masih menjadi masalah klasik yang belum dapat diatasi secara tuntas.

Telah disebutkan di atas bahwa guru BK belum maksimal dalam melaksanakan konseling inovatif dengan memanfaatkan seni kreatif. Salah satu seni kreatif yang

bisa dimanfaatkan dalam pelaksanaan layanan konseling adalah musik. Beberapa literatur menyebutkan bahwa konseling yang memanfaatkan musik sering disebut dengan terapi musik (Gladding, 2016). Konseli pada satu momen kesulitan untuk mengungkapkan masalah yang dialami akan tetapi akan menjadi mudah diungkapkan jika dengan bantuan musik.

Musik merupakan salah satu seni kreatif yang memiliki intensitas tinggi bersingungan dengan manusia, dengan kata lain, musik tidak bisa dipisahkan dari kehidupan manusia. Musik sebagai karya manusia tentu memiliki fungsi yang beragam dan tidak hanya untuk kepentingan seni semata. Konteks intervensi konseling, musik memiliki fungsi dan efek terhadap peningkatan kecerdasan, kepentingan konseling yang tidak terlepas dari latar belakang budaya, teknik dan metode (Iswandi, 2015). Hal ini turut menjadi perhatian konselor untuk menggunakan musik sebagai alat atau media yang mendukung keberhasilan layanan konseling. Pernyataan tersebut dibuktikan dengan penelitian Kurniawan (2016) yang menyatakan musik klasik efektif untuk menurunkan tingkat kejenuhan (burnout) belajar pada siswa. Menurut Freud, (1960) salah satu tokoh psikoanalisis menyebutkan disalah satu teorinya, yaitu tentang katarsis. Katarsis adalah usaha konseli untuk meluapkan emosi yang terpendam sehingga mengurangi ketegangan yang ada dalam dirinya (Burger, 2011). Salah satu seni kreatif yang bisa dimanfaatkan konselor untuk membantu konseli mencapai katarsis adalah dengan musik. Lebih jauh, Kemper & Denhauer (2005) menyebutkan bahwa musik adalah salah satu alat yang menunjang keberhasilan layanan konseling guna meningkatkan kesejahteraan, mengurangi stress, dan mengalihkan perhatian konseli dari gejala yang tidak menyenangkan.

Pengertian Pengendalian Diri

Pengendalian diri adalah suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. (Goldfried & Merbaum, 1973). Artinya pengendalian diri merupakan suatu kemampuan mengontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang membawa individu kearah konsekuensi positif dari sebelumnya. (Ghufron & Risnawati, 2010).

Selain itu, pengendalian diri dapat diartikan sebagai kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri dalam artian kemampuan seseorang untuk menekan atau merintangai impuls-impuls atau tingkah laku impuls yang menyangkut seberapa kuat seseorang memegang nilai dan kepercayaan untuk dijadikan acuan ketika bertindak atau mengambil sebuah keputusan. (Chaplin, 2011).

Musik dalam intervensi konseling sebagai pengalaman multikultural yang universal yang dapat berfungsi sebagai jembatan untuk pengembangan wawasan dalam berperilaku. (Samuel T. Gladding, 2021). Artinya unsur musik dalam intervensi konseling dapat mempengaruhi siswa dalam mengembangkan perilaku baru.

Dimensi - Dimensi Pengendalian Diri

Dimensi-dimensi pengendalian diri menurut (Tangney, Baumeister, Boone, 2004) adalah :

1. Self-Dicipline merupakan kemampuan individu yang mengacu pada kedisiplinan diri. Dengan kata lain, seseorang mampu memfokuskan diri saat melakukan tugas.

Individu yang memiliki self-discipline mampu menahan dirinya dari hal lain yang mengganggu konsentrasinya.

2. Deliberate/ Nonimpulsive merupakan kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu sehingga memiliki sifat hati-hati, dan tidak tergesa-gesa. Seseorang yang memiliki nonimpulsive mampu bersikap tenang dalam bertindak atau mengambil keputusan.
3. Healty Habits merupakan kemampuan seseorang dalam mengatur perilaku sehingga menjadi suatu kebiasaan yang baik dan sehat bagi orang tersebut. Individu yang memiliki healty habits akan menolak hal lain yang berdampak buruk bagi dirinya meskipun sangat menyenangkan. Ia akan mengutamakan hal-hal lain yang berdampak positif bagi dirinya meski tidak akan berdampak secara langsung.
4. Work Ethic merupakan penilaian tentang regulasi diri dari etika individu dalam melakukan sesuatu aktivitas sehari-hari. Individu yang memiliki work ethic akan mampu menyelesaikan tugasnya tanpa dipengaruhi hal-hal yang ada diluar. Ia akan mampu berkonsentrasi pada tugas yang ia kerjakan.
5. Reliability berkenaan dengan penilaian individu terhadap kemampuan dirinya dalam merancang rencana untuk tujuan tertentu. Individu ini secara konsisten akan mengatur perilakunya dalam rangka mencapai tujuan rencananya.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengendalian Diri

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengendalian diri menurut (Ghufron & Risnawati, 2012) adalah :

Faktor Internal

Faktor internal yang ikut andil terhadap pengendalian diri, cara orang tua menegakkan kedisiplinan, cara orang tua merespon kegagalan anak, gaya berkomunikasi, cara orang tua mengekspresikan kemarahan (penuh emosi atau mampu menahan diri) merupakan awal anak belajar tentang pengendalian diri. Sering dengan bertambahnya usia anak, bertambah pula komunitas mempengaruhinya, serta banyak pengalaman sosial yang dialaminya, anak belajar merespon kekecewaan, ketidak sukaan, kegagalan, dan belajar untuk mengendalikannya sehingga lama-kelamaan kontrol tersebut muncul dari dalam dirinya sendiri. Menurut (Baumeister & Boden, 1998) mengemukakan bahwa faktor kognitif yaitu berkenaan dengan kesadaran berupa proses-proses seseorang menggunakan pikiran dan pengetahuannya untuk mencapai suatu proses dan cara-cara yang tepat atau strategi yang sudah dipikirkan terlebih dahulu. Individu yang menggunakan kemampuan diharapkan mampu memanipulasi tingkah laku sendiri melalui proses intelektual. Jadi kemampuan intelektual individu dipengaruhi seberapa besar individu memiliki pengendalian diri.

Faktor Eksternal

Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan dan keluarga. Faktor lingkungan dan keluarga merupakan faktor eksternal dari pengendalian diri. Orang tua yang memiliki kemampuan untuk mengendalikan diri seseorang. Salah satunya yang diterapkan oleh orang tua ialah disiplin, karena sikap disiplin dapat menentukan kepribadian yang baik dan dapat mengendalikan perilaku pada individu. Kedisiplinan yang diterapkan dalam kehidupan dapat mengembangkan sikap pengendalian diri dan self directions sehingga seseorang dapat mempertanggungjawabkan dengan baik dengan segala tindakan. Lebih lanjut faktor kontrol diri menurut (Baumeister & Boden, 1998) adalah sebagai berikut :

- a. Orang tua, hubungan dengan orang tua memberikan bukti bahwa ternyata orang tua mempengaruhi sikap pengendalian diri anak-anaknya. Pada orang tua yang mendidik anak-anaknya dengan keras dan otoriter akan menyebabkan anak-anaknya kurang dapat mengendalikan diri serta kurang peka terhadap peristiwa yang di hadi. Sebaliknya orang tua sejak dini sudah mengajar anak untuk mandiri memberikan kesempatan untuk menentukan keputusannya sendiri, maka anak-anak akan lebih mempunyai kontrol diri yang baik.
- b. Faktor budaya, setiap individu yang berada dalam suatu lingkungan akan terkait budaya di lingkungan tersebut. Setiap lingkungan akan mempunyai budaya yang berbeda-beda dengan budaya dari lingkungan lain. Hal demikian mempengaruhi kontrol diri seseorang sebagai anggota lingkungan tersebut.

Layanan Konseling

Layanan konseling individual merupakan salah satu layanan konseling yang pelaksanaan layanannya diselenggarakan di sekolah. Layanan konseling individual terdiri dari tiga kata, yaitu layanan, konseling dan individu, pertama menurut kamus KBBI dijelaskan bahwa layanan adalah perihal atau cara melayani, kedua, kata konseling merupakan hubungan timbal balik antara guru BK dan siswa dalam memecahkan masalah secara face to face, dan ketiga, kata individu disini dapat diartikan sebagai orang diri atau perseorangan (Perpustakaan Nasional, Balai Pustaka, 2009 : 379).

Konseling individual adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien (Prayitno & Erman Amti, 2004 : 105). Bukan individu yang mengalami kesulitan kejiwaan melainkan hanya mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri khususnya dalam dunia pendidikan.

2. METODE

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di SMP Negeri 6 Medan, yang terletak di Jl. Bahagia No.42, Teladan Tim., Kec. Medan Kota, Kota Medan, Sumatera Utara 20217.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan penulis pada tahun pembelajaran 2020/2021 yang tepatnya dimulai dari bulan April sampai Mei 2022.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah siswa-siswa SMP Negeri 6 Medan. Peneliti mengambil subjek penelitian melalui pelaksanaan observasi awal melalui guru bimbingan konseling SMP Negeri 6 Medan. Populasi adalah keseluruhan subjek yang akan diteliti yang dijadikan sumber data dalam suatu penelitian. Maka dalam penelitian ini ditentukan subjek penelitian yang kiranya peneliti dapat menggali informasi dari, kepala sekolah sebagai pemimpin sekolah yang akan memberikan informasi mengenai situasi sekolah, guru yang memberikan informasi mengenai sikap pengendalian diri siswa, guru bimbingan konseling yang memberikan saran serta informasi mengenai bagaimana membangun sikap pengendalian diri pada siswa SMP Negeri 6 Medan.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, yaitu penelitian yang tujuannya untuk menganalisis fenomena atau kejadian. Sample populasi menggunakan sample purposive. Menurut Sugiyono (2013) "Sampling purposive adalah teknik pengambilan objek sumber data dengan pertimbangan atau memiliki kriteria tertentu". Dalam penelitian ini yang menjadikan objek penelitian yaitu beberapa siswa kelas VII SMP

Negeri 6 Medan sebanyak 4 orang siswa/i dengan kriteria sebagai berikut, (1) siswa yang bersikap tidak sopan pada guru (2) siswa kesulitan dalam bersosialisasi dengan teman sekelasnya (3) siswa yang lebih suka keluar kelas pada saat pelajaran berlangsung.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti dilakukan dengan cara wawancara terhadap sumber data dan pengamatan langsung dilapangan. Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti berdasarkan rekomendasi dari guru bimbingan dan konseling SMP Negeri 6 Medan yaitu diperoleh 4 siswa yang memiliki kecerdasan sosial yang rendah sebagai berikut : objek pertama siswa yang berinisial (AN) berusia 13 tahun jenis kelamin laki-laki, objek kedua yaitu (AS) berusia 13 tahun jenis kelamin laki-laki, dan objek yang ketiga yaitu (TN) berusia 14 tahun jenis kelamin laki-laki dan objek yang keempat yaitu (DS) berusia 14 tahun jenis kelamin perempuan.

Siklus I (Pertama)

Perencanaan

Kegiatan yang akan dilakukan dalam tahap perencanaan ini adalah :

1. Membuat rencana pelaksanaan layanan dengan metode peta konsep dan media power point
2. Menyiapkan media pendukung layanan serta alat dan bahan yang diperlukan dalam kegiatan layanan
3. Menyiapkan lembar pengamatan aktivitas guru dan siswa selama melaksanakan kegiatan layanan
4. Menyusun lembar kerja siswa dalam manajemen pengendalian diri

Pelaksanaan

1. Kondisi Pengendalian Diri siswa di SMP Negeri 6 Medan Pada Siklus I Definisi pengendalian diri. Sari, Yusri, & Said (2017) mengemukakan bahwa pengendalian diri adalah fungsi utama dalam diri dan kunci penting untuk meraih kesuksesan dalam kehidupan. Sari (2017) menjelaskan bahwa pengendalian diri merupakan bagian penting bagi individu untuk membimbing, mengarahkan, dan mengatur segi-segi perilakunya yang pada akhirnya mengarah kepada konsekuensi positif yang diinginkan. Keadaan pengendalian diri siswa SMP Negeri 6 Medan masih berada pada kategori pengembangan dan pemeliharaan karena terlihat masih banyak siswa yang mudah merasa marah jika menghadapi situasi yang tidak menyenangkannya. Ditambah lagi ada sebagian siswa yang memiliki permasalahan sosial dengan berelisih antar sesama siswa karena adanya konflik sosial atau gesekan dalam bergaul. Hal ini disimpulkan dari hasil wawancara dengan guru BK di SMP Negeri 6 Medan yaitu :

PK : Bagaimana keadaan sikap pengendalian diri pada siswa di sekolah ini bu?

Guru BK : Siswa disini sebagian besar memiliki kepribadian yang mudah marah dan mudah emosi dalam menghadapi keadaan yang menekan dan tidak sesuai dengan keadaan dirinya.

Kondisi ini perlu mendapatkan perhatian dalam mendapatkan penanganan masalah yang terjadi termasuk ke dalam menerapkan kegiatan pengembangan sikap pengendalian diri dalam kehidupan siswa baik di dalam maupun luar sekolah termasuk dalam menjalani kehidupan sosialnya. Namun pada kenyataannya masih banyak siswa yang memiliki kontrol diri yang rendah dan kurangnya pengetahuan mereka akan pentingnya sikap pengendalian diri mereka. Banyaknya siswa yang masih menyesuaikan emosinya dengan adanya tuntutan baru pada masa remaja

awal tersebut, dengan perubahan cepat pada fisik remaja awal ini merasa tidak yakin atas dirinya sendiri, remaja awal ini diarahkan untuk berhubungan ke semua orang, dan kurang tanggung jawab atas apa yang ingin dilakukan oleh remaja itu sendiri, sehingga kurang percaya diri. Dalam perkembangan ini, masa remaja awal memiliki tugas perkembangan. Adapun tugas-tugas perkembangan utama remaja adalah menerima fisiknya sendiri berikut keragaman kualitasnya, mencapai kemandirian emosional dari orang tua atau figur-figur yang mempunyai otoritas, mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya atau orang lain, baik secara individual maupun kelompok, menemukan manusia model yang dijadikan identitasnya, menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri, memperkuat self-control (kemampuan mengendalikan diri atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip atau falsafah hidup dan mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri (sikap/perilaku) kekanak-kanakan (Yusuf, 2008).

Berdasarkan beberapa tugas perkembangan yang di atas salah satu yang harus dikuasai oleh remaja yakni tugas perkembangan yang berhubungan dengan kemampuan mengendalikan diri. Diharapkan peserta didik mampu dalam mengendalikan dirinya sendiri, dalam emosi, belajar, ataupun tentang kehidupannya, sehingga tidak bisa di pengaruhi dari pihak luar. Menurut Goldfried dan Merbaum (dalam Ghufron & Risnawita, 2016) pengendalian diri (self control) sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Pengendalian diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan. Rendahnya kemampuan untuk mengendalikan diri terhadap perilaku-perilaku yang tidak bisa terkontrol dan perilaku yang bertentangan dengan nilai agama dapat digambarkan sebagai kegagalan untuk meningkatkan self control (kontrol diri) dalam tingkah laku mereka. Dalam kamus lengkap psikologi, menyatakan bahwa self control (kontrol diri) adalah kemampuan untuk menekan atau merintangai impuls-impuls atau tingkah laku impulsif. Tingkah laku yang tidak terkontrol dan bertentangan dengan nilai agama pada diri seorang siswa tersebut terjadi karena kurang adanya kemampuan untuk mengontrol perilakunya sendiri sehingga bisa merugikan diri sendiri dan orang lain. Dibutuhkan kontrol diri agar perilaku siswa dapat terkontrol, dan hal-hal yang sifatnya menyimpang dari norma dan aturan yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain dapat dicegah. (3)

Tahap Akhir Konseling, Peneliti melakukan observasi kepada DAN di sekolah, baik di dalam kelas maupun di luar kelas terkait pernyataannya bahwa DAN memiliki sikap pengendalian diri yang rendah karena sering mendapat ejekan dari orang sekitarnya. Kemudian peneliti melakukan refleksi untuk merencanakan layanan konseling selanjutnya pada DAN untuk melihat perubahan yang terjadi padanya dalam menyikapi masalah yang berkaitan dengan kemampuan mengendalikan diri dalam hidupnya setelah selesai mendapatkan penanganan konseling individual dengan teknik relaksasi dalam tahapan musikalisasi konseling dengan penguatan diri pada sikap pengendalian diri.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan analisis dari hasil penelitian yang telah peneliti lakukan di SMP Negeri Medan mengenai pelaksanaan konseling individual dengan teknik musikalisasi konseling untuk meningkatkan pengendalian diri siswa di SMP Negeri 6 Medan Tahun Pembelajaran 2021/2022 dapat dikemukakan hasil dari penelitian

sebagai berikut :

1. Rendahnya pengendalian diri siswa SMP Negeri 6 Medan dibuktikan dengan aktifitas seringnya siswa saling mengejek, menghina pekerjaan masing-masing orang tua, berbicara yang tidak sopan atau kata-kata yang tidak pantas diucapkan, membuat keributan di dalam kelas dan kurangnya menghargai guru yang berada di dalam kelas, kurang memiliki sikap empati seperti tidak peka terhadap lingkungan sekitar, kurang peduli dengan kelompok belajar, tidak dapat merasakan apa yang dirasakan oleh temannya, tidak menjadi pendengar yang baik, malah sebaliknya ketika teman bercerita teman yang lain mengejek dan mencaci. Rendahnya pengendalian diri ini disebabkan oleh dua faktor yaitu keluarga dan lingkungan. Dari sekolah hanya berupaya bagaimana cara mencegah, mengarahkan dan mengentaskan rendahnya pengendalian diri siswa.
2. REFERENSI Pelaksanaan layanan konseling individual teknik musikalisasi konseling dikatakan sudah baik karena dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling itu para guru wali kelas, guru mata pelajaran turut membantu, mendukung dan bekerja sama dengan guru bimbingan dan konseling dalam pelaksanaan pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah tersebut, yang di mana tujuannya agar mengentaskan permasalahan pada siswa, sehingga dapat membentuk karakter yang baik dan berkhilakul karimah.
3. Dengan melaksanakan layanan konseling individual pada siswa untuk membantu siswa meningkatkan pengendalian dirinya. Pada pelaksanaan konseling yang pertama yang peneliti amati keadaan siswa yang di mana siswa menyadari dan memahami tentang perilakunya, ini terlihat dari bagaimana siswa mulai menghargai guru di dalam kelas dengan tidak ribut dan membuat pembelajaran menjadi kondusif, serta tidak mengejek dan mencaci lagi pekerjaan orang tua masing-masingnya. Kemudian pada pemberian konseling individual kedua siswa mulai memahami dan sadar dengan perilakunya yang masih tidak mau terlibat dalam kelompok belajar atau tugas kelompok dan masih belum memiliki sikap empati dengan lingkungan sekitarnya. Hingga akhirnya diberikan layanan konseling individual yang ketiga bahwa terlihat jelas perubahan siswa, yang di mana siswa sudah mulai sadar dan bijak dalam bertindak, berbicara dan berbuat. Siswa yang memiliki kecerdasan sosial yang rendah tadi akhirnya berkurang. Ini terlihat dari penelitian dan observasi yang peneliti lakukan setelah melaksanakan layanan konseling individual kepada siswa berjalan secara optimal dan meningkat. Hasil ini dapat dilihat dari perubahan siswa yang mulai mengurangi perilaku mengejek dan mencaci, mulai menghargai guru di luar maupun di dalam kelas, sudah mau ikut dalam kerja kelompok dan sudah mulai memiliki sikap empati. Perubahan siswa tersebut terjadi setelah siswa mendapatkan layanan konseling individual sebanyak tiga kali dalam upaya mencapai tujuan sasaran yang dilakukan oleh peneliti bersama dengan guru bimbingan dan konseling. Perubahan ini terjadi sebesar 88% pada siswa, yang di mana siswa mulai berupaya meningkatkan kecerdasan sosialnya. Maka dengan hal ini dikatakan bahwa pelaksanaan bimbingan dan konseling memang sangat dibutuhkan dan sangat berperan penting bagi siswa dalam mengentaskan permasalahannya.

5. REFERENSI

- Asbi, A., Hasibuan, M. F., & Sari, M. (2022). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Acceptance and Commitment untuk Mengurangi Gaya Hidup Konsumtif. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 5(2), 156-170.
- Bakar, A., & Luddin. (2010). *Dasar Dasar Konseling*. Bandung: Cipta Pustaka Media Perintis.

- Baumeister, & Boden. (1998). Relation of Threatened Egoism to Violence and Aggression: The dark side of High Self-Esteem. *Psychological Review*.
- Chaplin. (2001). *Kamus Lengkap Psikologi* (Terjemahan Kartini Kartono). Jakarta: Raja Grafindo Perkasa.
- Deliati, D., & Lesmana, G. (2019). The Increase of Student Learning Interest through the Application of Recitation Methods Assisted by Cyber Counseling Media. *Budapest International Research and Critics in Linguistics and Education (BirLE) Journal*, 2(3), 448-453.
- Deliati, D., & Muharmi, T. (2019). Implementasi Assertive Training untuk Meningkatkan Kecerdasaan Emosional Mahasiswa pada Mata Kuliah Psikologi Pendidikan. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 2(1), 1-13.
- Enriati, Umari, T., & Asyarik, A. (2014). Pengaruh Layanan Informasi Terhadap Peningkatan Pengendalian Diri Siswa Kelas X SMAN 4 Penbaru T.P 2014/2015. *Bimbingan dan Konseling*.
- Gladding, S. (2016). *The Creative Arts and Counseling*. America: America Counseling Association.
- Goldfried, M., & Merbau. (1973). *Behavior Change Through Self-Control*. APA.
- Ghoffar, H. (2019). Analysis of self-consciousness based on the multi-theory perspective. *JOMSIGN: Journal of Multicultural Studies in Guidance and Counseling*, 3(1), 15-26.
- Gufron, M. N., & Rini, R. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media .
- Hasibuan, M. F., Asbi, A., Wastuti, S. N. Y., & Izar, S. L. (2023). Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan Kemampuan Literasi Dan Numerasi Siswa Kelas IV SD Al-Washliyah Percut Medan. *JURNAL BIMBINGAN DAN KONSELING AR-RAHMAN*, 9(1), 83-90.
- Helmi, G. (2017). Upaya guru mata pelajaran dan guru BK dalam mencegah perilaku menyontek (Studi Pada SMA Negeri Se-Kota Padangsidempuan). *Wahana Didaktika: Jurnal Ilmu Kependidikan*, 15(3).
- Lesmana, G., & Deliati, D. (2022). Parenting Patterns Based on Character Education Against Early Childhood Discipline. *Indonesian Journal Education*, 1(1), 18-24.
- Lesmana, G. (2019). Efforts To Increase Through Self Efficacy With Counseling Services Technical Self Management To Convicted Criminal in Jail li B Class Labuhan Deli 2018. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 5(1), 43-47.
- Lubis, S., Asbi, A., & Lesmana, G. (2023). PENERAPAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL MENGGUNAKAN PENDEKATAN PERSON CENTERED THERAPY UNTUK MENINGKATKAN ETIKA KOMUNIKASI PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 23 MEDAN TAHUN AJARAN 2022/2023. *Sindoro: Cendikia Pendidikan*, 1(1), 10-20.
- Sari, M., Sari, S. P., & Asbi, A. PENGARUH MEDIA PEMBELAJARAN AUDIOVISUAL DAN BLOG TERHADAP KEBUGARAN JASMANI MAHASISWA PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA. *JURNAL ILMU KEOLAHRAGAAN*, 21(2), 192-198.