

## Behavioral Counseling with Effective Modeling Techniques to Improve Self Endurance in Students

Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Efektif Untuk Meningkatkan Self Endurance Pada Siswa

Ni Made Inggit Gita Yunidar<sup>1</sup>, I Ketut Gading<sup>2</sup>, I Ketut Dharsana<sup>3</sup>

Universitas Pendidikan Ganesha

e-mail: [nimadeinggitgy@gmail.com](mailto:nimadeinggitgy@gmail.com), [iketutgading@undiksha.ac.id](mailto:iketutgading@undiksha.ac.id), [profdarsana@yahoo.com](mailto:profdarsana@yahoo.com)

Received Month DD, 20YY;

Revised Month DD, 20YY;

Accepted Month DD, 20yy;

Published Online DD, 20yy

### Conflict of Interest

#### Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2017 by author

**Abstract:** Senior High School (SMA) is a formal school institution which is a place to develop the ability of students by educators to develop their potential, but there are some students who show less able behavior to complete tasks. So this study aims to determine the effectiveness of behavioral counseling with modeling techniques to improve student self endurance in students. This research is a type of research design "Pre Test-Post Test Control Group Design with FollowUp". The population of this research is class X of SMA Negeri, where the sample is taken randomly by randomly selecting 2 classes from 6 classes. The sample members of class X IIS 1 as an experimental class and class X IIS 2 as a control class. The process of collecting data in this study uses the Self Endurance questionnaire method of linkert scale patterns and is analyzed descriptively and for statistical analysis the t-test formula and effect size are used using SPSS-PC 21.0 for Windows. ( $t = 5.78$ ;  $p = 0,000$ ). The results of the study stated that Behavioral Counseling with effective modeling techniques to improve self endurance in students

**Keywords:** Behavioral Counseling, Modeling, Self Endurance.

**Abstrak:** Sekolah Menengah Atas (SMA) adalah lembaga formal sekolah yang merupakan tempat mengembangkan kemampuan peserta didik yang dilakukan pendidik untuk mengembangkan potensi yang dimiliki, namun ada beberapa siswa yang menunjukkan perilaku kurang mampu mengerjakan tugas sampai selesai. Sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan konseling behavioral dengan teknik modeling untuk peningkatan *self endurance* siswa pada siswa. Penelitian ini merupakan jenis rancangan penelitian "Pre Test-Post Test Control Group Design dengan FollowUp". Populasi penelitian ini adalah kelas X SMA Negeri, pengambilan sampel dilakukan secara random dengan memilih secara acak 2 kelas dari 6 kelas. Anggota sampel kelas X IIS 1 sebagai kelas eksperimen dan kelas X IIS 2 sebagai kelas kontrol. Proses pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan metode kuesioner *Self Endurance* pola skala linkert dan dianalisis secara deskriptif dan untuk analisis statistik digunakan rumus *t-test* dan effect size menggunakan bantuan program SPSS-PC 21.0 For Windows. ( $t = 5,78$  ;  $p = 0,000$ ). Hasil penelitian menyatakan bahwa Konseling Behavioral dengan teknik modeling efektif untuk meningkatkan self endurance pada siswa

**Kata Kunci:** Konseling Behavioral, Modeling, *Self Endurance*

**How to Cite** Inggit N M. Gading, I K. Dharsana, I K. 2020. Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan *Self Endurance* Siswa. JBKI Undiksha, VV (N): pp. XX-XX, DOI: 10.24036/XXXXXXXXXX-X

## Pendahuluan

Merujuk dari UU No. 20 tahun 2003, dinyatakan bahwa Pendidikan adalah sebuah usaha yang dilakukan secara sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, membangun kepribadian, pengendalian diri, kecerdasan, akhlak mulia, serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan Negara (Indonesia, 2003). Lembaga formal sekolah adalah tempat mengembangkan kemampuan peserta didik yang dilakukan pendidik dengan berbagai perangkat pendukung yang mendorong terwujudnya perkembangan anak dalam bentuk-bentuk yang telah ditentukan. Berdasarkan kegiatan yang dilakukan dalam sekolah diharapkan siswa mampu berkembang sesuai dengan potensi yang mereka miliki. Sekolah sebagai lembaga pendidikan bertugas membimbing dan membina generasi muda untuk dapat hidup di masyarakat yang penuh dengan tantangan dan memerlukan perjuangan hidup yang gigih, namun pengetahuan dan keterampilan-keterampilan yang diterima di sekolah belum merupakan jaminan bagi peserta didik untuk hidup di masyarakat kelak sesuai dengan yang dicita-citakan. Dalam kondisi di lapangan itu sekolah siswa tampak terlihat kurang peka dan tahan terhadap rintangan termasuk tugas-tugas yang diberikan oleh gurunya. Para siswa memandang tugas-tugas yang di berikan oleh guru dianggap remeh sehingga menimbulkan perilaku yang tidak baik. Ada beberapa remaja yang menunjukkan sikap mampu bergaul dan berkumpul dengan lawan jenis dan belajar bersama, sementara ada yang lain menunjukkan sikap seperti menjaga jarak, menghindari dan menarik diri dari teman-teman mereka untuk mengerjakan tugas. (I. K. Dharsana et al., 2020)

Dalam pengamatan peneliti siswa menunjukkan bahwa beberapa siswa ada yang kurang disiplin, kurang mampu menyelesaikan tugas hingga tuntas, dan kurang bekerja keras pada suatu tugas. Hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti pada siswa kelas X dalam keseharian siswa di sekolahnya menunjukkan karakter seperti 1) mengerjakan sesuatu tugas sampai selesai 10% , 2) berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas 10%, 3) berkerja keras pada suatu tugas 9% , , namun meski demikian tidak seluruh siswa menunjukkan gejala-gejala perilaku tersebut ada beberapa siswa yang menunjukkan perilaku sebaliknya seperti mengabaikan tugas tugas yang diberikan oleh gurunya 5% , malas untuk di kerjakan sehingga tugas menumpuk 7%, lebih memilih bersantai santai 8% dan bermain game daripada mengejakan tugas 6% pengamatan di perkuat untuk menganalisis data. (Maunah, 2009). Untuk dapat mengintervensi fenomena tersebut peneliti memilih dua pendekatan yaitu Pendidikan, dan Bimbingan dan Konseling. Dari kedua pendekatan tersebut peneliti memilih pendekatan Bimbingan dan konseling. Alasan peneliti memilih pendekatan bimbingan konseling krena permasalahan yang dialami oleh siswa-siswa di SMA menunjuk pada perilaku yang maadaptif atau perilaku yang tidak baik, seperti tidak bisa menyelesaikan tugas dengan baik, selalu mengabaikan tugas-tugas yang diberikan oleh guru, sehingga self endurance pada siswa perlu ditingkatkan dengan upaya melakukan layanan konseling behavioral teknik modeling. Dengan Bimbingan Konseling, siswa akan mampu mengembangkan personal tentang cara berperilaku yang baik

### Pengertian Self Endurance

*Self endurance* memegang peranan yang penting dalam rangka keberhasilan pencapaian akademik peserta didik, karena dengan *self endurance* yang tinggi maka akan lebih memacu daya tahan siswa dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan, mengerjakan tugas dan bekerja keras pada suatu tugas , selain itu juga agar siswa lebih bisa disiplin untuk, sehingga menumbuhkan cara pandang yang positif terhadap orang lain. Ketika *self endurance* peserta didik meningkat, maka akan berpengaruh pada setiap lini kehidupannya termasuk prestasi belajarnya. Selain itu dengan adanya kepribadian tentang menyelesaikan tugas sampai selesai, serta bekerja keras pada suatu tugas Self Endurance adalah kebutuhan untuk tahan mengatasi rintangan meliputi mengerjakan sesuatu pekerjaan sampai selesai, berusaha menyelesaikan pekerjaan sampai tuntas, bekerja keras pada suatu tugas. Definisi tersebut diperkirakan mengandung indikator yaitu: (1) menyelesaikan tugas sampai selesai, 2) berusaha mengerjakan tugas sampai tuntas, 3) bekerja keras pada suatu tugas. (K. Dharsana, 2017, pp. 6–45)

Menurut Prayitno (1997:7) menyelesaikan tugas termasuk bagian dari proses pembelajaran yang memiliki tujuan membelajarkan siswa. Melalui tugas tersebut siswa diharapkan untuk mengerjakannya dengan mempelajari dan mengkaji lebih lanjut. Sedangkan menurut Slameto (2002:88) agar siswa berhasil dalam belajar, siswa perlu mengerjakan tugas dari gurunya dengan sebaik-baiknya. Menyelesaikan tugas tepat waktu akan mengurangi kecemasan pada siswa agar tidak takut dimarahi oleh gurunya. (Suryadi, Erlamsyah, 2016)

### Konseling Behavioral

Konseling behavioral merupakan pendekatan konseling yang dikemukakan oleh Albert Bandura yang lebih menekankan perilaku individu yang terbentuk dari hasil belajar dari lingkungan sekitar. Konseling behavioral adalah terapi tingkah laku dengan penerapan aneka ragam teknik dan prosedur dalam membantu klien memecahkan masalah interpersonal, emosional dan pengambilan keputusan sehingga terbentuk kebiasaan-kebiasaan baru bagi individu. (K. Dharsana, 2016, pp. 556–557). Gerald Corey (dalam terjemahan E. Koswara, 1988: 196) menjelaskan bahwa konseling behavioral adalah penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar dengan menyertakan penerapan sistematis prinsip-prinsip belajar pada perubahan perilaku ke arah cara yang lebih adaptif. Pendekatan ini banyak memberikan sumbangan dalam bidang klinis ataupun pendidikan. Dengan dilandaskan pada teori belajar modifikasi perilaku, terapi perilaku adalah pendekatan-pendekatan terhadap konseling dan psikoterapi yang berurusan dengan perubahan perilaku. Behavior merupakan semua milik mereka perilaku dipelajari atau diperoleh karena proses berlatih dan berpikir. (I Ketut Dharsana et al., 2019).

Perubahan perilaku harus diusahakan melalui proses belajar (learning) atau belajar kembali (relearning) yang dilakukan saat proses konseling berlangsung, sehingga klien atau siswa pada dasarnya belajar untuk bertingkah laku menjadi ke arah yang lebih adaptif. Setelah itu siswa akan merasa terbiasa belajar tanpa harus melakukan konseling terus menerus.

Berdasarkan dari pendapat ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa konseling behavioral adalah pendekatan yang menekankan pada tingkah laku individu yang diperoleh dari hasil latihan dan belajar untuk memecahkan masalah interpersonal, emosional, dan pengambilan keputusan sehingga terbentuk kebiasaan-kebiasaan baru dan tingkah laku yang baik bagi individu. Melalui konseling behavioral individu akan merasa terbiasa belajar dari lingkungannya tanpa harus melakukan konseling secara terus-menerus.

Menurut Corey (1986) ada beberapa tujuan dari konseling behavioral yaitu : 1) Menciptakan kondisi baru dari hasil belajar. Dengan diberlakukannya konseling behavioral konselor berharap konseli bias mengetahui kondisi maupun perilaku yang tampak dari proses belajar yang baik. 2) Menghapus hasil belajar yang tidak sesuai . dengan konseling behavioral ini diharapkan konseli dapat menghapus perilaku yang maladaptif dan perilaku yang adaptif dapat ditingkatkan oleh siswa. 3) Memberi pengalaman proses belajar yang sesuai namun belum dipelajari. Dalam konseling behavioral konseling dilakukan untuk memberi pengalaman belajar yang harus dipelajari oleh konseli agar menjadi perilaku yang sesuai. (Sanyata, 2012)

### Teknik Modeling

Teknik modeling adalah teknik yang dikemukakan oleh Albert Bandura. Di mana modeling adalah proses belajar dengan mengamati tingkah laku atau perilaku dari orang lain disekitar kita. Modeling yang artinya meniru, dengan kata lain juga merupakan proses pembelajaran dengan melihat dan memperhatikan perilaku orang lain kemudian mencontohnya. (Faridah, 2015)

Modeling juga disebut peniruan yaitu menunjukkan bahwa perilaku orang lain yang diamati, ditiru lebih merupakan peniruan terhadap apa yang dilihat dan diamati. Proses belajar melalui pengamatan menunjukkan terjadinya proses belajar setelah mengamati perilaku pada orang lain. Peneliti memilih menggunakan teknik modelling, karena memiliki syarat yaitu konsep, tahapan, proses, dan langkah untuk mengintervensi *self endurance*.

Menurut dari beberapa ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa teknik modeling adalah cara yang digunakan konselor untuk meningkatkan self endurance melalui penokohan, penokohan yang dimaksud seperti penokohan melalui film, tokoh imajinasi (imajiner), dan lain sebagainya. Modeling juga disebut peniruan (imitation) yaitu menunjukkan bahwa perilaku orang lain yang diamati, ditiru lebih merupakan peniruan terhadap apa yang dilihat dan diamati. Proses belajar melalui pengamatan menunjukkan terjadinya proses belajar setelah mengamati perilaku pada orang lain.

Berdasarkan dari uraian diatas, peneliti memiliki ketertarikan untuk mengkaji penelitian “Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Self Endurance Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Sukasada”. Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu : Apakah Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Efektif Untuk Meningkatkan Self Endurance Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Sukasada?. Selanjutnya Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektifitas konseling behavioral dengan teknik modeling untuk meningkatkan self endurance pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Sukasada. Manfaat dari penelitian ini kepada para pembaca yaitu dapat menambah ilmu dan wawasan mengenai konseling behavioral dengan teknik modeling untuk meningkatkan self endurance pada siswa, dan bagi peneliti dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan dalam melaksanakan konseling behavioral dengan teknik modeling untuk meningkatkan self endurance siswa.

## Metode

Jenis penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian “Pre Test-Post Test Control Group Design dengan Follow Up”. Populasi dalam penelitian ini adalah kelas X SMA Negeri 1 Sukasada, pengambilan sampel dilakukan secara random, peneliti memilih secara acak 2 kelas dari 6 kelas. Anggota sampel kelas X IIS sebagai kelas eksperimen dan kelas X IIS 2 sebagai kelas control. Objek memiliki kesempatan yang sama untuk diambil sampelnya (Dantes, 2009)

Untuk mengumpulkan data tentang self endurance pada siswa dan memperoleh data yang akurat maka dilakukan teknik pengumpulan data yaitu kuesioner. Data penelitian di kumpulkan dengan inventori kuesioner self endurance yang terdapat 30 butir pernyataan dengan 5 alternatif jawaban yaitu SS apabila pernyataan sangat sesuai, kemudian S apabila pernyataan sesuai, KS apabila pernyataan Kurang Sesuai, STS apabila pernyataan Sangat Tidak Sesuai. Selanjutnya skor yang diperoleh dari hasil kuesioner apabila butir pernyataan positif SS = 5, S = 4, KS = 3, TS = 2, dan STS = 1, begitupun sebaliknya jika butir pernyataan negative maka STS = 1, S = 2, KS = 3, TS = 4, STS = 5. Ada tiga tahap dalam menganalisis data penelitian ini adalah : 1) Pengujian kuesioner awal yaitu uji validitas dan uji reliabilitas, dalam penelitian ini nilai validitas dan reliabilitas yaitu 0.93 yang termasuk kedalam kategori sangat tinggi, 2) pengujian prasyarat meliputi uji normalitas dan uji homogenitas, 3) pengujian hipotesis. Sebelum melakukan uji hipotesis terlebih dahulu melakukan uji prasyarat untuk mengetahui kelayakan data yang akan dianalisis. Data penelitian ini dianalisis dengan sample independent t-test menggunakan program SPSS 21.0 For Windows, dan dilanjutkan mencari efektivitas dengan menggunakan rumus Cohen.

## Hasil dan Pembahasan

Data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu data hasil kuesioner self endurance yang dilakukan pada kelas kelompok eksperimen yaitu kelas X IIS 1 dan kelas kelompok kontrol yaitu kelas X IIS 2. Pada penelitian yang terdahulu mengungkapkan betapa pentingnya meningkatkan self endurance pada siswa.

Hasil kuesioner tersebut di analisis dengan menggunakan uji-t. Uji-t dilakukan untuk mencari suatu perbedaan antara posttest kelompok eksperimen dan posttest kelompok kontrol. Dalam proses perhitungan uji-t maka dalam penelitian ini menggunakan aplikasi *SPSS-PC 21.0 For Windows*. Kemudian untuk mencari efektivitas

dapat dilanjutkan dengan menggunakan rumus *effect size*.

Uji Normalitas sebaran data

Uji statistik normalitas dilakukan dengan menggunakan uji statistik Kolmogorov-smirnov dan *Shapiro Wilks* dengan bantuan program *SPSS-PC 21.0 for Windows*. Pengujian dilakukan pada unit analisis yang terdiri dari kelompok eksperimen. Uji normalitas sebaran data bertujuan untuk menentukan normalitas sebaran data. Data dikatakan terdistribusi normal bila signifikan nilai yang diperoleh lebih besar dari  $\alpha$  (0,05)

**Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas**

**Tests of Normality**

	Kelas	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
ngain_persen	eksperimen	.092	27	.200*	.983	27	.916
	control	.144	28	.142	.953	28	.234

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan tabel di atas hasil uji Kolmogorov-Smirnov pada kelompok eksperimen 1 mendapatkan nilai signifikansi 0.200 dan pada kelompok eksperimen 2 mendapatkan nilai signifikansi 0,060. Berdasarkan hasil uji tersebut data di atas memiliki nilai signifikansi  $> 0,05$ , dengan demikian dapat dikatakan bahwa data dari masing-masing kelompok terdistribusi secara normal. Pengujian dilakukan pada taraf signifikansi 0,05 atau 5% Berdasarkan hasil uji normalitas sebaran data diketahui nilai  $p = 0,200$  kelas eksperimen sehingga  $p > 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa sebaran data berdistribusi normal.

**Tabel 4.6 Hasil Uji Homogenitas**

	Levene's Test for Equality of Variances	
	F	Sig.
Ng Equal variances ain assumed	.951	.334
Sco Equal variances re not assumed		

Berdasarkan uji homogenitas diatas terdapat taraf signifikansi sebesar 0,05 , didapatkan nilai  $< 0,05$  maka seluruh data tersebut dinyatakan homogeny

Uji-T

Uji-t digunakan untuk menguji perbedaan self endurance antara siswa yang diberikan konseling behavioral teknik modeling dengan siswa yang tidak diberikan konseling behavioral teknik modeling digunakan analisis Independent Samples T-Test, serta menguji Keefekifan konseling behavioral dengan teknik modeling untuk meningkatkan self endurance pada siswa kelas X IIS 1 SMA Negeri 1 Sukasada dengan bantuan aplikasi *SPSS-PC 21.0 For Windows*. Analisis tersebut akan disajikan dalam tabel sebagai berikut. Berdasarkan uji-t yang dilakukan peneliti didapatkan  $t_{hit}$  sebesar 5,78 dengan signifikansi  $< 0.05$  Uji T dilaksanakan dengan menggunakan perhitungan manual yaitu dengan menggunakan aplikasi *SPSS-PC 21.0 For Windows*. Dengan rincian seperti yang diuraikan di bawah ini pada tabel 1.

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
ngain_p ersen	Equal variances assumed	.951	.334	5.788	53	.000	9.01765	1.55803	5.89263	12.14267
	Equal variances not assumed			5.761	49.031	.000	9.01765	1.56523	5.87226	12.16304

Berdasarkan nilai uji t di atas diperoleh perhitungan dengan bantuan program *SPSS-PC 21.0 For Windows*,didapatkan  $t_{hitung}$  sebesar 5,78 dengan taraf signifikansi 0,05, sehingga dapat disimpulkan  $H_a$  diterima. Maka dapat diambil keputusan sebagai berikut :  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok control.

**Independent Samples Test pada data Pretest, Posttest, follow up 1 dan follow up 2**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper

pretest	Equal variances assumed	3.155	.081	-.403	53	.688	-.64815	1.60746	-3.87230	2.57600
	Equal variances not assumed			-.401	46.969	.690	-.64815	1.61711	-3.90141	2.60512
posttest	Equal variances assumed	.529	.470	-3.086	53	.003	-2.16667	.70199	-3.57468	-.75866
	Equal variances not assumed			-3.086	52.880	.003	-2.16667	.70212	-3.57503	-.75831
followup _1	Equal variances assumed	.195	.660	-2.678	53	.010	-1.56614	.58477	-2.73905	-.39323
	Equal variances not assumed			-2.681	52.983	.010	-1.56614	.58418	-2.73787	-.39441
followup _2	Equal variances assumed	.195	.660	-2.678	53	.010	-1.56614	.58477	-2.73905	-.39323
	Equal variances not assumed			-2.681	52.983	.010	-1.56614	.58418	-2.73787	-.39441

Untuk menguji keefektifan konseling behavioral dengan teknik modeling dengan mencari effect size dengan perhitungan sebagai berikut :

$$ES = t \sqrt{\frac{N_1 + N_2}{N_1 N_2}}$$

$$ES = 5.788 \sqrt{\frac{N_1 + N_2}{N_1 N_2}}$$

$$ES = 5.788 \sqrt{\frac{27 + 28}{(27)(28)}}$$

$$ES = 5.788 \sqrt{0,07}$$

$$ES = 5.788 (0,26)$$

$$ES = 1,53$$

Kemudian dari hasil perbandingan nilai *effect size* > 0,50 diperoleh thit sebesar 1,53 dengan taraf signifikansi 5% sebesar 0,50. Maka dapat disimpulkan thit > ttab atau 1,53 > 0,50 sehingga dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian dinyatakan signifikan dengan kata lain hipotesis penelitian diterima sehingga terdapat keefektifan Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling

Pembahasan hasil penelitian akan dipaparkan berdasarkan hasil analisis data yang telah disajikan. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan bahwa konseling behavioral teknik modeling efektif terhadap

siswa kelas X IIS 1, dan terdapat perbedaan antara siswa yang diberikan konseling behavioral teknik modeling dengan siswa yang tidak diberikan konseling behavioral teknik modeling yaitu memperbaiki suatu sikap serta pemberian suatu simbolik model yang berupa film/video yang berkaitan dengan Self Endurance terhadap kelompok kelas eksperimen sehingga siswa dapat melakukan refleksi dalam kehidupan sehari-hari. Dalam suatu pemberian konseling behavioral pada suatu treatment yang sangat paling menonjol dalam memberikan suatu perubahan yang signifikan, dalam hal ini dapat dilihat dari suatu hasil analisis. Berikut adalah pembahasan dari masing-masing tujuan yang berdasarkan analisis data sebelumnya:

Implementasi Konseling Behavioral Teknik Modelling Efektif Untuk meningkatkan self endurance siswa kelas X IIS 1 SMA Negeri 1 Sukasada

Hasil penelitian terkait dengan perlakuan dan kelebihannya dalam pelaksanaan Konseling behavioral di SMA dalam meningkatkan Self Endurance yaitu : 1) Dalam proses pelayanan konseling guru BK jarang menggunakan teknik seperti apa yang di gunakan, sehingga digunakan teknik modeling agar tercipta pelayanan konseling yang efektif dan kondusif bagi siswa, selain itu guru BK akan terarah dan di tuntun untuk melakukan persiapan yang matang seperti menyusun RPBK dan fasilitas yang memadai. 2) pelayanan treatment dilakukan untuk peningktan self endurance, khususnya kepada siswa yang tidak mampu menyelesaikan tugas sampai selesai, tidak mau mengerjakan tugas yang di berikan oleh guru.

Berdasarkan hasil analisis dan didukung dengan data kualitatif dan kuantitatif, ditemukan siswa yang memiliki gejala seperti siswa yang tidak mampu menyelesaikan tugas sampai selesai, tidak mampu mengerjakan tugas hingga tuntas, dan tidak mau bekerja keras pada suatu tugas. Perilaku tersebut termasuk perilaku yang maladaptive karena siswa belum mampu befikir dan berprilaku yang baik sehingga diperlukan upaya layanan konseling behavioral dengan menggunakan teknik modeling, siswa akan di bentuk tingkah laku baru dengan proses belajar (learning) dan belajar kembali (relearning). Sehingga dapat disimpulkan Ho Diterima, dengan hasil yang menunjukkan suatu katagori tinggi. Dalam hal ini membuktikan bahwa suatu implementasi konseling behavioral teknik modelling efektif untuk meningkatkan self endurance siswa kelas X.

## Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dan didukung dengan data kualitatif dan kuantitatif, ditemukan siswa yang memiliki gejala seperti siswa tidak mampu menyelesaikan tugas sampai selesai, tidak bisa mengerjakan tugas sampai tuntas dan tidak bekerja keras pada suatu tugas. Sehingga dapat disimpulkan Ho ditolak, dengan hasil yang menunjukkan kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa thitung > dari ttabel demikian hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan Self Endurance antara siswa yang diberikan konseling behavioral teknik modeling dengan siswa yang tidak diberikan konseling behavioral teknik modeling. Berdasarkan pada pemaparan hasil penelitian dan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa implementasi konseling behavioral teknik modeling efektif untuk meningkatkan Self Endurance siswa.

## Ucapan Terimakasih

Ucapan terimakasih diberikan kepada Tuhan Yang Maha Esa telah memberikan kelancaran dalam menyelesaikan penelitian ini. Kemudian kepada dosen pembimbing I Dr. I Ketut Gading, M.Psi dan Prof.Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons selaku pembimbing II yang sudah membantu serta membimbingan dari awal penelitian sampai saat ini, dan kepada pihak-pihak yang sudah membantu dalam penyelesaian artikel ini.

---

## Referensi

- Agung, I. G. A., Ratnasari, M., Dharsana, & Suranata, K. (2014). *PENERAPAN KONSELING BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK GAME OUTBOUND UNTUK MENINGKATKAN PERCAYADIRI SISWA Berdasarkan pengamatan peneliti dikelas X MIA 1 SMA N 2 Singaraja , gejala-gejala yang ditunjukkan oleh siswa , ( 1 ) Siswa yang memiliki rasa percaya diri yan .* 5(1).
- Cahyuni, N. A., Tirka, W., & Dharsana, I. K. (2019). *Effectiveness of Behavioral Counseling with Modeling Techniques to Improve The Character Solve Everything Good and Will Succeed Through Study Leason .* 1, 141–146.
- Dantes, N. (2009). *Kerangka Dasar Penelitian Kuantitatif*.
- Dantes, N. (2012). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: C.V Andi Offset.
- Dharsana, I. K., Suarni, N. K., Sudarsana, G. N., Paramartha, W. E., & Ahmad, M. (2020). Cognitive-Behavioral Therapy counseling in developing Cross-Gender Friendship in adolescents. *International Conference on Women and Societal Perspective on Quality of Life (WOSQUAL-2019)*, 30, 206–208. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.07.079>
- Dharsana, K. (2016). *Model-Model Konseling*. BK FIP Universitas Pendidikan Ganesha.
- Dharsana, K. (2017). *RPBK Seri Self Endurance*. BK FIP Universitas Pendidikan Ganesha.
- Dharsana, I. K. (2007). *Dasar-Dasar Konseling Seri 2*. Singaraja: Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.
- Dharsana, K. (2014). *Dasar-Dasar BK*. Jurusan Bimbingan Konseling Universitas Pendidikan Ganesha.
- Dharsana, K. (2015). *Pengembangan Variabel Terikat Self-3 (Nurturance, Change, Endurance, Heterosexuality & Agression) Melalui Layanan Bimbingan Klasikal, Bim Kelompok, Kons Kelompok, Kons Individu*. Singaraja: BK FIP Universitas Pendidikan Ganesha.
- Dharsana, K. (2016a). *Model-Model Konseling*. Singaraja: BK FIP Universitas Pendidikan Ganesha.
- Dharsana, K. (2016b). *Model-Model Teori, Teknik, Skill Bimbingan Konseling*. singaraja: BK FIP Universitas Pendidikan Ganesha.
- Dharsana, K. (2016c). *Model-Model Teori, Teknik, Skill Bimbingn Konseling*. Singaraja: BK FIP Universitas Pendidikan Ganesha.
- Dharsana, K. (2017a). *RPBK Seri Self Endurance*. BK FIP Universitas Pendidikan Ganesha.
- Dharsana, K. (2017b). *TEORI-TEORI KONSELING*. Universitas Pendidikan Ganesha.
- Faridah, D. N. (2015). *Efektivitas Teknik Modeling Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Karakter Rasa Hormat Peserta Didik ( Quasi Eksperimen Terhadap Siswa Kelas X di SMK Muhammadiyah 2 Bandung Tahun Pelajaran 2014 / 2015 )*. 05(01), 45–66.
- I Ketut Dharsana, I. K., Dharsana, I. K., Nugraha Sudarsana, G., Ketut Suarni, N., Eka Paramartha, W., Tirka, I. W., & Satya Gita Rismawan, K. (2019). Cognitive Counseling with Reframing Techniques to Intervene in Self Aggression. *Proceedings of the 5th International Conference on Education and Technology (ICET 2019)*. Proceedings of the 5th International Conference on Education and Technology (ICET 2019), Kota Batu, Jawa Timur, Indonesia. <https://doi.org/10.2991/icet-19.2019.15>
- Hasanah, H. (2017). TEKNIK-TEKNIK OBSERVASI (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-ilmu Sosial). *At-Taqaddum*, 8(1), 21. <https://doi.org/10.21580/at.v8i1.1163>

- 
- Ihsan, H., Ilmu, F., Universitas, P., & Indonesia, P. (1995). *VALIDITAS ISI ALAT UKUR PENELITIAN KONSEP DAN PANDUAN PENILAIANNYA*.
- Indonesia, P. R. (2003). Undang-undang Republik Indonesia nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional. *Jakarta: Pemerintah Republik Indonesia*.
- involving groupings with one observation. *Biometrics*, 20, 818–826.
- Kadek Arsana, Ketut Gading, & Dharsana, K. (2017). Pengaruh konseling kognitif behavioral aaron t beck dengan teknik modeling sosk arjuna untuk meningkatkan self deference siswa melalui lesson study pada siswa kelas xii ipa 1 sma laboratorium undiksha singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 8(2).
- Koyan, I. W. (2011). Asesmen dalam Pendidikan. *Singaraja: Undiksha*.
- Koyan, W. (2012). *Statistik Pendidikan Teknik Analisis Data Kuantitatif*. Undiksha Press.
- Kumalasari, D. (2017). Konsep Behavioral Therapy Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Siswa Terisolir. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 14(1), 15–24. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2017.141-02>
- Maunah, H. B. (2009). *Landasan Pendidikan*. Teras.
- Muslih, Y. N., Wibowo, M. E., & Purwanto, E. (2017). *Jurnal Bimbingan Konseling Konseling Behavioral menggunakan Teknik Kontrak Perilaku dengan Students ' Logbook untuk Meningkatkan Minat Membaca Siswa Abstrak*. 6(1), 34–43.
- Pujosuwarno, S. (1993). *Berbagai Pendekatan Dalm Konseling*. Yogyakarta: Menara Mas Offset.
- Sanyata, S. (2012). *Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam Konseling Abstrak Pendahuluan Teori dan Pendekatan Behavioristik*. (14), 1–11.
- Sudijono. (2010). *Metode penelitian*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sunardi, Permanarian, M. A. P. (2008). *Teori-teori konseling: adaptasi untuk anak berkebutuhan khusus*. 1–52.
- Suryadi, Erlamsyah, Y. (2016). *Hubungan Kemampuan Menyelesaikan Tugas-*. 2, 14–18.
- Suteja, J. (2017). Teknik Bimbingan dan Konseling dalam Mengembangkan Potensi Siswa di Sekolah. *Journal for Islamic Social Sciences*, 2(1), 17–28.
- Umar, H. (2000). *Metodologi Penelitian*. Gramedia Pustaka Umum, Jakarta.
- Wiladantika, Dharsana, S. (2014). Modeling Untuk Meminimalisir Perilaku Agresif Siswa Kelas Xi Bahasa Sma Negeri 2 Singaraja. *E-Journal Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling*, 2(1). Retrieved from <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/viewFile/3717/2976>

---

**Article Information (Supplementary)****Conflict of Interest Disclosures:**

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.

**Copyrights Holder:** <authors> <year>**First Publication Right:** JIBK Undiksha

<https://doi.org/10.xxxx/xxxxx>

Open Access Article | CC-BY Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Word Count: