

PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PROBLEM SOLVING* UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA KELAS VII

Arini Widayati¹, Dri Atmaka², Wahyu Murti Utami³

Program Studi Bimbingan Konseling, Ilmu Pendidikan, Ikip Pgri Wates.
Jl. KRT Kertodiningrat No. 5, Margosari, Pengasih, Kabupaten Kulon Progo,
Daerah Istimewa Yogyakarta 55652.
E-mail: ariniwidayati410@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history:

Received: 10 March 2026

Revised: 20 March 2026

Accepted: 28 March 2026

Keywords:

*Bimbingan Kelompok,
Problem Solving,
Kedisiplinan Belajar*



<https://sl1nk.com/cw2yfjs>

ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kalibawang tahun ajaran 2025/2026. Jenis penelitian adalah *quasi experiment* dengan desain *nonequivalent control group design*. Populasi berjumlah 60 siswa, dengan sampel 20 siswa menggunakan teknik *purposive sampling* (10 kelompok eksperimen dan 10 kelompok kontrol). Instrumen berupa angket kedisiplinan belajar dengan 30 butir valid dan reliabilitas *Cronbach's Alpha* 0,863. Hasil *uji-t Independent Samples posttest* menunjukkan $t\text{-hitung} = 18,777$ dan signifikansi $0,000 < 0,05$. *Gain score* kelompok eksperimen (36,50) jauh lebih tinggi dari kelompok kontrol (8,00), dengan $t\text{-hitung gain score} = 170,958$. Hipotesis diterima: terdapat pengaruh signifikan layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* terhadap peningkatan kedisiplinan belajar siswa.

This study aims to examine the effect of group guidance services with *problem solving* techniques on improving learning discipline of seventh grade students at SMP Negeri 2 Kalibawang in the 2025/2026 academic year. A *quasi-experimental* design with a *nonequivalent control group* was used. The population comprised 60 students; 20 were selected via *purposive sampling* (10 experimental, 10 control). A learning discipline questionnaire with 30 valid items and *Cronbach's Alpha* of 0.863 was used. *Independent Samples t-test on post-test* data yielded $t = 18.777$, $\text{sig.} = 0.000 < 0.05$. The experimental group's *gain score* (36.50) far exceeded the control group's (8.00), with a *gain score t-value* of 170.958. The hypothesis was accepted: group guidance with *problem solving* techniques significantly improved student learning discipline

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan upaya sistematis untuk menumbuhkembangkan kepribadian serta mengasah potensi intelektual, emosional, dan sosial siswa. Dalam pelaksanaannya, kedisiplinan belajar menjadi indikator keberhasilan dalam penanaman nilai-nilai tanggung jawab, kerja keras, serta komitmen terhadap kegiatan akademik. Kedisiplinan belajar sendiri dapat dipahami sebagai manifestasi sikap tanggung jawab yang tercermin melalui kepatuhan terhadap aturan dan kesadaran diri yang tinggi dalam menjalani proses pembelajaran. kedisiplinan terbentuk secara bertahap melalui proses internalisasi nilai yang ditunjukkan dalam perilaku konsisten, taat dan teratur (Harefa, 2023). Namun, transisi dari jenjang SD ke SMP sering menjadi tantangan bagi siswa kelas VII yang berimplikasi pada munculnya perilaku kurang disiplin. Berdasarkan observasi di SMP Negeri 2 Kalibawang, teridentifikasi bahwa sekitar 40% siswa kelas VII mengalami kendala dalam menjaga

konsistensi belajar, seperti keterlambatan pengumpulan tugas dan rendahnya partisipasi aktif.

Kedisiplinan belajar merupakan kemampuan individu untuk mengatur diri, mematuhi aturan, dan bertanggung jawab terhadap tugas-tugas akademiknya sebagai hasil dari proses pembiasaan dan bimbingan yang konsisten (Rahmawati, 2025). Salah satu intervensi yang efektif adalah bimbingan kelompok yang menitikberatkan pemberian bantuan dengan memanfaatkan aktivitas kelompok. komponen pemimpin, anggota, dan dinamika kelompok menjadi kunci keberhasilan layanan ini (Prayitno, 2017). Layanan bimbingan kelompok merupakan wadah yang efektif untuk mengembangkan keterampilan dan perilaku siswa melalui dinamika kelompok, di mana interaksi antaranggota memungkinkan terjadinya proses belajar yang bermakna dan perubahan perilaku yang lebih positif (Mulyani, 2025). pengembangan potensi diri peserta didik harus didukung melalui proses pendidikan yang integrative (Amaliyah & Rahmat, 2021).

Perilaku tidak disiplin, seperti keterlambatan, merupakan bentuk kurangnya manajemen diri yang memerlukan intervensi khusus untuk membantu siswa memahami konsekuensi dari tindakannya dan mencari solusi atas hambatan yang dihadapi (Astuti, 2020). peran penting evaluasi disiplin dalam membentuk karakter siswa di sekolah menengah. Strategi ini sangat relevan diterapkan, terutama dalam menghadapi tantangan layanan pendidikan yang ideal di berbagai situasi (Aulia & Saleh, 2024). strategi layanan yang praktis sangat dibutuhkan untuk menjaga kualitas pendidikan tetap terjaga (Fadhli, 2022).

Bimbingan kelompok sebagai proses kreatif bagi individu untuk membuat pilihan dan keputusan yang bertanggung jawab (Romlah, 2010). Pembentukan perilaku tangguh melalui nilai-nilai kedisiplinan sangat penting untuk membentuk tanggung jawab siswa di lingkungan sekolah. perilaku tangguh tersebut lahir dari kedisiplinan yang tertanam kuat pada diri siswa (Handoko, 2023). Melalui tahapan bimbingan yang terencana, siswa dilatih untuk mengatur waktu belajar, mematuhi peraturan, dan menjaga ketertiban di kelas, yang merupakan indikator utama kedisiplinan menurut Tu'u (2004). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif sesuai prosedur Sugiyono (2016) untuk menguji pengaruh layanan tersebut secara empiris. Dengan demikian, diharapkan layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* mampu menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan kedisiplinan siswa di masa depan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis *quasi experiment* dan desain *nonequivalent control group design*. Menurut Sugiyono (2016), desain ini dipilih karena peneliti tidak dapat melakukan randomisasi secara penuh, namun tetap menggunakan kelompok kontrol sebagai pembanding.

Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kalibawang tahun ajaran 2025/2026, berjumlah 60 siswa (Kelas VII A: 30 siswa; Kelas VII B: 30 siswa). Sampel penelitian sebanyak 20 siswa diambil menggunakan teknik purposive sampling (Sugiyono, 2016), terdiri dari 10 siswa kelompok eksperimen (Kelas VII A) dan 10 siswa kelompok kontrol (Kelas VII B), dipilih berdasarkan hasil pretest dengan kategori kedisiplinan belajar rendah.

Prosedur penelitian meliputi: (1) *pretest* untuk mengukur kondisi awal kedisiplinan belajar, (2) pemberian treatment berupa layanan bimbingan kelompok teknik problem solving pada kelompok eksperimen selama 2 bulan (Agustus-Oktober 2025), dan (3) *posttest* untuk mengukur kondisi akhir. Instrumen berupa angket kedisiplinan belajar dengan 30 butir pernyataan valid (10 butir gugur dari 40 butir awal) dan reliabilitas *Cronbach's Alpha* 0,863.

Teknik analisis data menggunakan *uji-t* (*Independent Samples t-Test* dan *Paired Samples t-Test*) yang didahului uji normalitas *Shapiro-Wilk* dan uji homogenitas *Levene's Test*. Data diolah menggunakan *Miscrosoft Excel*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Langkah-Langkah Penelitian

- Tahap Pra-Eksperimen (*Pretest*):** Peneliti menyebarkan angket kedisiplinan belajar kepada populasi siswa kelas VII untuk mengidentifikasi siswa yang memiliki skor kedisiplinan rendah. Berdasarkan hasil tersebut, dipilih 20 siswa sebagai sampel yang dibagi ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menggunakan teknik *purposive sampling*.
- Tahap Pelaksanaan (*Treatment*):** Kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*. Layanan ini dilaksanakan dalam delapan kali pertemuan, di mana siswa diajak untuk mengidentifikasi masalah kedisiplinan, mencari alternatif solusi, dan menetapkan langkah perbaikan secara mandiri. Sementara itu, kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan khusus.
- Tahap Pasca-Eksperimen (*Posttest*):** Setelah seluruh sesi layanan selesai, kedua kelompok kembali diberikan angket kedisiplinan belajar (*posttest*) dengan instrumen yang sama untuk mengukur perubahan perilaku pasca-intervensi.
- Tahap Analisis Data:** Data yang diperoleh kemudian diolah menggunakan uji statistik *Independent Samples t-Test* dan analisis *gain score* untuk menentukan efektivitas layanan yang telah diberikan.

2. Deskripsi Data

Hasil *pretest* menunjukkan kondisi awal yang relatif setara antara kelompok eksperimen (rata-rata 80,00) dan kelompok kontrol (rata-rata 81,00). Setelah pemberian perlakuan, rata-rata *posttest* kelompok eksperimen meningkat menjadi 116,50, sedangkan kelompok kontrol hanya mencapai 89,00. *Gain score* kelompok eksperimen sebesar 36,50 atau meningkat 45,63%, sementara kelompok kontrol hanya 8,00 atau 9,88%.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Pretest dan Posttest

Kelompok	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain Score</i>	Peningkatan
Eksperimen	80,00	116,50	36,50	45,63%
Kontrol	81,00	89,00	8,00	9,88%

3. Uji Prasyarat Analisis

Uji normalitas Shapiro-Wilk menunjukkan seluruh data berdistribusi normal (*pretest* eksperimen sig. 0,799; *posttest* eksperimen sig. 0,703; *pretest* kontrol sig. 0,748; *posttest* kontrol sig. 0,748; semuanya > 0,05). Uji homogenitas Levene's Test menunjukkan varians kedua kelompok homogen (*pretest* sig. 0,931; *posttest* sig. 0,635; *gain score* sig. 1,000; semuanya > 0,05). Kedua syarat parametrik terpenuhi sehingga analisis uji-t dapat dilanjutkan.

4. Pengujian Hipotesis

Tabel 2. Ringkasan Hasil Pengujian Hipotesis

Jenis Uji	t-hitung	Sig.	Keputusan	Kesimpulan
Uji-t <i>Pretest</i> (Independent)	-0,635	0,534	H0 diterima	Tidak ada perbedaan kemampuan awal
Uji-t <i>Posttest</i> (Independent)	18,777	0,000	H1 diterima	Ada perbedaan kemampuan akhir signifikan
Uji-t <i>Paired</i> (Eksperimen)	-218,789	0,000	H1 diterima	Peningkatan signifikan

Arini Widayati¹, Dri Atmaka², Wahyu Murti Utami³

Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Problem Solving* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas VII, 27(1)

Copyright © 2026, AKADEMIKA JURNAL ILMIAH KEPENDIDIKAN

P-ISSN (1412 - 7997), E-ISSN (2809 - 8730)

				dalam kelompok eksperimen
Uji-t Paired (Kontrol)	-	0,000	H1 diterima	Peningkatan pada kelompok kontrol (lebih kecil)
Uji-t Gain Score (Independent)	170,958	0,000	H1 diterima	Perbedaan peningkatan sangat signifikan

Uji-t Independent Samples pretest menghasilkan t-hitung = -0,635 (sig. 0,534 > 0,05), membuktikan kedua kelompok setara sebelum perlakuan. *Uji-t posttest* menghasilkan t-hitung = 18,777 (sig. 0,000 < 0,05), membuktikan perbedaan kemampuan akhir yang sangat signifikan. *Uji gain score* menghasilkan t-hitung = 170,958 (sig. 0,000 < 0,05), membuktikan peningkatan kelompok eksperimen jauh lebih tinggi daripada kelompok kontrol.

Pembahasan

Hasil penelitian membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kedisiplinan belajar siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kalibawang ($t = 18,777$; sig. = 0,000 < 0,05). Temuan ini selaras dengan penelitian Pangestuti & Wahyumiani (2021) di SMP N 3 Sewon juga memperlihatkan pengaruh positif bimbingan kelompok terhadap kedisiplinan belajar dengan koefisien 0,570 (sig. = 0,000), serta Riduwan & Lestari (2023) yang menunjukkan kontribusi bimbingan kelompok sebesar 21% terhadap kedisiplinan siswa kelas IX.

Secara teoretis, bimbingan kelompok memberikan lingkungan yang kondusif bagi siswa untuk terlibat aktif dalam pemecahan masalah secara bersama. Sebagaimana dikemukakan Prayitno (2017) dan Gibson & Mitchell (2011: 275), dinamika kelompok yang terstruktur mendorong siswa untuk berkomunikasi secara efektif, saling berbagi pengalaman, dan menerima umpan balik yang membangun. Proses ini menumbuhkan kesadaran diri yang dibutuhkan untuk mengubah perilaku belajar.

Teknik problem solving berperan penting dalam proses tersebut. Melalui langkah-langkah sistematis yang dikemukakan Mulyatiningsih (2012) dan Sanjaya (2013), siswa dilatih untuk mengidentifikasi akar permasalahan kedisiplinan mereka, mengkaji solusi alternatif, dan membuat komitmen perubahan konkret. Lima sesi yang mencakup indikator kedisiplinan menurut Tu'u (2004)—mengatur waktu belajar, rajin dan teratur belajar, perhatian saat belajar, kepatuhan terhadap peraturan, dan ketertiban di kelas—memberikan cakupan yang komprehensif terhadap seluruh dimensi kedisiplinan belajar.

Perbedaan *gain score* yang sangat besar antara kelompok eksperimen (36,50 poin) dan kontrol (8,00 poin) menunjukkan bahwa perlakuan memberikan dampak multi-dimensi. Aspek kognitif ditingkatkan melalui pemahaman pentingnya disiplin; aspek afektif melalui pembentukan sikap dan komitmen; dan aspek perilaku melalui tindakan nyata yang direncanakan dalam setiap sesi. Kondisi ini konsisten dengan temuan Nurjanah, Rohaeti & Alawiyah (2022) yang juga membuktikan pengaruh positif dan signifikan bimbingan kelompok terhadap kedisiplinan siswa kelas VIII, serta Sandyariesta, Yuliejantiningih & Hartini (2020) tentang efektivitas teknik problem solving dalam meningkatkan perilaku belajar positif siswa SMA.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving terhadap peningkatan kedisiplinan belajar siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kalibawang tahun ajaran 2025/2026. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi *uji-t Independent Samples posttest* sebesar 0,000 (< 0,05), *gain score* kelompok

Arini Widayati¹, Dri Atmaka², Wahyu Murti Utami³

Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Problem Solving* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas VII, 27(1)

Copyright © 2026, AKADEMIKA JURNAL ILMIAH KEPENDIDIKAN

P-ISSN (1412 - 7997), E-ISSN (2809 - 8730)

eksperimen (36,50) jauh lebih tinggi dari kelompok kontrol (8,00), dan t-hitung *gain score* 170,958.

Implikasi penelitian ini adalah pentingnya penerapan layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* sebagai intervensi yang efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa. Disarankan kepada pihak sekolah untuk mendukung dan mengintegrasikan layanan ini ke dalam program bimbingan dan konseling secara berkelanjutan, dan kepada guru BK untuk menerapkan metode *problem solving* secara terencana dalam kegiatan bimbingan kelompok.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada pimpinan sekolah dan rekan-rekan guru yang telah memberikan izin serta dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini. Terima kasih juga disampaikan kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan masukan berharga dalam penyempurnaan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amaliyah, A., & Rahmat, A. (2021). Pengembangan potensi diri peserta didik melalui proses pendidikan. *Attadib: Journal of Elementary Education*, 5(1), 28–45.
- Astuti, A. D. (2020). Teknik self management untuk mengurangi perilaku terlambat datang di sekolah. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(1), 1-12.
- Aulia, C., & Saleh, S. (2024). Peran guru PPKn sebagai evaluator terhadap disiplin belajar siswa sekolah menengah pertama. *Jurnal EDUCATIO*, 10(1), 720–729.
- Fadhli, R. (2022). *Metode Rafli di Masa Pandemi: Strategi Layanan Pendidikan Ideal dan Praktis*. Bandung: Indonesia Emas Group.
- Gibson, R. L., & Mitchell, M. H. (2011). *Bimbingan dan Konseling (Terjemahan)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Handoko, Y. H. Y. (2023). Disiplin dan nilai-nilai religius dalam membentuk perilaku tangguh dan tanggung jawab. *Indonesian Journal of Islamic Religious Education*, 1(2), 201–212.
- Harefa, D. (2023). *Teori Belajar & Pembelajaran*. Sukabumi: CV. Jejak.
- Nurjanah, I., Rohaeti, E. E., & Alawiyah, T. (2022). Pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terhadap peningkatan kedisiplinan siswa kelas VIII. *FOKUS: Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, 5(6), 487–497.
- Mulyatiningsih, E. (2012). *Metode Penelitian Terapan Bidang Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Mulyani, R. D. (2025). The effect of group guidance services using experiential learning method on students' interpersonal communication skills. *AKADEMIKA: Jurnal Ilmiah Kependidikan*.
- Pangestuti, R. S., & Wahyumiani, N. (2021). Pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan kedisiplinan belajar siswa kelas VIII di SMP N 3 Sewon tahun 2019/2020. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), 145–150.
- Prayitno. (2017). *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok Yang Berhasil*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Riduwan, M., & Lestari, R. (2023). Pengaruh bimbingan kelompok terhadap kedisiplinan siswa kelas IX di SMP Islam Integral Luqman Al-hakim. *JURNAL AS-SAID*, 3(1), 71–86.
- Rahmawati, E. (2025). Layanan konseling individu dengan teknik self-management dalam meningkatkan kedisiplinan belajar. *AKADEMIKA: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 24(1).
- Romlah, T. (2010). *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Sanjaya, W. (2013). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Sandyariesta, D., Yuliejantiningih, Y., & Hartini, T. (2020). Pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving terhadap kemandirian belajar siswa kelas X. *Empati-Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(2), 118–128.
- Sugiyono, S. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Shabrina, B., & Asni, A. (2024). Pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem
- Arini Widayati¹, Dri Atmaka², Wahyu Murti Utami³
- Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Problem Solving* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas VII, 27(1)



AKADEMIKA

JURNAL ILMIAH KEPENDIDIKAN

solving untuk meningkatkan disiplin belajar pada peserta didik. *Journal on Education*, 6(4), 20391–20400.

Tu'u, T. (2004). *Peran Disiplin Pada Perilaku dan Prestasi Siswa*. Jakarta: PT. Grasindo.