

# Pengembangan Modul Layanan Bimbingan Klasikal Teknik Self-Regulated Learning Tentang Delayed of gratification pada Peserta Didik di SMP

Muhammad Tyas Pamudji, Caraka Putra Bhakti\*, Arif Budi Prasetya

Universitas Ahmad Dahlan, Jl. Ringroad Selatan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta, 55191, Indonesia

\*Penulis korespondensi, email: caraka.pb@bk.uad.ac.id

## Riwayat Artikel

Diajukan: 12 Januari 2026

Direvisi: 13 Januari 2026

Diterima: 14 Februari 2026

Diterbitkan: 15 Februari 2026

## Kata Kunci

Bimbingan klasikal

Delayed of gratification

Self-regulated learning

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan modul layanan bimbingan klasikal dengan teknik *self-regulated learning* untuk meningkatkan kemampuan *delayed of gratification* pada peserta didik sekolah menengah pertama. Metode penelitian yang digunakan adalah Research and Development (R&D) dengan model pengembangan 4D yang meliputi tahap *define, design, develop, dan disseminate*, namun penelitian dibatasi hingga tahap pengembangan dan validasi ahli. Subjek validasi terdiri atas ahli materi, ahli media, dan ahli layanan bimbingan dan konseling. Instrumen penelitian berupa lembar penilaian ahli yang dianalisis menggunakan indeks *Aiken's V*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa modul yang dikembangkan memiliki tingkat kelayakan yang tinggi, dengan nilai rata-rata *Aiken's V* sebesar 0,92 pada validasi ahli materi, 0,83 pada validasi ahli media, dan 0,85 pada validasi ahli layanan. Modul dirancang dalam delapan pertemuan yang mengintegrasikan tahapan *self-regulated learning*, yaitu perencanaan, pelaksanaan, dan refleksi diri, serta mencakup lima domain *delayed of gratification*, meliputi makanan, fisik, sosial, uang, dan pencapaian. Berdasarkan hasil validasi tersebut, modul dinyatakan valid dan layak digunakan sebagai media pendukung layanan bimbingan klasikal untuk membantu peserta didik mengembangkan kemampuan menunda kepuasan, mengelola impulsivitas, meningkatkan regulasi diri, serta membangun strategi belajar yang lebih efektif dan berorientasi pada tujuan jangka panjang.

## 1. Pendahuluan

Kemampuan menunda kepuasan *delayed of gratification* merupakan salah satu keterampilan psikososial yang paling penting dan berdampak besar terhadap perjalanan hidup remaja dan peserta didik (Lamichhane et al., 2022). Menurut Hoerger et al. (2011), *delayed of gratification* adalah kemampuan untuk menunda kepuasan atau imbalan langsung demi mendapatkan hasil yang lebih besar atau lebih baik di masa depan, yang melibatkan resistensi terhadap godaan hadiah yang segera dengan mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang. Keterampilan ini berkaitan erat dengan konsep pengendalian diri (*self-control*) dan regulasi diri (*self-regulation*), serta dapat diukur melalui lima domain *delay behavior*, yaitu makanan (*Food*), fisik (*Physical*), sosial (*Social*), uang (*Money*), dan pencapaian (*Achievement*). Peserta didik yang menguasai DOG cenderung menunjukkan hasil akademik yang lebih baik (Michaelson & Munakata, 2020; Duran & Grissmer, 2020), sedangkan ketidakmampuan menunda kepuasan dapat berdampak negatif pada prestasi akademik dan meningkatkan risiko masalah sosial (Xu & Yin, 2020; Kräplin et al., 2020). Selain itu, penguasaan DOG juga berkontribusi dalam mengurangi perilaku agresif dan kriminal pada remaja yang terkait dengan kontrol diri yang lemah (Ashley et al., 2024; Odum et al., 2020), sehingga individu yang mampu menunda kepuasan umumnya memiliki hasil hidup yang lebih baik secara keseluruhan.

Namun, kenyataan di lapangan menunjukkan adanya tantangan bagi remaja saat ini dalam mengembangkan kemampuan menunda kepuasan, sebagian dipicu oleh paparan teknologi digital yang masif (Haidt, 2024). Berbagai studi menemukan adanya tren penurunan kemampuan DOG. Rendahnya kemampuan untuk menunda kepuasan berkorelasi dengan prestasi akademik yang rendah dan gangguan perilaku (Liang et al., 2023; Gao et al., 2023). Dalam konteks masyarakat modern yang dipengaruhi oleh media sosial secara intensif dan budaya serba instan, remaja cenderung lebih memilih imbalan jangka pendek daripada mempersiapkan masa depan mereka (Ritgens et al., 2024; Kelly et al., 2020). Studi di beberapa sekolah menengah di Indonesia menunjukkan bahwa sekitar 65% peserta didik lebih memilih aktivitas hiburan seperti bermain *game* dan menggunakan media sosial dibandingkan menyelesaikan tugas sekolah tepat waktu (Rohmana & Mulyana, 2022). Kondisi ini menunjukkan bahwa peserta didik SMP masih menghadapi hambatan dalam memenuhi sebagian tugas perkembangannya sebagaimana tercantum dalam Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD), khususnya dalam aspek kematangan emosi, kematangan intelektual, dan kesadaran tanggung jawab sosial. Oleh karena itu, peningkatan kemampuan menunda kepuasan menjadi sangat krusial dalam membentuk generasi yang lebih tangguh dan kompeten.

Dalam konteks pendidikan formal, Layanan Bimbingan dan Konseling (BK) merupakan instrumen strategis untuk mendukung pengembangan kemampuan pengendalian diri peserta didik, termasuk *delayed of gratification*. Layanan bimbingan klasikal memungkinkan peserta didik memperoleh pemahaman dan keterampilan praktis dalam pengelolaan diri serta pentingnya menunda kepuasan untuk hasil yang lebih baik di masa depan (Utami & Hasan, 2022). Salah satu pendekatan yang relevan untuk diintegrasikan dalam layanan bimbingan klasikal adalah teknik *self-regulated learning* (SRL). Menurut Zimmerman (2002), SRL merupakan kondisi di mana individu secara metakognitif, motivasional, dan perilaku menjadi partisipan aktif dalam proses pembelajaran mereka sendiri. Teknik SRL mencakup tiga tahapan utama, yaitu perencanaan (*forethought phase*), pelaksanaan (*performance phase*), dan evaluasi diri (*self-reflection phase*), yang membentuk proses reflektif dan strategis dalam pengendalian perilaku (Rahmatika et al., 2023).

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa teknik *self-regulated learning* efektif dalam menurunkan prokrastinasi akademik serta meningkatkan motivasi dan pengelolaan diri peserta didik (Fadilah & Kurniasih, 2021). Penelitian oleh Li (2024), Fajri et al. (2023), Tengku & Amelia (2025), dan lainnya juga menunjukkan bahwa teknik *self-regulated learning* berfungsi meningkatkan kemampuan *delayed of gratification* pada peserta didik SMP melalui penguatan perencanaan, *monitoring* diri, dan orientasi tujuan jangka panjang. Meskipun demikian, hasil literatur menunjukkan bahwa belum banyak tersedia modul atau buku panduan yang secara spesifik mengintegrasikan teknik SRL dalam layanan bimbingan klasikal yang berfokus pada peningkatan *delayed of gratification* di tingkat SMP. Selain itu, layanan bimbingan klasikal dengan teknik SRL yang secara eksplisit membahas *delayed of gratification* masih minim diterapkan. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kebutuhan praktis di sekolah dan ketersediaan perangkat intervensi yang terstruktur dan kontekstual.

Oleh karena itu, kebaruan ilmiah penelitian ini terletak pada pengembangan modul bimbingan klasikal yang secara khusus mengintegrasikan teknik *self-regulated learning* untuk meningkatkan kemampuan *delayed of gratification* pada peserta didik SMP di Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kelayakan pengembangan modul bimbingan klasikal dengan teknik *self-regulated learning* menurut ahli materi, ahli media, dan ahli layanan untuk meningkatkan *delayed of gratification* pada peserta didik di tingkat sekolah menengah pertama, sehingga dapat menjadi panduan yang valid dan efektif bagi guru bimbingan dan konseling.

## 2. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Research and Development* (R&D) atau penelitian dan pengembangan, yang merupakan pendekatan sistematis untuk menghasilkan produk yang efektif dan teruji (Mulyatiningsih, 2016). Model pengembangan yang diadopsi adalah model 4D oleh Thiagarajan, Semmel, dan Semmel (1974), yang terdiri dari empat tahapan utama: *define* (pendefinisian), *design* (perancangan), *development* (pengembangan), dan *disseminate* (penyebarluasan). Namun, penelitian ini membatasi pengembangan hanya sampai pada tahap uji ahli materi, ahli media, dan ahli layanan, dan tidak sampai pada tahap uji coba luas atau penyebarluasan, peneliti berencana membuat 2 skema penelitian, penelitian dibatasi sampai tahap uji ahli karena tujuan skema pertama adalah memastikan modul valid dan layak digunakan terlebih dahulu sebelum dilakukan uji efektivitas melalui penelitian eksperimen pada skema berikutnya. Pada tahap skema ini peneliti melakukan penelitian R&D yang menghasilkan *output* berupa sebuah modul, dan pada tahap skema selanjutnya, peneliti berencana melakukan penelitian eksperimen untuk meningkatkan *delayed of gratification* pada peserta didik di SMP dengan modul yang telah dibuat pada skema penelitian sebelumnya. Melalui penelitian dan pengembangan, penulis memiliki tujuan untuk menghasilkan produk atau menyempurnakan produk berupa modul, menurut Rodhiyya dan Bhakti (2024), penelitian dan pengembangan model 4D merupakan model yang sering digunakan dalam penyusunan buku ajar, modul, dan lembar kerja peserta didik. Berikut ini merupakan prosedur pengembangan modul bimbingan klasikal teknik *self-regulated learning* untuk meningkatkan *delayed of gratification* pada peserta didik dengan menggunakan model 4D yang dapat terlihat pada tabel 1.

**Tabel 1. Deskripsi Kegiatan Modul Bimbingan Klasikal Teknik Self-regulated learning untuk Meningkatkan Delayed of gratification pada Peserta Didik**

Tahapan	Kegiatan
<i>Define</i>	Melakukan pengumpulan data dengan mengkaji sumber literatur yang relevan dengan topik <i>delayed of gratification</i> dan layanan bimbingan klasikal teknik <i>self-regulated learning</i> . Peneliti juga menyebar skala <i>delayed of gratification</i> untuk mengukur tingkat kemampuan <i>delayed of gratification</i> di SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta.
<i>Design</i>	Membuat desain modul dan Menyusun modul bimbingan klasikal teknik <i>self-regulated learning</i> untuk meningkatkan <i>delayed of gratification</i> , yang meliputi desain sampul modul, perancangan isi modul meliputi materi, kerangka konseptual, dan kerangka layanan yang berisi rancangan pelaksanaan layanan (RPL), lembar kerja peserta didik (LKPD), dan evaluasi proses dan hasil layanan.
<i>Development</i>	Membuat prototipe modul dari desain yang telah dibuat, kemudian melakukan uji validasi kepada ahli media, ahli materi, dan ahli layanan terhadap modul bimbingan klasikal teknik <i>self-regulated learning</i> untuk meningkatkan <i>delayed of gratification</i> pada peserta didik. Seorang ahli materi merupakan individu yang memiliki latar belakang pendidikan yang relevan dengan bidang yang dikaji seperti dosen pendidikan maupun dosen bimbingan dan konseling, serta memiliki wawasan

Tahapan	Kegiatan
	mengenai konsep bimbingan klasikal teknik <i>self-regulated learning</i> mengenai <i>delayed of gratification</i> . Berdasarkan Peraturan Kepala BSKAP Nomor 039/H/P/2022, ahli materi disyaratkan memiliki kualifikasi akademis yang memadai serta kompetensi untuk menilai kebenaran keilmuan agar tidak menimbulkan bias materi. Adapun ahli media merupakan individu yang memiliki pengalaman dalam menggunakan media dalam konteks pendidikan, bimbingan, maupun konseling. Secara lebih spesifik, merujuk pada pedoman penilaian yang sama, ahli media atau ahli desain dan grafika idealnya memiliki pengalaman praktisi sekurang-kurangnya 3 (tiga) tahun dalam bidang kegrafikaan atau pengembangan media digital guna memastikan kelayakan desain dan tampilan yang ramah pengguna. Sedangkan, ahli layanan merupakan individu yang memiliki keahlian dan pengalaman kerja di bidang bimbingan dan konseling, seperti dosen atau guru bimbingan dan konseling. Sejalan dengan standar kualifikasi penilai, ahli layanan (sebagai praktisi/ahli pembelajaran) diharapkan memiliki pengalaman profesional di bidangnya sekurang-kurangnya 5 (lima) tahun dan memiliki sertifikat pendidik untuk menjamin ketepatan metode penyajian layanan. Dalam pelaksanaan uji ahli ini menggunakan instrumen Indeks <i>Aiken</i> yang merupakan metode yang digunakan untuk mengukur validitas isi modul. Dengan melibatkan para ahli yang memiliki keahlian di bidang ini memastikan bahwa setiap item yang dievaluasi didasarkan pada landasan yang kuat dan divalidasi melalui pengetahuan dan pengalaman profesional mereka.
<i>Dissemination</i>	Mendaftarkan modul ini di hak kekayaan intelektual kepada Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia, Kemudian modul ini nantinya akan diujicobakan pada peserta didik dalam kelas besar atau klasikal untuk uji keefektifannya.

## 2.1. Instrumen dan Analisis Data

Instrumen penelitian digunakan untuk memperoleh data yang diperlukan dalam menilai kelayakan dan efektivitas pengembangan modul bimbingan klasikal teknik *self-regulated learning* untuk meningkatkan *delayed of gratification* (DoG) pada peserta didik SMP. Pengumpulan data dilakukan melalui dua jenis instrumen, yaitu skala *delayed of gratification* dan instrumen penilaian ahli.

Instrumen penelitian digunakan untuk memperoleh data yang diperlukan dalam menilai kelayakan dan efektivitas pengembangan modul bimbingan klasikal teknik *self-regulated learning* untuk meningkatkan *delayed of gratification* (DoG) pada peserta didik SMP. Pengumpulan data dilakukan melalui dua jenis instrumen, yaitu skala *delayed of gratification* dan instrumen penilaian ahli. Pada tahap *define*, peneliti menggunakan skala DoG untuk mengukur kondisi awal kemampuan peserta didik dalam menunda kepuasan pada lima aspek utama, yaitu makanan (*Food*), fisik (*Physical*), sosial (*Social*), uang (*Money*), dan pencapaian (*Achievement*). Skala ini menggunakan model Likert empat pilihan jawaban: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS), dengan sistem skor 4–1 untuk pernyataan positif dan 1–4 untuk pernyataan negatif. Setiap butir pernyataan menggambarkan kemampuan peserta didik menunda kepuasan dalam konteks keseharian, seperti menunda penggunaan gawai untuk belajar, mengelola uang saku, bersabar menunggu giliran, serta memilih aktivitas yang mendukung pencapaian akademik jangka panjang. Hasil pengukuran ini berfungsi sebagai data kebutuhan awal (*needs analysis*) pada tahap *define*, yang menjadi dasar penyusunan rancangan modul agar sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan peserta didik SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Pada pengumpulan data ini sebagai data kebutuhan awal (*needs analysis*) dilakukan penyebaran instrumen skala *delayed of gratification* pada peserta didik kelas 7 tahun akademik 2025/2026 semester ganjil, sebanyak 288 peserta didik.

Sebelum melakukan penyebaran instrumen skala *delayed of gratification* peneliti melakukan uji validitas secara kontruks oleh *expert judgement*, hal ini bertujuan untuk memastikan kelayakan, ketepatan, dan kesesuaian isi instrumen dengan konsep yang seharusnya diukur, berdasarkan penilaian dari ahli di bidangnya, di mana terdapat komentar mengenai pernyataan instrumen ini, di antaranya 1) terdapat indikator yang perlu disesuaikan agar cocok untuk peserta didik SMP dan norma Masyarakat, 2) Beberapa item pernyataan tidak mengandung unsur “menunda” atau “kepuasan”, 3) Hindari kata yang mengandung unsur skala, 4) Kata pengantar pada instrumen peserta didik perlu dilengkapi seperti data jenis kelamin, kelas, dll. Dari beberapa komentar tersebut dapat disimpulkan instrumen ini layak digunakan dengan revisi.

Uji validitas isi menggunakan aplikasi SPSS bertujuan untuk mengetahui validitas instrumen SPSS yang sudah disusun dalam mengukur sejauh mana tingkat *delayed of gratification* pada peserta didik, terdapat 40 pernyataan. Pada uji validitas dan reliabilitas ini peneliti mengambil 80 subjek penelitian. Berdasarkan analisis nilai Signifikansi (Sig. 2-tailed) pada hasil Uji Validitas Product Moment, seluruh item pernyataan (Item 1 sampai Item 40) dinyatakan Valid (bertahan). Hal ini dikarenakan nilai Sig. (2-tailed) untuk semua 40 item adalah  $\leq 0,001$ , yang semuanya lebih kecil dari kriteria signifikansi 0,05. Oleh karena itu, instrumen yang terdiri dari 40 item ini secara keseluruhan memiliki validitas yang baik dan siap digunakan. Dan untuk uji reliabilitas instrumen skala *delayed of gratification* dengan bantuan SPSS mendapatkan hasil Nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,909 jatuh dalam kategori Sangat Tinggi ( $0,80 < 0,909 \leq 1,00$ ). Ini berarti instrumen penelitian yang terdiri dari 40 item ini memiliki konsistensi (keajegan) yang sangat baik atau reliabel untuk digunakan dalam pengumpulan data. Kisi-kisi skala *delayed of gratification* dapat dilihat pada tabel 2.

**Tabel 2 Kisi-kisi Skala Delayed of gratification**

Variabel	Domain	Indicator	Statement Items	
			+	-
Delayed of Gratification	Food	Kemampuan menahan diri dari dorongan untuk makanan yang tidak sehat	1, 6	21, 26
		Kecenderungan memilih pola makan sehat jangka panjang daripada kepuasan instan	11, 16	31, 36
	Physical	Kemampuan menunda kesenangan fisik untuk mencapai tujuan jangka panjang	2, 7	22, 27
		Pengendalian diri terhadap dorongan fisik/kenikmatan sesaat dalam menjalin hubungan atau aktivitas sehari-hari	12, 17	32, 37
	Social	Kemampuan menunda pemenuhan kebutuhan pribadi demi mempertimbangkan kepentingan orang lain	3, 8	23, 28
		Kemampuan menunda kepuasan sesaat demi hasil yang lebih bermanfaat dalam jangka panjang, baik untuk diri sendiri maupun orang lain	13, 18	33, 38
	Money	Kemampuan mengelola uang secara bijak	4, 9	24, 29
		Kemampuan menahan dorongan untuk membelanjakan uang segera	14, 19	34, 39
	Achievement	Kemampuan bekerja keras dan konsisten demi tujuan jangka panjang	5, 10	25, 30
		Kemampuan menolak cara mudah atau jalan pintas dalam menyelesaikan tugas demi hasil yang lebih bermakna	15, 20	35, 40

Lembar pengamatan Adalah instrumen yang digunakan peneliti atau penilai dalam pengumpulan data diam ataupun yang bergerak (Deckert & Wilson, 2023). Pada penelitian ini terdapat 3 instrumen yang akan diamati dan dinilai oleh ahli materi, ahli media, dan ahli layanan BK. Pada instrumen penilaian ahli materi digunakan untuk memberikan penilaian terhadap kualitas materi dari modul seperti apakah materi layanan sesuai dengan tujuan yang akan dicapai, mengenai manfaat dari materi layanan, daya Tarik materi terhadap peserta didik dan komponen penilaian lainnya mengenai materi. Kisi – kisi lembar penilaian ahli materi ini memodifikasi dari kisi – kisi yang digunakan oleh Fithroni (2021) dalam Heriyanti (2022). Berikut kisi – kisi lembar penilaian ahli materi terdapat pada tabel 3.

**Tabel 3. Kisi kisi Lembar Pengamatan Ahli Materi**

Aspek Pengamatan	Indikator	Deksriptor	Nomor Item
Subject Matter	Kesesuaiaan materi dengan tujuan yang ingin dicapai.	Kesesuaiaan materi dengan judul	1
		Kesesuaiaan materi dengan tujuan dibentuknya produk	2
		Kesesuaiaan materi dengan penilaian ahli materi terhadap kualitas layanan bimbingan klasikal teknik <i>self-regulated learning</i> tentang <i>delayed of gratification</i> pada peserta didik di SMP.	3
		Kesesuaiaan materi dengan perkembangan peserta didik SMP/ sederajat	4
		Kesesuaiaan isi materi dengan kebutuhan peserta didik	5
Auxiliary Informations	Materi memiliki informasi tambahan yang tidak berikaitan langsung dengan materi untuk membantu pembaha menggunakan modul.	Keruntutan materi layanan bimbingan klasikal teknik <i>self-regulated learning</i> tentang <i>delayed of gratification</i> pada peserta didik di SMP.	6
		Materi dilengkapi dengan lembar kerja yang mendukung materi.	7
		Penulisan materi menggunakan Bahasa yang komunikatif dan mudah dipahami.	8
		Penulisan materi menggunakan Bahasa yang disesuaikan dengan perkembangan peserta didik SMP.	9
Affective Considerations	Materi mampu memotivasi peserta didik untuk belajar lebih.	Materi mendorong peserta didik untuk mengetahui kemampuan <i>delayed of gratification</i> dalam dirinya.	10
		Materi menyajikan informasi tentang keterampilan yang dibutuhkan dalam kemampuan <i>delayed of gartification</i> .	11
		Materi mengarahkan peserta didik untuk mengevaluasi keterampilan yang belum dikuasi.	12
		Materi mendorong peserta didik menyusun langkah terdekat untuk mencapai <i>delayed of gratification</i> .	13
Pedagogy		Materi menggunakan sumber yang dapat dipertanggungjawabkan	14

Aspek Pengamatan	Indikator	Deskriptor	Nomor Item
	Materi menggunakan metodologi yang sesuai dengan mendorong interaksi peserta didik.	Keruntutan tahap penyajian materi.	15
		Kegunaan modul layanan bimbingan klasikal teknik self-regulated learning tentang <i>delayed of gratification</i> pada peserta didik di SMP.	16
		Materi mendorong interaksi peserta didik untuk terlibat dalam teknik <i>self-regulated learning</i> .	17

Instrumen penilaian ahli media digunakan untuk memberikan pengamatan dan penilaian mengenai media. Seperti kesesuaian desain media, inovasi, dan kreativitas dari media. Instrumen ahli media berupa lembar pengamatan yang meliputi format yang digunakan dalam media yang dikembangkan, daya Tarik yang dimiliki dalam media yang dikembangkan, organisasi yang terdapat di dalamnya, bentuk huruf dan spasi yang digunakan, serta konsistensi yang terdapat dalam media yang dikembangkan. Kisi-kisi lembar penilaian ahli media ini memodifikasi dari kisi-kisi yang digunakan oleh Ningtias (2020) dalam Heriyanti (2022). Adapun kisi-kisi lembar pengamatan yang disusun sebagai berikut.

**Tabel 4. Kisi-kisi Lembar Penilaian Ahli Media**

Aspek	Deskriptor	Nomor Item
Format	Kelayakan posisi kertas ( <i>portrait</i> )	1
	Ketepatan penggunaan tanda huruf, cek tebal, miring, atau bergaris bawah serta symbol	2
Organisasi	Relevansi materi dengan gambar ilustrasi	3
	Ketepatan batas tepi ( <i>margin</i> )	4
	Ketepatan penempatan teks, gambar, dan bagan	5
	Keruntutan tata letak judul, sub judul, dan uraian	6
Daya Tarik	Desain sampul	7
	Desain isi	8
	Kemudahan penggunaan media	9
Bentuk dan Huruf	Keterbacaan bentuk dan ukuran huruf	10
	Proposionalitas ukuran/bentuk huruf	11
Konsistensi	Proposionalitas jarak penulisan antar bagan	12
	Konsistensi bentuk dan jarak huruf	13
	Konsistensi jarak antar baris/spasi	14
	Konsistensi ukuran pada bagan isi	15

Instrumen penilaian ahli layanan berupa lembar pengamatan dan lembar penilaian mengenai layanan bimbingan klasikal teknik *self-regulated learning* tentang *delayed of gratification* yang dikemas dalam modul. Instrumen penilaian ahli layanan dikembangkan oleh peneliti, memodifikasi dari kisi – kisi yang digunakan oleh Fitriani (2021) dalam Heriyanti (2022). Secara lebih rinci kisi-kisi instrumen penilaian ahli layanan dapat terlihat pada tabel 5 di bawah ini.

**Tabel 5. Kisi-kisi Lembar Pengamatan Ahli Layanan**

Aspek	Deskriptor	Nomor Item
Tahap Pembentukan	Mengungkapkan tujuan dilaksanakannya bimbingan klasikal	1
	Menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan	2
	Menjelaskan topik materi dari <i>delayed of gratification</i> yang akan dipelajari di setiap pertemuan	3
Tahap Peralihan	Memastikan kesiapan peserta didik dalam melaksanakan kegiatan	4
	Memfasilitasi peserta didik untuk melaksanakan kegiatan sesuai dengan norma yang disepakati	5
Tahap Inti	Mengarahkan peserta didik untuk melaksanakan kegiatan bimbingan klasikal teknik <i>self-regulated learning</i> sesuai dengan materi yang telah ditentukan di setiap pertemuan	6
	Mengarahkan peserta didik untuk mengerjakan lembar kerja	7
Tahap Penutup	Memfasilitasi peserta didik untuk berdiskusi setiap matero yang dibahas dalam kegiatan	8
	Memfasilitasi peserta didik untuk memberikan kesimpulan kegiatan	9
	Memberikan penguatan terkait materi yang dipelajari di setiap pertemuan	10
	Memberikan lembar penguatan untuk penguatan refleksi materi	11
	Merencanakan kegiatan di pertemuan selanjutnya	12
	Menutup dengan doa dan salam	13

Teknik analisis data yang digunakan untuk mengolah data yang diperoleh dalam penelitian pengembangan modul bimbingan klasikal teknik *self-regulated learning* tentang *delayed of gratification* Adalah analisis data kuantitatif dan kualitatif. Analisis data kuantitatif digunakan dengan cara menganalisis data hasil pengamatan dan penilaian oleh ahli mengenai materi, media, dan layanan BK terhadap modul bimbingan klasikal teknik *self*

*regulated learning* tentang *delayed of gratification* pada peserta didik di SMP. Dengan memberikan skor pada penilaian mulai dari gradasi 1 sampai gradasi 4. Analisis data kuantitatif diperoleh berdasarkan penilaian ahli dengan mengacu pada skala 1 sampai 4 (Cekir et al., 2021), yang dapat dilihat pada tabel 6.

**Tabel 6 Skala Penilaian**

Alternatif Jawaban (Skala)	Skor	Kriteria
1	1	Kurang Baik
2	2	Cukup Baik
3	3	Baik
4	4	Sangat Baik

Langkah selanjutnya adalah menghitung hasil akhir rumus yang akan digunakan dalam melakukan penghitungan adalah

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Nilai Maksimum}} \times 100 \tag{1}$$

Apabila skor akhir telah diperoleh, maka dilakukan kategorisasi menggunakan standar 100 berjarak 25, yaitu: rentang 76 – 100 untuk kategori “sangat baik”, 51 – 75 untuk kategori “baik”, 26 – 50 untuk kategori “cukup baik”, dan 0 – 25 untuk kategori “kurang baik”. Dengan demikian kategori – kategori tersebut menjadi tolak ukur penilaian kelayakan dan kesesuaian materi, dan desain modul.

Analisis data kuantitatif juga digunakan pada instrumen sekala *delayed of gratification* yang telah diisi oleh responden, yaitu peserta didik mengenai *delayed of gratification*.

Sedangkan analisis data kualitatif dilakukan dengan cara menganalisis data yang diperoleh oleh para ahli pada saat validasi produk. Hasil dari penilaian tersebut digunakan sebagai masukan dan saran untuk memperbaiki produk.

### 3. Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini menghasilkan modul sebagai media dalam layanan bimbingan klasikal teknik *self-regulated learning* tentang *delayed of gratification* pada peserta didik di SMP. Pengembangan modul ini mengikuti model 4D yang terdiri dari empat tahapan utama, yaitu *Define, Design, Develop, dan Disseminate*. Berikut penjelasan pengembangan modul dengan model 4D.

#### 3.1. Define

Pada tahap *define* (pendefinisian), peneliti melakukan analisis kebutuhan melalui studi literatur untuk memperoleh landasan konseptual yang relevan dengan pengembangan modul layanan bimbingan klasikal teknik *Self-regulated learning* (SRL) tentang *Delayed of gratification* pada peserta didik SMP. Studi literatur ini bersumber dari berbagai referensi, antara lain artikel ilmiah, jurnal, buku teks, serta sumber pendukung lainnya yang membahas konsep *self-regulated learning, delayed of gratification, dan layanan bimbingan klasikal*.

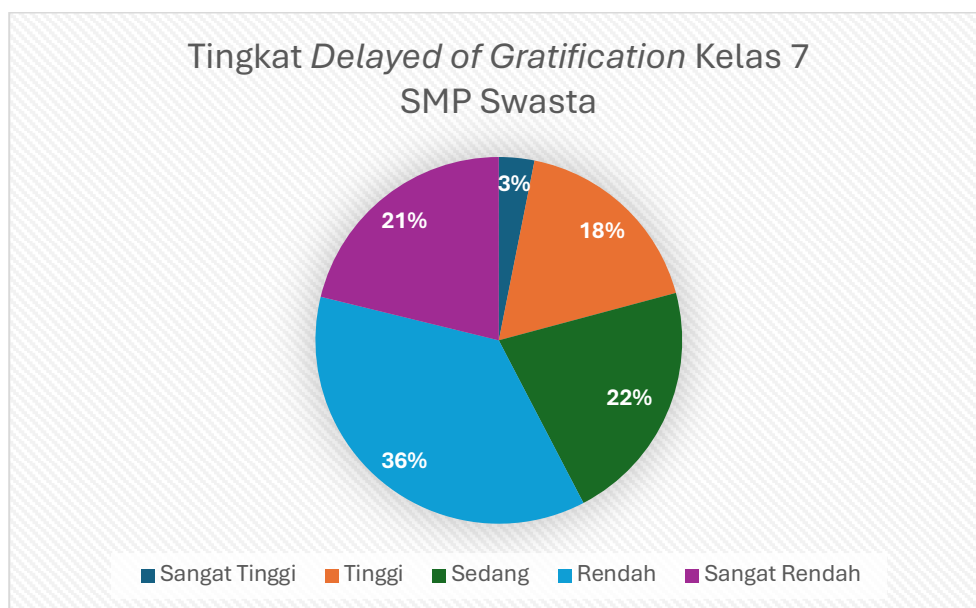
Hasil studi literatur digunakan untuk merumuskan definisi operasional modul layanan bimbingan klasikal berbasis teknik *Self-regulated learning*. *Self-regulated learning* merupakan kemampuan peserta didik untuk mengelola proses belajarnya secara mandiri melalui pengaturan tujuan, perencanaan, pemantauan, serta evaluasi terhadap perilaku belajar yang dilakukan (Gambo & Shakir, 2021; Sinkkonen & Tapani, 2024). Penerapan teknik *Self-regulated learning* dalam layanan bimbingan klasikal diharapkan dapat membantu peserta didik mengembangkan kemampuan mengendalikan diri, menunda kepuasan sesaat, serta membuat keputusan yang lebih adaptif dalam mencapai tujuan jangka panjang (*delayed of gratification*).

Berdasarkan hasil studi literatur, berbagai penelitian menunjukkan bahwa peserta didik pada jenjang SMP masih memiliki kemampuan *self-regulated learning* yang rendah, yang berdampak pada lemahnya kemampuan *delayed of gratification*. Menurut Fahmawati (2023); Azizah (2023); Cerneavschi (2024), peserta didik cenderung mengalami kesulitan dalam mengatur waktu belajar, menetapkan prioritas, serta mempertahankan konsistensi dalam menyelesaikan tugas akademik, yang ditunjukkan melalui perilaku menunda pengerjaan tugas, kurangnya perencanaan belajar, ketergantungan pada guru, dan rendahnya tanggung jawab terhadap kewajiban akademik. Selain itu, peserta didik lebih memilih aktivitas yang memberikan kepuasan instan dibandingkan menyelesaikan tugas yang menuntut usaha jangka panjang, sehingga proses belajar menjadi kurang optimal dan berpengaruh terhadap pencapaian hasil belajar (Santinah & Saluky, 2022; Wati & Jatmika, 2025; Alkhirbash, 2025). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa rendahnya kemampuan *self-regulated learning* berkontribusi signifikan terhadap rendahnya kemampuan *delayed of gratification*, sehingga diperlukan upaya intervensi melalui pengembangan modul layanan bimbingan klasikal dengan teknik *Self-regulated learning* yang terstruktur dan sesuai dengan karakteristik peserta didik SMP.

Berdasarkan temuan studi literatur tersebut, peneliti melakukan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling kelas VII. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling kelas VII, diperoleh informasi bahwa sekolah membutuhkan modul bimbingan yang dapat membantu peserta didik mengatur perilaku belajar secara mandiri. Guru BK menjelaskan bahwa karakteristik peserta didik kelas VII yang aktif, suka mencoba hal baru, mudah bosan, dan mudah terdistraksi menyebabkan peserta didik sering mengalami kesulitan dalam menetapkan tujuan belajar, mengelola waktu, serta mempertahankan fokus selama proses pembelajaran.

Guru BK menilai bahwa modul berbasis *Self-regulated learning* (SRL) dibutuhkan karena mampu melatih peserta didik dalam perencanaan belajar, monitoring diri, dan evaluasi diri. Melalui modul tersebut, keaktifan dan rasa ingin tahu peserta didik dapat diarahkan secara positif, sementara kecenderungan mudah bosan dan terdistraksi dapat diminimalkan. Dengan demikian, modul *Self-regulated learning* dipandang relevan sebagai sarana pendukung layanan bimbingan klasikal bagi peserta didik kelas VII.

Selain itu peneliti juga menyebarkan skala *Delayed of gratification* yang merujuk pada domain DGI (*Delay Gratification Inventory*) milik Hoerger (2011), dengan jumlah 40 item kepada peserta didik kelas 7 SMP yang berjumlah 288 peserta didik, dan mendapatkan hasil bahwa tingkat *Delayed of gratification* pada peserta didik kelas 7. Gambar 1 menunjukkan tingkat *delayed of gratification* kelas 7 di SMP.



Gambar 1. Tingkat *Delayed of Gratification* Kelas 7 SMP

Berdasarkan gambar 1 tersebut, mayoritas peserta didik kelas VII SMP Swasta A Yogyakarta berada pada kategori *delayed of gratification* rendah (36%) dan sangat rendah (21%), yang menunjukkan bahwa kemampuan peserta didik dalam menunda kepuasan dan mengendalikan dorongan masih lemah. Kondisi ini berdampak pada perilaku belajar, kedisiplinan, serta ketekunan peserta didik dalam mencapai tujuan jangka panjang. Oleh karena itu, modul yang telah dirancang menjadi sangat dibutuhkan sebagai upaya sistematis untuk melatih *self-regulated learning*, membantu peserta didik mengembangkan kontrol diri, kemampuan menetapkan tujuan, serta membiasakan perilaku menunda kepuasan secara adaptif dalam konteks akademik maupun kehidupan sehari-hari.

Temuan pada tersebut diperkuat dengan analisis yang selanjutnya diarahkan pada butir pernyataan dengan skor rata-rata terendah, sebagaimana ditunjukkan pada grafik berikut. Grafik ini memberikan gambaran lebih spesifik mengenai aspek-aspek *delayed of gratification* yang paling lemah pada diri peserta didik, sehingga dapat menjadi dasar penting dalam menentukan fokus materi dan strategi dalam modul yang dirancang agar intervensi yang diberikan lebih tepat sasaran dan sesuai dengan kebutuhan nyata peserta didik. Grafik tersebut dapat dilihat pada tabel 7.

Tabel 7. Hasil Analisis Item Terendah Skala *Delayed of Gratification*

No. Item	Pernyataan	Rata - rata
21	Saya tidak bisa menahan diri jika melihat makanan cepat saji.	2,5
1	Saya berusaha mengurangi konsumsi makanan ringan meskipun teman saya sering menawarkannya.	2,6
16	Saya punya rencana makan sehat setiap hari.	2,7

No. Item Pernyataan	Pernyataan	Rata - rata
40	Saya mengerjakan tugas seadanya agar cepat selesai.	2,7
39	Saya merasa rugi jika tidak langsung membeli barang yang saya inginkan.	2,8
8	Saya rela mengalah dalam permainan agar teman saya merasa senang.	2,8
35	Saya sering menyalin pekerjaan teman agar cepat selesai.	2,8
31	Saya lebih sering memilih makanan instan karena rasanya enak.	2,9
30	Saya berhenti mengerjakan latihan jika terasa sulit.	2,9
25	Saya tidak mau repot belajar lama-lama karena melelahkan.	2,9
22	Saya lebih memilih bermain game meski ada tugas sekolah yang menunggu.	2,9
2	Saya bisa menunda bermain gadget agar dapat belajar dengan tenang.	2,9
29	Saya jarang memikirkan rencana penggunaan uang.	2,9

Berdasarkan Tabel 7 hasil analisis item pernyataan terendah pada Skala *Delayed Gratification*, sesuai dengan pendekatan *interval categorization* pada skala Likert 1–4, skor rata-rata di bawah batas kategori tinggi menunjukkan bahwa respons peserta didik masih berada pada kategori rendah (Lindner & Lindner, 2024). Dalam konteks ini, skor di bawah 3 belum mencapai interval kategori tinggi (Tugwell & Knottnerus, 2018), sehingga secara metodologis mencerminkan tingkat kemampuan menunda kepuasan yang belum optimal. Berdasarkan hasil tersebut, terdapat 13 item yang memiliki skor rata-rata di bawah 3 dan tersebar pada lima domain, yaitu *Food*, *Physical*, *Social*, *Money*, dan *Achievement*. Item-item tersebut menunjukkan area spesifik di mana peserta didik mengalami kesulitan dalam menunda kepuasan.

Item dengan nilai rata-rata relatif tertinggi dalam kelompok item terendah berada pada angka 2,9, yaitu item 2 dan 22 pada domain *Physical*, item 25 dan 30 pada domain *Achievement*, serta item 29 pada domain *Money*. Meskipun mendekati nilai 3, berdasarkan pembagian interval skor, nilai tersebut masih termasuk dalam kategori rendah, sehingga menunjukkan bahwa peserta didik masih cenderung mendahulukan kesenangan fisik dan menghindari usaha belajar yang menuntut ketekunan, serta belum terbiasa merencanakan penggunaan uang secara berorientasi jangka panjang.

Selanjutnya, item dengan nilai rata-rata 2,8 meliputi item 8 pada domain *Social*, item 35 pada domain *Achievement*, dan item 39 pada domain *Money*, yang menunjukkan kesulitan peserta didik dalam menunda kepuasan sosial, mempertahankan kejujuran dan proses belajar, serta mengendalikan dorongan konsumtif. Skor pada rentang ini secara konsisten berada dalam kategori rendah berdasarkan interval yang telah ditetapkan, sehingga mengindikasikan perlunya penguatan kemampuan pengendalian diri pada aspek-aspek tersebut.

Item dengan nilai rata-rata 2,7 terdapat pada item 16 dalam domain *Food* dan item 40 dalam domain *Achievement*, yang mengindikasikan rendahnya konsistensi peserta didik dalam menjaga pola hidup sehat dan menyelesaikan tugas secara optimal. Pada domain *Food*, item 1 memperoleh nilai rata-rata 2,6, yang menunjukkan bahwa peserta didik masih kesulitan mengendalikan konsumsi makanan ringan dalam situasi sosial. Nilai rata-rata terendah secara keseluruhan terdapat pada item 21 dengan skor 2,5, yang berdasarkan pembagian interval kategori menunjukkan kelemahan paling signifikan dalam kemampuan menunda kepuasan, khususnya dalam pengendalian dorongan terhadap konsumsi makanan cepat saji.

### 3.2. Design

Tahap selanjutnya yaitu tahap *design* (perancangan) yang berfokus pada penyusunan modul layanan bimbingan klasikal dengan teknik *Self-regulated learning* tentang *Delayed of gratification*. Pada tahap ini, perancangan diawali dengan desain sampul modul yang disusun secara menarik dan mencerminkan isi serta tujuan pengembangan modul. Pemilihan warna, ilustrasi, dan tipografi disesuaikan dengan karakteristik peserta didik SMP serta konsep *self-regulated learning*, sehingga sampul tidak hanya berfungsi sebagai identitas visual, tetapi juga mampu meningkatkan minat pengguna dalam memanfaatkan modul. Selanjutnya, perancangan isi modul dilakukan dengan menyusun materi layanan secara sistematis, terstruktur, dan mudah dipahami, menggunakan bahasa yang komunikatif serta relevan dengan tujuan pengembangan kemampuan *delayed of gratification*. Materi dalam modul disusun berdasarkan indikator *Self-regulated learning* yang merujuk pada teori Hoerger (2011), yang meliputi domain *Food*, *Physical*, *Social*, *Money*, dan *Achievement*. Selain itu, modul dirancang untuk mendukung pelaksanaan layanan bimbingan klasikal melalui aktivitas-aktivitas yang mendorong peserta didik mengembangkan kemampuan mengatur diri, mengendalikan dorongan sesaat, serta mempertahankan usaha dalam mencapai tujuan jangka Panjang yang memang selaras dengan domain pada *Delayed of gratification*.

Penyusunan Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) dilakukan sebagai panduan bagi guru bimbingan dan konseling dalam menerapkan modul layanan bimbingan klasikal dengan teknik *Self-regulated learning* tentang *Delayed of gratification* pada peserta didik SMP. RPL dirancang secara sistematis agar pelaksanaan layanan berjalan terarah, efektif, dan sesuai dengan tujuan pengembangan modul. Dalam pelaksanaannya, layanan

bimbingan klasikal diarahkan untuk memfasilitasi peserta didik dalam mengembangkan kemampuan mengatur diri, mengendalikan dorongan sesaat, serta mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dari setiap keputusan yang diambil (Wantu et al., 2023; Ma'mun et al., 2025). Melalui aktivitas layanan yang bersifat interaktif dan partisipatif, peserta didik didorong untuk aktif menyampaikan pendapat, mengungkapkan pikiran dan perasaan, serta merefleksikan pengalaman belajar yang diperoleh (Furco & Norvell, 2019). Selain itu, pelaksanaan layanan ini diharapkan dapat menumbuhkan sikap empati, tanggung jawab, dan kemampuan menyesuaikan diri dalam situasi sosial maupun akademik, sehingga mendukung terbentuknya perilaku belajar yang lebih efektif dan berorientasi pada pencapaian tujuan jangka panjang.

Rancangan Pelaksanaan Layanan (RPL) disusun sebagai panduan pelaksanaan layanan bimbingan klasikal berbasis teknik *Self-regulated learning* tentang *Delayed of gratification* yang terintegrasi dalam delapan pertemuan, sesuai dengan struktur dan isi modul yang dikembangkan. Setiap pertemuan dirancang secara sistematis dengan memuat tahapan kegiatan, metode, serta teknik layanan yang mendorong peserta didik untuk memahami, melatih, dan menerapkan kemampuan pengendalian diri, perencanaan, serta evaluasi perilaku dalam kehidupan sehari-hari. Pertemuan pertama dimulai dari topik Kurang Sabar Menikmati Proses, dengan judul RPL 1. *The Art of Slow: Menang Tanpa Tergesa, Kuasai Proses Belajarmu*, pada pertemuan pertama yang bertujuan meningkatkan kesadaran peserta didik terhadap kecenderungan terburu-buru dalam mengambil keputusan, dilanjutkan dengan topik Pantang Menyerah, dengan judul RPL *Grit & Growth Hacking: Ubah Mindset 'Gagal' Jadi 'Gas Terus'!*, pada pertemuan kedua yang berfokus pada penguatan daya juang dan ketekunan. Pertemuan ketiga mengangkat topik Memilih-Memilih Makanan dengan judul RPL 3. *Emotional Eating Map: Kontrol Emosi & Atur Pola Makan Sehatmu*, yang diarahkan pada pengelolaan perilaku sehari-hari dan pengendalian dorongan emosional pada poia makan sehari – hari, sedangkan pertemuan keempat membahas topik *Eating Planning* dengan judul RPL *Food Plan Warrior: Kendalikan Pola Makanmu, Bye-Bye Jajan Sembarangan!* sebagai latihan perencanaan perilaku dan pengambilan keputusan yang lebih terarah. Selanjutnya, pertemuan kelima mengangkat topik Perilaku Konsumtif dengan judul RPL *The 'Want vs. Need' Challenge: Jurus Jitu Tahan Diri dari Godaan Belanja*, untuk membantu peserta didik membedakan antara keinginan dan kebutuhan, sementara pertemuan keenam membahas topik *Financial Planning* dengan judul RPL *From Zero to Hero: Rangkai Peta Keuangan Pribadi untuk Masa Depan Sat Set!*, yang melatih kemampuan perencanaan keuangan sederhana dan orientasi tujuan jangka panjang. Pada pertemuan ketujuh, layanan difokuskan pada topik *Positive Discipline* dengan judul RPL *Time Tamer: Kunci Positive Discipline* untuk Menguasai Waktu Belajar vs. Main, yang menekankan pengelolaan waktu dan konsistensi perilaku, dan pertemuan kedelapan mengangkat topik *People Pleaser* dengan judul RPL *Boundary Boss: Trik Tegas Bilang 'Nggak' Tanpa Merusak Hubungan Sosial*, yang diarahkan pada pengembangan keterampilan menetapkan batasan diri secara asertif dalam relasi sosial.

Pada setiap pertemuan, peserta didik difasilitasi dengan LKPD, melalui LKPD terdapat aktivitas interaktif yang dirancang selaras dengan tujuan layanan, sehingga peserta didik tidak hanya memahami konsep *self-regulated learning* dan *delayed of gratification* secara kognitif, tetapi juga mengalaminya secara langsung melalui proses pengambilan keputusan, pengendalian dorongan sesaat, dan refleksi diri. Aktivitas dalam modul diarahkan untuk melatih peserta didik mengenali kebutuhan dan tujuan jangka panjang, membedakan antara keinginan dan kebutuhan, menyusun rencana tindakan, serta mengevaluasi konsekuensi dari pilihan yang diambil.

Melalui pelaksanaan layanan bimbingan klasikal ini, peserta didik didorong untuk aktif mengemukakan pendapat, berdiskusi bersama, serta merefleksikan pengalaman yang diperoleh pada setiap pertemuan. Proses tersebut diharapkan mampu menumbuhkan kemampuan mengatur diri, konsistensi dalam mencapai tujuan, serta keterampilan sosial yang mendukung pengambilan keputusan yang lebih bijaksana. Dengan demikian, RPL yang dikembangkan tidak hanya berfungsi sebagai panduan teknis layanan, tetapi juga sebagai sarana pembelajaran yang membantu peserta didik membangun kebiasaan menunda kepuasan sesaat demi pencapaian tujuan jangka panjang secara bertahap dan berkelanjutan. Desain materi dan isi modul pada modul dapat dilihat pada tabel 7 dan tabel 8 di bawah ini.

**Tabel 8. Desain Materi Modul Layanan Bimbingan Klasikal Teknik Self-regulated Learning Tentang Delayed of Gratification**

Pertemuan	Bahan
Pertemuan 1	RPL <i>The Art of Slow: Menang Tanpa Tergesa, Kuasai Proses Belajarmu</i> Lampiran Materi Lembar Kerja Peserta Didik Lembar Evaluasi Proses Lembar Evaluasi Hasil
Pertemuan 2	RPL <i>Grit &amp; Growth Hacking: Ubah Mindset 'Gagal' Jadi 'Gas Terus'!</i> Lampiran Materi Lembar Kerja Peserta Didik Lembar Evaluasi Proses Lembar Evaluasi Hasil
Pertemuan 3	RPL <i>Emotional Eating Map: Kontrol Emosi &amp; Atur Pola Makan Sehatmu</i>

Pertemuan	Bahan
	Lampiran Materi Lembar Kerja Peserta Didik Lembar Evaluasi Proses Lembar Evaluasi Hasil
Pertemuan 4	RPL <i>Food Plan Warrior</i> : Kendalikan Pola Makanmu, <i>Bye-Bye</i> Jajan Sembarangan! Lampiran Materi Lembar Kerja Peserta Didik Lembar Evaluasi Proses Lembar Evaluasi Hasil
Pertemuan 5	RPL <i>The 'Want vs. Need' Challenge</i> : Jurus Jitu Tahan Diri dari Godaan Belanja Lampiran Materi Lembar Kerja Peserta Didik Lembar Evaluasi Proses Lembar Evaluasi Hasil
Pertemuan 6	RPL <i>From Zero to Hero</i> : Rangkaian Peta Keuangan Pribadi untuk Masa Depan Sat Set! Lampiran Materi Lembar Kerja Peserta Didik Lembar Evaluasi Proses Lembar Evaluasi Hasil
Pertemuan 7	RPL <i>Time Tamer</i> : Kunci Positive Discipline untuk Menguasai Waktu Belajar vs. Main Lampiran Materi Lembar Kerja Peserta Didik Lembar Evaluasi Proses Lembar Evaluasi Hasil
Pertemuan 8	RPL <i>Boundary Boss</i> : Trik Tegas Bilang 'Nggak' Tanpa Merusak Hubungan Sosial Lampiran Materi Lembar Kerja Peserta Didik Lembar Evaluasi Proses Lembar Evaluasi Hasil

### 3.3. Develop

Tahap ketiga merupakan tahap pengembangan modul. Tahap pengembangan dalam penelitian pada pembuatan dan validasi modul yang dirancang untuk meningkatkan *delayed of gratification* pada peserta didik. Modul ini dicetak sesuai dengan desain yang telah dibuat, yaitu dengan ukuran 5,5 cm x 23 cm. proses validasi dilakukan melalui 3 aspek utama, yaitu uji materi, uji media, dan uji layanan, yang di mana masing-masing aspek dinilai oleh para ahli untuk memastikan kualitas dan efektivitas modul ini sebelum digunakan dalam pemberian layanan. Berikut hasil uji materi oleh ahli dapat dilihat pada tabel 9.

**Tabel 9. Hasil Uji Materi oleh Ahli**

No	Aspek	Penilaian Ahli			V	Ket	Kategori
		Ahli 1	Ahli 2	Ahli 3			
1	Materi dapat dipertanggung jawabkan	4	4	4	1,00	Valid	Tinggi
2	Kejelasan materi	4	3	3	0,78	Valid	Sedang
3	Materi bersifat actual	4	4	4	1,00	Valid	Tinggi
4	Materi memberi kontribusi di masa yang akan datang	4	4	4	1,00	Valid	Tinggi
5	Materi sesuai dengan kebutuhan peserta didik	4	4	4	1,00	Valid	Tinggi
6	Materi sesuai dengan perkembangan peserta didik	4	4	4	1,00	Valid	Tinggi
7	Materi penting untuk dipelajari	3	3	3	0,67	Valid	Sedang
8	Secara akademis materi bermanfaat untuk mengembangkan kemampuan <i>delayed of gratification</i> pada peserta didik	3	4	4	0,89	Valid	Tinggi
<i>Rata-rata Indeks Aiken V</i>					0,92	Valid	Tinggi

Hasil uji materi pada Tabel 9 menunjukkan bahwa rata-rata nilai indeks *Aiken's V* sebesar 0,92, sehingga produk dinyatakan valid dengan tingkat validitas tinggi. Penetapan kevalidan ini didasarkan pada kriteria indeks *Aiken* yang menyatakan bahwa suatu aspek atau item dinyatakan valid apabila memiliki nilai  $V \geq 0,75$ , karena nilai tersebut menunjukkan kesesuaian antara isi materi dengan indikator yang diukur berdasarkan kesepakatan para ahli (Nabil et al., 2022). Selain itu, kategori validitas tinggi ditetapkan karena nilai indeks *Aiken* berada di atas 0,80, yang mengindikasikan tingkat relevansi dan kesepakatan ahli yang sangat kuat terhadap ketepatan substansi, tujuan, serta kontribusi materi dalam mengembangkan *delayed gratification* sesuai karakteristik peserta didik.

Sebagian besar aspek penilaian memperoleh nilai indeks *Aiken* pada kategori validitas tinggi, seperti ketanggungan jawaban dan aktualitas materi, kontribusi materi di masa depan, kesesuaian dengan kebutuhan dan

perkembangan peserta didik, serta manfaat akademis materi. Sementara itu, aspek kejelasan materi dan pentingnya materi untuk dipelajari berada pada kategori validitas sedang, yaitu pada rentang nilai 0,40–0,80, yang menunjukkan bahwa aspek tersebut telah sesuai dengan indikator namun masih memerlukan penyempurnaan agar kualitasnya lebih optimal (Nabil et al., 2022). Adapun kategori validitas rendah ( $V < 0,40$ ) tidak ditemukan dalam penilaian ini. Dengan demikian, produk secara keseluruhan dinyatakan valid dan layak digunakan, dengan revisi terbatas berdasarkan masukan ahli, seperti perbaikan referensi dan kutipan, penyesuaian redaksi, peninjauan keabsahan teori dan beban materi, serta evaluasi penggunaan evaluasi berbasis *barcode* sesuai kondisi sarana sekolah.

**Tabel 10. Hasil Uji Media oleh Ahli**

No	Aspek	Penilaian Ahli			V	Ket	Kategori
		Ahli 1	Ahli 2	Ahli 3			
1	Kejelasan urutan menu dan materi	4	4	4	1,00	Valid	Tinggi
2	Kesesuaian daftar isi dan layout halaman	4	3	3	0,78	Valid	Sedang
3	Akturasi penempatan teks, gambar, dan grafik	4	3	3	0,78	Valid	Sedang
4	Tata letak judul, sub judul, dan keterangan	3	3	3	0,67	Valid	Sedang
5	Proporsi penulisan jarak antar bagian	3	4	4	0,89	Valid	Tinggi
6	Kesesuaian pengguna warna teks dan jenis huruf pada buku panduan	3	4	4	0,89	Valid	Tinggi
<i>Rata-rata Indeks Aiken V</i>					0,83	Valid	Tinggi

Hasil uji media oleh ahli pada tabel 10 menunjukkan bahwa rata-rata nilai indeks *Aiken's V* sebesar 0,83, sehingga tampilan buku panduan dinyatakan valid dengan tingkat validitas tinggi. Penetapan kevalidan ini didasarkan pada kriteria indeks *Aiken* yang menyatakan bahwa aspek dinyatakan valid apabila memiliki nilai  $V \geq 0,75$ , sedangkan kategori validitas tinggi ditunjukkan oleh nilai  $V > 0,80$  yang mencerminkan tingkat kesepakatan ahli yang kuat terhadap kesesuaian tampilan dengan prinsip keterbacaan, estetika, dan kemudahan penggunaan (Tajuddin et al., 2025). Aspek kejelasan urutan menu dan materi, proporsi jarak antar bagian, serta kesesuaian penggunaan warna teks dan jenis huruf memperoleh kategori valid tingkat tinggi, yang menunjukkan bahwa tampilan telah disusun secara sistematis, proporsional, dan memberikan kenyamanan visual bagi pengguna.

Sementara itu, aspek kesesuaian daftar isi dan *layout* halaman, akurasi penempatan teks, gambar, dan grafik, serta tata letak judul, sub judul, dan keterangan berada pada kategori validitas sedang. Kategori ini menunjukkan bahwa aspek-aspek tersebut telah sesuai dengan indikator tampilan yang dinilai, namun masih memerlukan penyempurnaan agar kualitas visual dan fungsionalnya lebih optimal. Sejalan dengan hasil tersebut, para ahli memberikan beberapa saran perbaikan, antara lain penggunaan warna teks yang lebih kontras pada *power point* (PPT), pencantuman tautan (*link*) di bawah *barcode* untuk memudahkan akses melalui laptop atau komputer, penyediaan file materi dalam format PPT dan PDF, pemeriksaan kembali penomoran pada lampiran, serta pengembangan *layout* isi agar lebih menarik, termasuk penambahan ilustrasi visual. Dengan demikian, tampilan buku panduan dinyatakan valid dan layak digunakan dengan revisi terbatas sesuai masukan ahli.

**Tabel 11. Hasil Uji Layanan oleh Ahli**

No	Aspek	Penilaian Ahli			V	Ket	Kategori
		Ahli 1	Ahli 2	Ahli 3			
1	Ketepatan komponen layanan	3	4	3	0,78	Valid	Sedang
2	Ketepatan bidang layanan	3	3	4	0,78	Valid	Sedang
3	Kesesuaian topik layanan dengan tema	4	3	3	0,78	Valid	Sedang
4	Ketepatan fungsi layanan	4	3	4	0,89	Valid	Tinggi
5	Kesesuaian tujuan umum dengan topik layanan	4	4	4	1,00	Valid	Tinggi
6	Ketepatan sumber dengan materi layanan	3	4	4	0,89	Valid	Tinggi
7	Ketepatan sasaran layanan	3	4	4	0,89	Valid	Tinggi
8	Kesesuaian media/alat layanan	4	3	3	0,78	Valid	Sedang
<i>Rata-rata Indeks Aiken V</i>					0,85	Valid	Tinggi

Hasil uji layanan oleh ahli pada Tabel 11 menunjukkan bahwa rata-rata nilai indeks *Aiken's V* sebesar **0,85**, sehingga layanan dinyatakan valid dengan tingkat validitas tinggi. Penetapan kevalidan ini didasarkan pada kriteria indeks *Aiken* yang menyatakan bahwa suatu aspek dinyatakan valid apabila memiliki nilai  $V \geq 0,75$ , sedangkan kategori validitas tinggi ditunjukkan oleh nilai  $V > 0,80$  yang mencerminkan tingkat kesepakatan ahli yang kuat terhadap kesesuaian layanan dengan indikator yang dinilai (Noviana, E et al, 2023). Nilai rata-rata tersebut menunjukkan bahwa secara umum para ahli menilai layanan telah dirancang sesuai dengan tujuan bimbingan dan konseling serta kebutuhan peserta didik.

Beberapa aspek memperoleh kategori validitas tinggi, yaitu ketepatan fungsi layanan, kesesuaian tujuan umum dengan topik layanan, ketepatan sumber dengan isi materi layanan, serta ketepatan sasaran layanan. Hal ini menunjukkan bahwa arah, tujuan, dan sasaran layanan telah selaras dan relevan dengan permasalahan yang ditangani. Sementara itu, aspek ketepatan komponen layanan, ketepatan bidang layanan, kesesuaian topik layanan dengan tema, serta kesesuaian media atau alat layanan berada pada kategori validitas sedang, yang menunjukkan bahwa aspek tersebut telah sesuai dengan indikator, namun masih memerlukan penyempurnaan agar lebih optimal. Sejalan dengan hasil tersebut, para ahli memberikan beberapa saran, antara lain mempertimbangkan penyediaan LKPD versi cetak atau berbasis teknologi agar dapat diisi langsung oleh peserta didik, serta penyederhanaan uraian kegiatan dengan menggunakan kalimat instruksi yang lebih jelas dan mudah dipahami oleh pengguna. Dengan demikian, layanan dinyatakan valid dan layak digunakan dengan revisi terbatas sesuai masukan ahli.

Berdasarkan hasil validasi yang menunjukkan tingkat kevalidan yang tinggi pada ketiga aspek penilaian, modul ini dinyatakan layak untuk digunakan sebagai media pendukung dalam meningkatkan kemampuan *delayed of gratification* pada peserta didik. Keberadaan modul ini dapat membantu guru BK dalam merancang dan melaksanakan layanan bimbingan secara lebih terarah serta sesuai dengan kebutuhan perkembangan peserta didik (Aulia et al., 2023). Selain itu, modul ini juga memudahkan guru BK dalam menyelenggarakan kegiatan pembelajaran yang lebih menarik, variatif, dan tidak monoton bagi peserta didik (Marlina & Fitriani, 2024). Tahap selanjutnya adalah mengimplementasikan modul ini dalam konteks pembelajaran yang nyata guna menguji efektivitasnya dalam meningkatkan kemampuan *delayed of gratification* pada peserta didik.

### 3.4. Disseminate

Setelah pengembangan modul layanan bimbingan klasikal dengan teknik *Self-regulated learning* tentang *Delayed Gratification* untuk peserta didik SMP selesai, langkah berikutnya adalah mengajukan pendaftaran Hak Kekayaan Intelektual (HKI) di Kementerian Hukum dan HAM RI. Pendaftaran ini bertujuan memberikan perlindungan hukum atas hak cipta modul tersebut serta mencegah tindakan plagiasi. Saat ini, modul belum memasuki tahap uji coba. Rencananya, uji coba akan dilaksanakan pada sejumlah peserta didik SMP dalam kelompok kecil yang sesuai dengan profil pengguna sasaran untuk mengevaluasi efektivitas modul dalam meningkatkan keterampilan *Self-regulated learning* terkait *Delayed Gratification*. Guru BK beserta pengembang akan melakukan pengamatan dan mengumpulkan data melalui observasi, wawancara, dan angket guna memperoleh masukan mengenai kelebihan dan kekurangan modul. Data hasil uji coba kemudian akan dianalisis untuk mengidentifikasi bagian-bagian yang memerlukan perbaikan atau penyempurnaan. Dengan demikian, modul yang dihasilkan diharapkan memiliki kualitas yang optimal dan efektif dalam membantu peserta didik SMP mengembangkan keterampilan menunda kepuasan (*Delayed Gratification*) melalui teknik regulasi diri.

## 4. Simpulan

Penelitian ini menghasilkan sebuah produk berupa modul sebagai media dalam layanan bimbingan klasikal dengan teknik *self-regulated learning* tentang *delayed of gratification* pada peserta didik di SMP. Modul ini telah melalui tahapan validasi oleh beberapa ahli dengan hasil yang menunjukkan tingkat kelayakan yang tinggi. Pertemuan yang dirancang melibatkan delapan pertemuan satu pertemuan memiliki durasi 40 menit, yang di mana mengacu pada domain pada *delayed of gratification*, yaitu makanan (*Food*), fisik (*Physical*), sosial (*Social*), uang (*Money*), dan pencapaian (*Achievement*) yang dikemas dalam teknik *self-regulated learning* yang meliputi tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, dan tahap refleksi diri. Implementasi modul layanan bimbingan klasikal teknik *self-regulated learning* tentang *delayed of gratification* pada peserta didik di SMP, diharapkan dapat membantu peserta didik dalam lebih mandiri dalam mengelola impulsivitas dalam aktivitas sehari-hari, pengelolaan regulasi diri, meningkatkan motivasi, mengembangkan strategi keterampilan *delayed of gratification* yang efektif pada diri masing-masing, dan mengembangkan strategi pembelajaran yang efektif.

## Kontribusi Penulis

Seluruh penulis memiliki kontribusi yang sama terhadap artikel. Semua penulis telah membaca dan menyetujui versi akhir artikel.

## Pendanaan

Tidak ada dukungan pendanaan yang diterima.

## Pernyataan Konflik Kepentingan

Penulis menyatakan tidak ada potensi konflik kepentingan sehubungan dengan penelitian, kepenulisan, dan/atau publikasi artikel ini.

## Ketersediaan Data

Data yang dihasilkan dan/atau dianalisis dalam penelitian ini tersedia dan dapat diperoleh dengan menghubungi penulis korespondensi berdasarkan permintaan yang wajar.

## Pernyataan Penggunaan AI

Penulis menyatakan tidak menggunakan AI atau alat berbantuan AI dalam penyusunan naskah ini.

## Daftar Rujukan

- Alkhirbash, A. (2025). Impacts of instant gratification on the academic achievement of EFL learners: A survey among Saudi university students. *International Journal of Arabic-English Studies*, 25(2). <https://doi.org/10.33806/ijaes.v25i2.616>
- Ashley, O., Shamblen, S., Gluck, A., & Wood, C. (2024). A group randomized controlled trial of relationships under construction sexual risk avoidance education. *Journal of School Health*, 94(8), 736–743. <https://doi.org/10.1111/josh.13441>
- Aulia, V., Fatimah, S., & Manuardi, A. R. (2023). Efektivitas pengembangan modul bimbingan klasikal untuk kesadaran diri peserta didik kelas VIII SMP FK Bina Muda. *FOKUS (Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan)*, 6(6). <https://doi.org/10.22460/fokus.v6i6.12839>
- Azizah, A. N. (2023). Prokrastinasi dalam pembelajaran dan perkembangan peserta didik. *Jurnal Kajian dan Penelitian Umum*, 1(1). <https://doi.org/10.47861/jkpu-nalanda.v1i1.112>
- Cakir, R., Sauvage, S., Walcker, R., Gerino, M., Rabot, E., Guisresse, M., & Sánchez-Pérez, J.-M. (2021). Evolution of N-balance with qualitative expert evaluation approach. *Journal of Environmental Management*. <https://doi.org/10.1016/j.jenvman.2021.112713>
- Cerneavschi, V. (2024). Academic procrastination: Determinants and effects on educational performance. *Vector European: Revistă Științifico-Practică*. <https://doi.org/10.52507/2345-1106.2024-2.32>
- Deckert, J., & Wilson, M. (2023). Descriptive research methods. In T. Welsh, J. P. Ambegaonkar, & L. Mainwaring (Eds.), *Research methods in the dance sciences*. Florida Scholarship Online. <https://doi.org/10.5744/florida/9780813069548.003.0011>
- Duran, C. A. K., & Grissmer, D. W. (2020). Choosing immediate over delayed gratification correlates with better school-related outcomes in a sample of children of color from low-income families. *Developmental Psychology*, 56(6), 1107–1120. <https://doi.org/10.1037/dev0000920>
- Fadilah, N., & Kurniasih, R. (2021). Implementasi layanan bimbingan klasikal berbasis self-regulated learning dalam meningkatkan kedisiplinan belajar. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 11(2), 123–135.
- Fahmawati, Z. N. (2023). Self-regulated learning to reduce academic procrastination of Muhammadiyah boarding school students at SMP Muhammadiyah 5 Reinforcement. *Formosa Journal of Sustainable Research*, 2(1). <https://doi.org/10.55927/fjsr.v2i1.2673>
- Fajri, N., Syahputra, Y., Karisma, S., & Ildil, I. (2023). Navigating academic challenges: Self-regulated learning analysis of academic procrastination students. *KONSELOR*. <https://doi.org/10.24036/0202312244-0-86>
- Funder, D. C., & Block, J. (1989). The role of ego-control, ego-resiliency, and IQ in delay of gratification in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1041–1050. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1041>
- Furco, A., & Norvell, K. (2019). What is service learning?: Making sense of the pedagogy and practice. In *What is service learning?* (pp. 13–35). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315109053-2>
- Gambo, Y., & Shakir, M. Z. (2021). Review on self-regulated learning in smart learning environment. *Smart Learning Environments*. <https://doi.org/10.1186/S40561-021-00157-8>
- Gao, H., Liu, Q., & Wang, Z. (2023). Different adverse childhood experiences and adolescents' altruism: The mediating role of life history strategy. *Journal of Adolescence*, 96(1), 5–17. <https://doi.org/10.1002/jad.12248>
- Gschwandtner, A., Jewell, S., & Kambhampati, U. (2021). Lifestyle and life satisfaction: The role of delayed gratification. *Journal of Happiness Studies*, 23(3), 1043–1072. <https://doi.org/10.1007/s10902-021-00440-y>
- Haidt, J. (2024). *The anxious generation: How the great rewiring of childhood is causing an epidemic of mental illness*. Penguin Publishing Group.
- Hoerger, M., Quirk, S. W., & Weed, N. C. (2011). Development and validation of the delaying gratification inventory. *Psychological Assessment*, 23(3), 725–738. <https://doi.org/10.1037/a0023286>
- Lamichhane, B., Di Rosa, E., & Braver, T. S. (2022). Delay of gratification dissociates cognitive control and valuation brain regions in healthy young adults. *Neuropsychologia*. <https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2022.108303>
- Li, Y. (2024). The mechanism of self-regulated learning among rural primary middle school students: Academic delay of gratification and resilience. *Learning and Motivation*. <https://doi.org/10.1016/j.lmot.2024.102013>
- Mischel, W., & Gilligan, C. (1964). Delay of gratification, motivation for the prohibited gratification, and responses to temptation. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 69(4), 411–417. <https://doi.org/10.1037/h0048918>
- Michaelson, L., & Munakata, Y. (2020). Same data set, different conclusions: Preschool delay of gratification predicts later behavioral outcomes in a preregistered study. *Psychological Science*, 31(2), 193–201. <https://doi.org/10.1177/0956797619896270>
- Zimmerman, B. J. (1986). Becoming a self-regulated learner: Which are the key subprocesses? *Contemporary Educational Psychology*, 11(4), 307–313. [https://doi.org/10.1016/0361-476X\(86\)90027-5](https://doi.org/10.1016/0361-476X(86)90027-5)

Zimmerman, B. J., & Pons, M. M. (1986). Development of a structured interview for assessing student use of self-regulated learning strategies. *American Educational Research Journal*, 23(4), 614–628.  
<https://doi.org/10.3102/00028312023004614>