

**EFEKTIVITAS KONSELING BEHAVIORAL TEKNIK MODELING DAN
TEKNIK *POSITIVE REINFORCEMENT* TERHADAP *SELF CHANGE*
DITINJAU DARI KEMANDIRIAN BELAJAR SISWA KELAS VIII
SMP NEGERI 1 KUTA**

¹Ni Putu Afsari Wulandari, ²Nyoman Dantes, ³I Ketut Dharsana

^{1,2,3}Program Studi Bimbingan Dan Konseling, Program Pascasarjana
Universitas Pendidikan Ganesha
Singaraja, Indonesia

¹afsari.wulandari @pasca.undiksha.ac.id, ²nyoman.dantes@undiksha.ac.id,
³ketut.dharsana@pasca.undiksha.ac.id

Abstrak

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh efektifitas konseling behavioral dengan teknik modeling dan *positive reinforcement* terhadap *self change* ditinjau dari kemandirian belajar. Penelitian ini merupakan eksperimen semu dengan menggunakan desain factorial 2 X 2 dengan melibatkan sampel sebanyak 88 orang siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kuta. Sampel penelitian diambil dengan menggunakan *random sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan dalam mengumpulkan data ada dua yaitu kuesioner *self change* dan kuesioner kemandirian belajar. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan ANAVA 2 jalur dan uji lanjut menggunakan uji *Tukey*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) terdapat perbedaan *self change* antara siswa yang mengikuti konseling behavioral teknik modeling dan teknik *positive reinforcement*; (2) terdapat pengaruh interaksi antara penerapan teknik konseling dengan kemandirian belajar terhadap peningkatan *self change* siswa; (3) terdapat perbedaan *self change* antara siswa yang mengikuti konseling behavioral dengan teknik modeling dan teknik *positive reinforcement*, pada siswa kemandirian belajar tinggi; (4) terdapat perbedaan *self change* antara siswa yang mengikuti konseling behavioral dengan teknik modeling, dan teknik *positive reinforcement*, pada siswa dengan kemandirian belajar rendah.

Kata Kunci: positive reinforcement, self change, teori konseling behavioral, teknik modeling

Abstract

This research aims at discovering the effectiveness of behavioral counseling with symbolic model and positive reinforcement on self-change viewed from the students' learning autonomy. This research is quasy experiment with 2x2 factorial design involving 88 eighth grade students of SMP Negeri 1 Kuta as the sample. The sample was selected by using random sampling. There are two questionnaires used to collect data, self-change and learning autonomy questionnaires. The obtained data were analyzed by using two way ANOVA and further test by Tukey test. This research discovers: (1) there is a difference on self-change between the students who follow behavioral counseling with symbolic model and positive reinforcement technique; (2) there is an interaction effect between the implementation of counseling technique and learning autonomy on the improvement of students' self-change; (3) there is a difference on *self-change* between the students who follow behavioral counseling with symbolic model and positive reinforcement technique for students having high learning autonomy; and (4) there is a difference on *self-change* between the students who follow behavioral counseling with symbolic model and positive reinforcement technique for students having low learning autonomy.

Key words: positive reinforcement, self-change, behavioral counseling theory, symbolic model

PENDAHULUAN

Menurut pasal 1 Ayat (1) UU No. 20/2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa: "Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kegiatan spritual keagamaan, tanggung jawab, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara." Dengan kata lain bahwa pendidikan memegang peranan penting untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar siswa atau peserta didik mampu mengembangkan potensi yang dimilikinya untuk kegiatan sosial dan spritual.

Pendidikan merupakan sarana utama dalam membentuk dan menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas tinggi dan mampu bersaing melalui pendidikan informal di rumah maupun melalui pendidikan formal di sekolah. Tanpa adanya pendidikan formal dan informal akan sulit untuk mencetak kualitas sumber daya manusia yang berkualitas yang dapat menentukan masa depan bangsa. Sekolah sebagai lembaga pendidikan dituntut untuk selalu meningkatkan kualitas atau mutu suatu sekolah itu sendiri sesuai dengan kerangka pendidikan nasional. Pendidikan memegang peranan yang sangat penting, karena pendidikan memiliki kemampuan untuk mengembangkan kualitas manusia dari berbagai segi.

Dalam memberikan pendidikan formal disekolah, peran guru bimbingan dan konseling diyakini penting dalam membantu siswa untuk mengembangkan potensi yang dimiliki oleh siswa dan menggali potensi tersembunyi yang belum mampu dikembangkan oleh siswa agar supaya nantinya siswa dapat berkembang dan berubah kearah yang lebih baik dengan berbagai kemampuan dan keahlian yang dimiliki. Dalam menjalankan tugasnya, seorang guru pembimbing harus mampu memberikan bimbingan dan

konseling sesuai dengan tugas – tugas perkembangan siswa.

Sejalan dengan pendidikan, bimbingan dan konseling juga memegang peranan yang sangat penting di dalam meningkatkan potensi dan mutu seorang siswa sesuai dengan tugas – tugas perkembangannya. Dimana bimbingan merupakan proses pemberian bantuan kepada individu agar mampu memahami diri dan lingkungannya. Istilah bantuan dalam bimbingan tidak diartikan sebagai bantuan material (seperti uang, sumbangan, dan lain-lain), melainkan bantuan yang bersifat menunjang bagi pengembangan pribadi bagi individu yang dibimbing. Bimbingan merupakan kegiatan yang berkesinambungan, bukan kegiatan seketika atau kebetulan. Dalam proses bimbingan, pembimbing tidak memaksakan kehendaknya sendiri, tetapi berperan sebagai fasilitator perkembangan individu. Dalam bimbingan, yang aktif dalam mengembangkan diri, mengatasi masalah, atau mengambil keputusan adalah individu itu sendiri.

Kemudian, menurut Erman Amti, dalam Prayitno (1992:6) konseling dalam hal ini dimaksudkan yaitu proses pemberian bantuan melalui tatap muka yang dilakukan oleh konselor yaitu seseorang yang ahli, terlatih dan telah mengikuti pendidikan khusus dalam bidang bimbingan dan konseling kepada konseli dalam hal ini siswa yang sedang mengalami suatu kesulitan. Pelayanan Bimbingan dan Konseling di sekolah merupakan usaha membantu peserta didik dalam mengembangkan kehidupan pribadi, sosial, belajar serta perencanaan dan pengembangan karier. Pelayanan diberikan dalam bentuk individu maupun kelompok agar peserta didik mampu mandiri, berkembang secara optimal serta mampu melakukan perubahan diri (*self change*) melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung berdasarkan norma yang berlaku. Kemudian dalam pelaksanaan kegiatan atau pelayanan bimbingan dan konseling, guru pembimbing selaku konselor akan memberikan pemahaman kepada siswa sesuai dengan permasalahan atau

kebutuhan dari siswa tersebut. Salah satu masalah yang sering dihadapi siswa sebagai remaja yang sedang mengalami perkembangan yaitu kemampuan dalam melakukan perubahan diri agar mampu berkembang kearah yang lebih baik dalam atau yang sering disebut *self change*.

Self change merupakan kebutuhan untuk mengadakan perubahan diri, menurut pendapat Dharsana (2014:999). Dharsana mendefinisikan *self change* merupakan kebutuhan seorang individu untuk mengadakan perubahan dalam dirinya kearah yang lebih baik. Namun, beberapa permasalahan yang dialami oleh siswa kenyataan yang terjadi di lapangan adalah banyak siswa yang belum mampu melakukan perubahan dalam diri (*self change*) sesuai kemampuan yang dimilikinya. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan di SMPN 1 Kuta, peneliti menemukan beberapa hambatan yang dialami oleh siswa diantaranya adalah kurangnya kesadaran siswa untuk meningkatkan kebutuhannya keinginan untuk mengadakan perubahan diri (*self change*) yang dimiliki oleh siswa. Siswa cenderung menunjukkan sikap yang monoton, cenderung tidak kreatif, menyelesaikan suatu pekerjaan sama *précis* dengan temannya, tidak berani mengambil resiko dengan bekerja sendiri, tidak memiliki keinginan untuk merancang sebuah rencana, merasa tidak senang ketika bertatap dengan orang lain, tidak mampu berkolaborasi dengan orang – orang baru, tidak memiliki sikap percaya diri, serta merasa malu dan rendah diri ketika dipertemukan dengan orang lain. Selain itu juga siswa menunjukkan sikap ketidakpuasan terhadap sesuatu, susah mempelajari dan menerapkan sesuatu yang baru, kesulitan mengeksplorasi ide – ide yang dimiliki, kurang mampu memperbaiki kesalahan – kesalahan yang diperbuat. Selain hal itu, menurut guru mata pelajaran keadaan siswa yang monoton seperti ini sudah biasa mereka hadapi saat proses belajar mengajar berlangsung. Siswa juga terlihat kurang tanggap. Hal ini terlihat dari tindakan siswa yang tidak langsung memperbaiki kesalahan dalam pembuatan tugas. Siswa

cenderung tidak mandiri, tidak kreatif serta tidak mampu menyelesaikan sendiri tugas yang diberikan oleh guru.

Kemudian, individu yang memiliki keinginan untuk mengadakan perubahan dalam diri, akan memiliki kegigihan dan semangat dalam melakukan aktifitasnya (Dharsana:2014). Dharsana (2014) juga menjelaskan bahwa individu yang memiliki kebutuhan untuk mengadakan perubahan (*change*) merupakan individu yang memiliki 4 aspek seperti melakukan sesuatu yang baru dan berbeda, suka mengadakan perjalanan, berani menjumpai orang – orang baru, dan suka mencari pengalaman baru dan mengubahnya setiap hari.

Berbagai tindakan telah dilakukan oleh pihak sekolah sebagai bentuk upaya untuk meningkatkan *self change* yang rendah. Peningkatan *self change* dapat terlaksana dengan baik jika guru BK memiliki kemampuan dan ketrampilan khusus yang berhubungan dengan bimbingan dan konseling. Terkait dengan masalah bimbingan dan konseling, terdapat banyak ragam model, teori dan pendekatan dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling. Dalam bimbingan dan konseling terdapat dua puluh dua teori konseling yang dapat diterapkan untuk membimbing siswa dalam proses perkembangannya khususnya dalam mengembangkan *self change* siswa. Dari dua puluh dua teori konseling yang ada, diduga teori yang berpengaruh terhadap peningkatan *self change* pada siswa adalah *Konseling Behavioral*.

Konseling Behavioral merupakan salah satu dari teori-teori konseling yang ada pada saat ini. *Konseling behavioral* merupakan bentuk adaptasi dari aliran konseling behavioristik, yang menekankan perhatiannya pada perilaku yang tampak. *Konseling Behavioral* memfokuskan pada tingkah laku (tindakan) yang dilakukan klien, menentukan bentuk imbalan (rewards) yang dapat mendorong klien untuk melakukan tindakan tertentu, pemberian konsekuensi, guna mencegah klien melakukan tindakan yang tidak

dikehendaki. Pada dasarnya teori ini bertujuan untuk memperoleh tingkah laku baru, penghapusan tingkah laku yang salah, serta memperkuat dan mempertahankan perilaku yang sesuai benar. Gerald Corey (1988:197) menyatakan bahwa "behaviorisme adalah suatu pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia". Dalil dasarnya adalah bahwa tingkah laku itu tertib dan bahwa eksperimen yang dikendalikan dengan cermat akan menyingkapkan hukum – hukum yang mengendalikan tingkah laku. Behaviorisme menitik beratkan pada perilaku individu.

Banyak teknik yang dimiliki oleh teori behavioral dalam menangani permasalahan yang dihadapi, dalam hal ini teknik *modelling* dan teknik *Positive Reinforcement* dapat difokuskan sebagai upaya untuk meningkatkan keinginan untuk mengadakan perubahan diri (*self change*) pada siswa. Hal tersebut merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan keyakinan siswa untuk berani mengadakan perubahan dalam diri. Terlebih lagi model konseling behavioral didasarkan pada pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia yang menekankan pada pentingnya pendekatan sistematis dan terstruktur pada konseling (Komalasari, 2011 : 152). Pendekatan Behavioral berpandangan bahwa setiap tingkah laku dapat dipelajari. Proses belajar tingkah laku adalah melalui kematangan dan proses belajar. Selanjutnya tingkah laku yang lama dapat digantikan dengan tingkah laku yang baru. Manusia dipandang memiliki potensi untuk berperilaku baik atau buruk, benar atau salah. Manusia mampu melakukan refleksi terhadap tingkah lakunya sendiri, dapat mengatur serta mengontrol prilakunya dan dapat belajar tingkah laku baru atau dapat mempengaruhi orang lain. Kemudian dalam penerapan model konseling behavioral agar memperoleh hasil yang lebih maksimal, diterapkan beberapa teknik yang juga merupakan rumpun dari model konseling behavioral. Teknik tersebut adalah teknik *modelling* dan teknik *Positive Reinforcement*.

Teknik *modelling* juga disebut sebagai teknik penokohan merupakan istilah yang menunjukkan terjadinya proses belajar melalui pengamatan terhadap orang lain dan perubahan terjadi itu melalui peniruan. *Modelling* merupakan belajar melalui observasi dengan menambahkan atau mengurangi tingkah laku yang teramati (Komalasari, 2011:176). Teknik *modelling* yang digunakan dalam kasus seperti diatas akan membuka mata mereka dan menambah wawasan mereka mengenai keberhasilann beberapa tokoh yang telah berhasil menciptakan terobosan – terobosan baru yang berguna bagi khalayak banyak sehingga dapat mereka jadikan panutan dalam keberhasilan belajar mereka baik disekolah, dirumah maupun dalam lingkungan masyarakat. Teknik ini sesuai diterapkan pada siswa yang mempunyai kesulitan untuk belajar tanpa contoh, sehingga dia memerlukan contoh/ model perilaku secara konkret untuk dilihat/ diamati sebagai pembelajaran pembentukan tingkah laku konseli. Ada tiga jenis model dalam teknik *modelling* yang dapat digunakan untuk meningkatkan *self change*, salah satunya adalah *symbolic model*. *Symbolic model* merupakan model simbolis. Model ini disajikan melalui bahan-bahan tertulis, audio, video, film atau slide.

Kemudian, selain teknik *modelling*, teknik dari Konseling Behavioral yang juga dapat digunakan untuk meningkatkan *self change* siswa yaitu teknik *positive reinforcement* yang merupakan salah satu teknik yang didalamnya memberikan penguatan yang menyenangkan setelah tingkah laku yang diinginkan dapat ditampilkan yang bertujuan agar tingkah laku yang diinginkan tersebut cenderung akan diulang, meningkat dan menetap dimasa yang akan datang. Teknik *Positive Reinforcement* menjadi stimulus yang mengubah motivasi ekstrinsik menjadi motivasi intrinsik. *positive reinforcement* merupakan sebuah teknik yang dapat menitik beratkan kepada imbalan yang berupa penguatan baik verbal maupun non verbal serta melalui reward – reward kecil yang dapat menumbuhkan keinginan

mereka untuk menampilkan tingkah laku baru yang diinginkan. Istilah ini dapat digunakan sebagai prosedur atau konsekuensinya. Kami menghargai orang dengan imbalan. Hadiah bisa menjadi salah satu pengakuan, yang merupakan umpan balik mendukung tingkah laku dan prestasi akademis siswa. Penghargaan diarahkan pada orang, dengan tujuan meningkatkan atau mempertahankan perilaku yang diinginkan. Selain itu juga, keunggulan dari penggunaan teknik ini yaitu membuat siswa merasa dirinya berharga dan dihargai.

Selanjutnya faktor yang juga mendukung dalam peningkatan *self change* yaitu faktor kemandirian. Untuk dapat meningkatkan *self change* tersebut, seorang siswa hendaknya memiliki beberapa sifat, yaitu percaya diri, mandiri, bertanggung jawab serta memiliki motivasi diri yang kuat.

Kemandirian berarti hal atau keadaan seseorang yang dapat berdiri tanpa tergantung pada orang lain. Kata kemandirian berasal dari kata dasar diri yang mendapat awalan "ke-" dan akhiran "-an" yang kemudian membentuk suatu kata benda (Bahari, 2008). Maka pembahasan mengenai kemandirian tidak dapat dilepaskan dari perkembangan diri itu sendiri. Diri adalah inti dari kepribadian dan merupakan titik pusat yang menyelaraskan dan mengkoordinasikan seluruh aspek kepribadian (Bahari, 2008). Kemandirian juga dapat diartikan sebagai suatu kondisi dimana seseorang tidak bergantung kepada otoritas dan tidak membutuhkan arahan secara penuh (Parker, 2005). Sedangkan menurut Hasan Basri (2000:53), kemandirian secara psikologis dan mentalis yaitu keadaan seseorang yang dalam kehidupannya mampu memutuskan dan mengerjakan sesuatu tanpa bantuan dari orang lain. Kemampuan demikian hanya mungkin dimiliki jika seseorang berkemampuan memikirkan dengan seksama tentang sesuatu yang dikerjakannya atau diputuskannya, baik dalam segi-segi manfaat atau

keuntungannya, maupun segi-segi negatif dan kerugian yang akan dialaminya.

Menurut Kartini Kartono (1985:21) kemandirian seseorang terlihat pada waktu orang tersebut menghadapi masalah. Bila masalah itu dapat diselesaikan sendiri tanpa meminta bantuan dari orang tua dan akan bertanggung jawab terhadap segala keputusan yang telah diambil melalui berbagai pertimbangan maka hal ini menunjukkan bahwa orang tersebut mampu untuk mandiri. Mandiri adalah dimana seseorang mau dan mampu mewujudkan kehendak/keinginan dirinya yang terlihat dalam tindakan/perbuatan nyata guna menghasilkan sesuatu (barang/jasa) demi pemenuhan kebutuhan hidupnya dan sesamanya (Antonius, 2002:145).

Menurut Masrun (1986:8), kemandirian adalah suatu sikap yang memungkinkan seseorang untuk bertindak bebas, melakukan sesuatu atas dorongan sendiri dan untuk kebutuhannya sendiri tanpa bantuan dari orang lain, maupun berpikir dan bertindak original/kreatif, dan penuh inisiatif, mampu mempengaruhi lingkungan, mempunyai rasa percaya diri dan memperoleh kepuasan dari usahanya.

Siswoyo (dalam Zakiyah, 2000) mendefinisikan kemandirian sebagai suatu karakteristik individu yang mengaktualisasikan dirinya, menjadi dirinya seoptimal mungkin, dan ketergantungan pada tingkat yang relatif kecil. Orang-orang yang demikian relatif bebas dari lingkungan fisik dan sosialnya. Meskipun mereka tergantung pada lingkungan untuk memuaskan kebutuhan dasar, sekali kebutuhan terpenuhi mereka bebas untuk melakukan dengan caranya sendiri dan mengembangkan potensinya. Setiap manusia mempunyai bentuk dan kualitas kepribadian yang berbeda. Schaefer (1996) menjelaskan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya kepribadian dapat dibagi menjadi dua, yaitu hereditas (nature) dan alam sekitar (nurture). Anak yang dilahirkan sudah mempunyai hereditas tertentu, selanjutnya alam sekitar, termasuk adalah orang tua dan

masyarakat yang secara langsung dan tidak langsung akan berperan mempengaruhi pembentukan kepribadian, termasuk didalamnya adalah kemandirian dan kepercayaan diri. Selanjutnya Lie dan Prasasti (2004:2) juga mengemukakan mengenai pengertian kemandirian adalah “kemampuan untuk melakukan kegiatan atau tugas sehari-hari sendiri atau dengan sedikit bimbingan sesuai dengan tahapan perkembangan dan kapasitasnya”. Ahli lain seperti Kartadinata (2003:78) mengatakan bahwa kemandirian sebagai kekuatan motivasional dalam diri individu untuk mengambil keputusan dan menerima tanggung jawab atas konsekuensi keputusan itu.

Erikson (dalam Monks, dkk, 1989) mendefinisikan bahwa “kemandirian merupakan usaha untuk melepaskan diri dari orang tua dengan maksud untuk menemukan dirinya melalui proses mencari identitas ego, yaitu merupakan perkembangan kearah individualitas yang mantap dan berdiri sendiri”.

Menurut Sunario (dalam Suarni, 2005:7) mengartikan kemandirian juga sebagai kekuatan motivasional dalam diri individu untuk mengambil keputusan dan menerima tanggung jawab atas konsekuensi keputusan itu.

Berdasarkan atas beberapa definisi tersebut diatas dapat disimpulkan, maka belajar mandiri merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh individu untuk melakukan kegiatan belajar secara mandiri atas dasar motivasinya sendiri, inisiatifnya, kepercayaan dirinya, kemampuan yang diinginkan pada dirinya untuk menguasai dan menyiapkan suatu materi dan atau kompetensi tertentu sehingga dapat digunakan untuk memecahkan masalah yang dihadapinya. Namun, dalam kemandirian belajarsiswa harus aktif dan tidak tergantung pada pengajar. Bila dilihat dari aspek perilaku maka dengan belajar mandiri akan diperoleh pemahaman konsep pengetahuan serta perilaku yang tahan lama sehingga akan berpengaruh pada pencapaian akademik siswa yang baik. Setelah proses belajar mengajar berakhir, siswa akan mengulang kembali materi yang telah disampaikan

sebelumnya, baik dengan membaca ataupun berdiskusi dengan teman. Dengan demikian siswa yang menerapkan belajar mandiri akan mempunyai prestasi lebih baik bila dibandingkan dengan siswa yang tidak menerapkan prinsip belajar mandiri.

Kemandirian yang dimiliki oleh siswa diwujudkan melalui kemampuannya dalam mengambil keputusan sendiri tanpa pengaruh dari orang lain. Kemandirian juga terlihat dari berkurangnya ketergantungan siswa terhadap guru di sekolah seperti, pada jam pelajaran kosong karena ketidakhadiran guru di kelas, siswa dapat belajar secara mandiri dengan membaca buku atau mengerjakan latihan soal yang dimiliki. Siswa yang mandiri, tidak lagi membutuhkan perintah dari guru atau orang tua untuk belajar ketika berada di sekolah maupun di rumah. Kebutuhan untuk memiliki kemandirian dipercaya sebagai hal penting dalam memperkuat motivasi individu dan dapat diketahui bahwa siswa yang mandiri mampu memotivasi diri untuk bertahan dengan kesulitan yang dihadapi dan dapat menerima kegagalan dengan pikiran yang rasional.

Sedangkan, Monks (1999:279) mengatakan bahwa orang yang mandiri akan memperlihatkan perilaku yang eksploratif, mampu mengambil keputusan, percaya diri dan kreatif. Selain itu juga mampu bertindak kritis, tidak takut berbuat sesuatu, mempunyai kepuasan dalam melakukan aktifitas, percaya diri, mampu menerima realitas serta dapat memanipulasi lingkungan, mampu berinteraksi dengan teman sebaya, percaya diri, terarah pada tujuan, dan mampu mengendalikan diri. Kemandirian juga terlihat dari berkurangnya ketergantungan siswa terhadap guru di sekolah seperti, pada jam pelajaran kosong karena ketidakhadiran guru di kelas, siswa dapat belajar secara mandiri dengan membaca buku atau mengerjakan latihan soal yang dimiliki. Siswa yang mandiri, tidak lagi membutuhkan perintah dari guru atau

orang tua untuk belajar ketika berada di sekolah maupun di rumah.

Berdasarkan latar belakang yang peneliti paparkan diatas, maka teori konseling *behavioral*, teknik modeling dan teknik *positive reinforcement* diduga berpengaruh terhadap *self change* ditinjau dari kemandirian belajar siswa, oleh karena itu peneliti melalui penelitian ini bermaksud melakukan penelitian mengenai “efektivitas konseling behavioral teknik modeling dan teknik *positive reinforcement* terhadap peningkatan *self change* ditinjau dari kemandirian belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kuta Tahun Pelajaran 2015/2016’ yang nantinya diharapkan para konselor (guru BK) mampu menerapkan konseling tersebut untuk mengadakan perubahan diri (*self change*).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen, mengingat tidak semua variabel dan kondisi eksperimen dapat diatur dan dikontrol secara ketat, sehingga penelitian ini dikategorikan penelitian semu (*Quasi Eksperimen*).

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *Two Factor Design* atau sering disebut desain faktorial 2 X 2. Dantes (2012 : 99) menyatakan bahwa dalam “dalam desain faktorial 2 X 2, perlakuan disusun sedemikian rupa sehingga setiap individu dapat menjadi subyek secara bersamaan dalam dua faktor yang berbeda, yang setiap fokusnya terdiri atas beberapa level”.

Dalam rancangan penelitian ini skor yang digunakan untuk mengetahui peningkatan *self change* siswa kelas VIII adalah skor *posttes* saja yang dilakukan pada akhir eksperimen. Adapun rancangan penelitiannya adalah sebagai berikut.

Tabel 1 Desain dan Rancangan Analisis Penelitian dengan Faktorial 2x2 mengenai teknik konseling (A), kemandirian belajar (B), *self change* (Y)

Model Konseling Behavioral (A)	Modeling (A ₁)	Positive Reinforcement (A ₂)
Kemandirian Belajar (B)		
Kemandirian Belajar Tinggi (B ₁)	A ₁ B ₁ Y	A ₂ B ₁ Y
Kemandirian Belajar Rendah (B ₂)	A ₁ B ₂ Y	A ₂ B ₂ Y

Pemilihan rancangan analisis ini disesuaikan dengan data yang diharapkan, yaitu perbedaan *self change* sebagai akibat perlakuan yang diberikan. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah *self change*. Sebagai variabel bebas adalah Model Konseling Behavioral, yang dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu Model Konseling Behavioral Teknik *Modelling* (A₁) dan Model Konseling Behavioral Teknik *Positive Reinforcement* (A₂). Sebagai variabel moderator adalah kemandirian belajar (B), yang dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu kemandirian belajar tinggi (B₁) dan kemandirian belajar rendah (B₂).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Ada empat hipotesis yang diuji dalam penelitian ini yaitu; (1) terdapat pengaruh konseling behavioral dengan teknik modeling dan *positive reinforcement* efektif untuk meningkatkan *self change*, (2) terdapat interaksi antara model konseling behavioral dengan kemandirian belajar terhadap *self change*, (3) Pada siswa dengan kemandirian belajar tinggi, terdapat perbedaan *self change* antara siswa yang mengikuti model konseling behavioral dengan teknik modeling dan teknik *positive reinforcement*, dan (4) Pada siswa dengan kemandirian belajar rendah, terdapat perbedaan *self change* antara siswa yang mengikuti model konseling behavioral dengan teknik modeling dan teknik *positive reinforcement*.

Hasil uji hipotesis pertama telah membuktikan bahwa konseling behavioral secara signifikan mampu memberikan pengaruh yang berbeda terhadap *self change*. Hal ini ditunjukkan dengan nilai koefisien ANAVA (F_A) sebesar nilai F_{A(hitung)} = 12,346 dan nilai F_{tabel} pada taraf signifikansi 0,05 adalah 3,955. Hal ini menunjukkan bahwa F_{A(hitung)} = 12,346 >

$F_{tabel} = 3,955$, sehingga bisa dinyatakan harga F yang diperoleh signifikan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan *self change* antara siswa yang mengikuti konseling behavioral teknik modeling dan teknik *positive reinforcement*. *Self change* kelompok siswa yang mengikuti konseling behavioral dengan teknik modeling (kelompok A_1) memiliki skor rata-rata *self change* sebesar 161,48 sedangkan kelompok siswa yang mengikuti teknik *positive reinforcement* (kelompok A_2) memiliki skor rata-rata *self change* sebesar 159,57. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa *self change* antara siswa yang mengikuti konseling behavioral teknik modeling lebih tinggi dibanding teknik *positive reinforcement*. Hasil tersebut, sekaligus membuktikan bahwa terdapat perbedaan *self change* antara siswa yang mengikuti konseling behavioral teknik modeling dan teknik *positive reinforcement*.

Hasil ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Gede Agus Sutarna, (2014) yang menyatakan bahwa pencapaian peningkatan kemandirian belajar pada siswa yang menerapkan teknik konseling modeling adalah 30% kategori sangat tinggi, 70% kategori tinggi, 0% kategori sedang, 0% kategori rendah dan 0% kategori sangat rendah.

Pengujian hipotesis kedua dilakukan untuk mengetahui pengaruh interaksi antara penerapan teknik konseling dengan kemandirian belajar terhadap peningkatan *Self change* siswa. Hasil perhitungan ANAVA dua jalur menunjukkan bahwa nilai statistik interaksi antara teknik konseling dengan kemandirian belajar terhadap *Self change* ($F_{AB(hitung)}$) adalah 54,199 dan nilai F_{tabel} pada taraf signifikansi 0,05 adalah 3,955. Hal ini menunjukkan bahwa $F_{AB(hitung)} = 54,199 > F_{tabel} = 3,955$. Karena $F_{AB(hitung)} > F_{tabel}$, H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga dapat dinyatakan bahwa terdapat interaksi antara penerapan teknik konseling dengan kemandirian belajar terhadap peningkatan *self change* siswa.

Kemandirian seseorang terlihat pada waktu orang tersebut menghadapi masalah. Bila masalah itu dapat

diselesaikan sendiri tanpa meminta bantuan dari orang tua dan akan bertanggung jawab terhadap segala keputusan yang telah diambil melalui berbagai pertimbangan maka hal ini menunjukkan bahwa orang tersebut mampu untuk mandiri (Kartini Kartono (1985:21). Setelah proses belajar mengajar berakhir, siswa akan mengulang kembali materi yang telah disampaikan sebelumnya, baik dengan membaca ataupun berdiskusi dengan teman. Dengan demikian siswa yang menerapkan belajar mandiri akan mempunyai prestasi lebih baik bila dibandingkan dengan siswa yang tidak menerapkan prinsip belajar mandiri. Oleh sebab itu kepribadian merupakan salah satu karakteristik seseorang yang menentukan perubahan dalam dirinya (*self change*).

Hasil uji hipotesis ketiga menyatakan bahwa terdapat interaksi yang signifikan antara teknik konseling behavioral yaitu teknik modeling dan teknik *positive reinforcement* terhadap *self change* siswa. Hasil perhitungan Uji Tukey menghasilkan $Q_{hitung} = 10,876$, sedangkan harga Q_{tabel} dengan $dk = 4/84$ untuk taraf signifikansi 0,05 sebesar 3,74. Ternyata $Q_{hitung} > Q_{tabel}$, sehingga H_0 ditolak. Ini berarti untuk siswa dengan kemandirian belajar tinggi, terdapat perbedaan *Self change* antara siswa yang mengikuti konseling behavioral dengan teknik modeling dan teknik *Positive Reinforcement*. Perbedaan *Self change* ini juga diperkuat dengan melihat rata-rata skor hasil *Self change* pada kelompok siswa yang konseling behavioral dengan teknik modeling dan teknik *Positive Reinforcement*, pada siswa dengan kemandirian belajar tinggi. *Self change* pada kelompok siswa yang konseling behavioral dengan teknik modeling menunjukkan hasil yang lebih baik daripada *Self change* pada kelompok siswa yang konseling behavioral dengan teknik *positive reinforcement*. Hal ini ditunjukkan dari rata-rata skor *Self change* untuk kemandirian belajar tinggi pada kelompok siswa yang konseling behavioral dengan teknik modeling yaitu 161,48 lebih besar dibandingkan rata-rata skor

kelompok siswa yang konseling behavioral dengan teknik *positive reinforcement* adalah 159,57.

Model konseling behavioral teknik modeling, *positive reinforcement* dalam proses konseling dapat dilakukan baik dalam setting klasikal, kelompok maupun individual yang diterapkan konselor (guru BK) akan berpengaruh terhadap perubahan perilaku pada siswa, dalam penelitian ini yaitu *self change*. Demikian juga dengan kemandirian belajar akan menentukan *self change* siswa. Kemandirian belajar yang dimiliki siswa memiliki peran yang aktif dalam proses pembentukan *self change* itu sendiri. Karena dengan tingginya sikap kemandirian dalam belajar yang dimiliki siswa, siswa akan lebih mudah melakukan serta menentukan perubahan apa yang menjadi kehendaknya. Kemandirian belajar berkaitan dengan perilaku seorang individu atau siswa dalam menyikapi kebiasaan – kebiasaan belajar yang terjadi setiap harinya. Setiap siswa memiliki beberapa karakteristik yang berbeda yang mempengaruhi kemandirian serta perubahan diri dari siswa tersebut, contohnya berdasarkan pengamatan awal, ditemukan bahwa siswa pria yang memiliki kemandirian tinggi cenderung lebih mampu melakukan perubahan dibandingkan siswa yang memiliki kemandirian yang tinggi.

Hasil uji hipotesis keempat menyatakan bahwa kemandirian tidak dapat dilepaskan dari perkembangan diri siswa itu sendiri. Hal ini sejalan dengan hasil analisis data yang menunjukkan bahwa Uji Tukey menghasilkan $Q_{hitung} = 3,848$, sedangkan harga Q_{tabel} dengan $dk = 4/84$ untuk taraf signifikansi 0,05 sebesar 3,74. Ternyata $Q_{hitung} > Q_{tabel}$, sehingga H_0 ditolak. Ini berarti untuk siswa dengan kemandirian belajar rendah, perbedaan *Self change* antara siswa yang mengikuti konseling behavioral dengan teknik modeling dan teknik *Positive Reinforcement*. Perbedaan *Self change* ini juga diperkuat dengan melihat rata-rata skor hasil *Self change* pada kelompok siswa yang konseling behavioral dengan teknik modeling dan teknik *Positive*

Reinforcement, pada siswa dengan kemandirian belajar rendah.

Hasil analisis data juga menunjukkan bahwa *self change* pada kelompok siswa yang konseling behavioral dengan teknik *positive reinforcement* menunjukkan hasil yang lebih baik daripada *Self change* pada kelompok siswa yang konseling behavioral dengan teknik modeling. Hal ini ditunjukkan dari rata-rata skor *self change* untuk kemandirian belajar tinggi pada kelompok siswa yang konseling behavioral dengan teknik *positive reinforcement* yaitu 160,91 lebih besar dibandingkan rata-rata skor kelompok siswa yang konseling behavioral dengan teknik modeling adalah 158,82.

Berdasarkan pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan *Self change* antara siswa yang mengikuti konseling behavioral dengan teknik modeling dan teknik *Positive Reinforcement* pada siswa yang memiliki kemandirian belajar rendah. Dilihat dari rata-rata skor, *self change* pada kelompok siswa yang konseling behavioral dengan teknik *positive reinforcement* menunjukkan hasil yang lebih baik daripada *Self change* pada kelompok siswa yang konseling behavioral dengan teknik modeling.

PENUTUP

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis, pembahasan, serta implikasi penelitian, dapat ditarik simpulan sebagai berikut: (1) Terdapat efektifitas pengaruh konseling behavioral dengan teknik modeling dan *Positive Reinforcement* terhadap peningkatan *self change*, (2) Terdapat pengaruh interaksi antara penerapan Konseling Behavioral dengan kemandirian belajar terhadap peningkatan *self change* siswa, (3) Terdapat perbedaan *self change* antara siswa yang mengikuti model konseling behavioral dengan teknik modeling dan teknik *positive reinforcement*, pada siswa dengan kemandirian belajar tinggi, dan (4) Terdapat perbedaan *self change* antara siswa yang mengikuti model konseling behavioral dengan teknik modeling dan

teknik *positive reinforcement*, pada siswa dengan kemandirian belajar rendah.

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, beberapa saran yang dapat diajukan adalah sebagai berikut.

Pertama, mengingat bahwa model konseling modeling dan teknik *positive reinforcement* memiliki keunggulan masing-masing dan berpengaruh terhadap kemandirian belajar, maka kepada para guru bimbingan konseling (BK) khususnya pada jenjang SMP disarankan agar menggunakan teknik modeling dan teknik *reinforcement* dengan terlebih dahulu memahami hakekat daripada bimbingan dan konseling, mengingat model konseling tersebut seyogyanya berpijak pada teori dan teknik konseling yang baku.

Kedua, para guru bimbingan konseling (BK) SMP disarankan menggunakan teknik-teknik konseling behavioral khususnya teknik modeling dan teknik *reinforcement* untuk mengembangkan kemandirian belajar siswa, khusus konseling secara kelompok pilihlah anggota dengan jumlah yang optimal jangan terlalu banyak, sehingga konseling dapat berjalan dengan kondusif. Selain itu, sikap percaya diri siswa harus diperhatikan dan dikembangkan oleh para guru untuk dapat menumbuhkan kemandirian yang lebih optimal.

Ketiga, penelitian lanjutan yang berkaitan dengan model konseling ini perlu dilakukan dengan materi-materi bimbingan konseling yang lain serta melibatkan sampel yang lebih luas. Disamping itu, variabel lain seperti bakat, minat, konsep diri, dan inteligensi yang merupakan bagian tidak terpisahkan dari siswa perlu dikaji pengaruhnya terhadap pengembangan dan penerapan model konseling serta dampaknya terhadap kemandirian belajar siswa.

Keempat, kepada para pengambil kebijakan dalam bidang pendidikan khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling, disarankan agar mempertimbangkan model konseling yang diterapkan dalam penelitian ini sebagai suatu inovasi dalam bidang bimbingan dan konseling, khususnya untuk

mengembangkan kemandirian belajar siswa jenjang SMP.

DAFTAR PUSTAKA

- Corey, Gerald. 1988. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Terjemahan E. Koeswara. *Manual for Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Cetakan ke-3. Bandung: PT Refika Aditama
- Corey, Gerald. 2009. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: PT. Refika Aditama
- Dantes, N. 2007. *Analisis Varians. Modul Mata Kuliah Metode Statistika Multivariat*. Universitas Pendidikan Ganesha: Singaraja.
- Dantes, N. 2011. *Metodologi Penelitian (Seri Analisis Varians dan Validitas Instrumen)*. Singaraja: UNDIKSHA Press.
- Dantes, N. 2012. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: C.V ANDI OFFSET
- Depdiknas. 2002. *Keputusan Menteri Pendidikan Nasional No. 087/U/2002 tanggal 4 Juni 2001 tentang Akreditasi Sekolah*. Jakarta: Depdiknas.
- Depdikbud. 2004. *Materi Pelatihan Terintegrasi Matematika*. Jakarta: Depdiknas Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Dharsana, I Ketut. 2009. *Dasar-Dasar Konseling Seri 2*. Singaraja: Undiksha
- Dharsana, I Ketut 2010. *Diktat Konseling Karir dan Problematik Konseling*. Singaraja: Undiksha
- Komalasari, Gantinadkk. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT. Indeks

Prayitno.1997.

ProfesionalisasiKonselingdanPendi
dikan Konselor. Jakarta: P2LPTK

Prayitno, danErmanAmti. 1999. *Dasar-*
DasarBimbinganKonseling.

Jakarta: PT RinekaCipta