

Penerapan Teori Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Self Heterosexuality

Diah Dwi Qudharyanti¹

¹ Universitas Pendidikan Ganesha

*Corresponding author, e-mail: qudharyanti@gmail.com

Received 25, 10, 2017;
Revised 27 11, 2018;
Accepted 30, 11, 2018;
Published Online 12, 2018

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: This research is a type of action research in counseling which aims to determine the increase in self heterosexuality of Class X MIPA 5 students of SMA N 2 Singaraja after implementing behavioral counseling with modeling techniques. The subjects of this study were 32 students from Class X MIPA 5 SMA N 2 Singaraja. This study consisted of 2 cycles in which each cycle went through the stages of identification, diagnosis, prognosis, counseling / treatment, evaluation / follow up, and reflection. The process of collecting data in this study using the Self Heterosexuality questionnaire linkert scale pattern and descriptive analysis. Based on the results of the analysis found that the category of Self-Heterosexuality students in the first cycle (Classical Guidance), Very high 0 people (0%), High 28 people (87%), moderate 4 people (13%) and Low 0 people (0%) and very low 0 people (0%). In cycle II (Classical Guidance) a good improvement has occurred. This can be seen from the results of the questionnaire obtained by students namely students who are categorized very high 7 people (22%), students who are categorized high as 25 people (78%), and there are no students who are in the moderate, low, and very low categories. This shows that there has been a significant increase. So it can be concluded that behavioral counseling with effective modeling techniques is used to improve Self-Heterosexuality through lesson study in Class X MIPA 5 students of SMA N 2 Singaraja.

Keywords: behavioral counseling, modeling, Self Heterosexuality

How to Cite: Qudharyanti, D., D., 2018. Penerapan Teori Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Self Heterosexuality. JIBK Undiksha, V9 (N2): pp. 68-73, DOI: 10.24036/XXXXXXXXXX-X

Introduction

Dalam dunia pendidikan, sering kali dibahas dan disinggung mengenai mutu pendidikan. Mutu pendidikan yang dimaksud adalah peningkatan prestasi belajar peserta didik dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Sesuai dengan UUD 1945 tentang pendidikan dituangkan dalam Undang-Undang No. 20, Tahun 2003. Pasal 3 menyebutkan, “Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.”

Untuk mencapai tujuan pendidikan nasional, setiap sekolah memiliki beban yang sangat berat karena harus membina kecerdasan intelektual dan mendidik peserta didik agar bisa bermoral secara baik dan benar, dan bisa bersosialisasi dengan yang lain.

Menurut Kwuta, Albertus. (2012), Sekolah adalah sebuah lembaga formal yang mendidik orang-orang demi tercapainya kecerdasan berpikir dan bermoralitas. Di sekolah tidak hanya mengembangkan kecerdasan kognitif tapi juga di harapkan sekolah mampu mengembangkan kemampuan sosial siswa sesuai dengan etika dan nilai serta norma yang berlaku. Sekolah juga harus hadir sebagai sarana yang dapat mengarahkan siswa agar dapat bersosialisasi dengan orang di luar dirinya secara tepat dan benar, karena disekolah siswa harus bergaul dengan teman sebaya, guru, dan warga sekolah lainnya.

Pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial. Karena kesosialannya, dan berdasarkan kodratnya, maka ia tidak bisa hidup seorang diri. Menurut Ernst Cassirer (dalam Rasyid Alvaro, 2015), “manusia memiliki kebutuhan dan kemampuan untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan manusia yang lainnya karena setiap individu mempunyai dunia bersama dan tujuan hidup bersama dengan sesamanya, melalui hidup dengan sesamanyalah manusia akan dapat mengukuhkan eksistensinya.”

Fenomena di lapangan banyak ditemukan siswa yang kurang mampu berhubungan sosial dengan teman terutama yang berlawanan jenis . Hasil pengamatan dan hasil wawancara terhadap siswa-siswa di kelas X MIPA 5 SMA N 2 Singaraja, menunjukkan berbagai gejala perilaku terhadap aktivitas belajar maupun dalam perilaku sosial siswa di sekolah. Seperti ada sebagian siswa yang nampak menunjukkan gejala seperti perilaku lebih senang menyendiri atau menghindar dari teman lawan jenisnya, ada juga siswa yang kurang percaya diri dalam bergaul dengan teman lawan jenisnya, berdiam diri ketika melakukan diskusi kelompok dengan anggota yang heterogen, malu berkenalan dengan teman lawan jenisnya, dan ada juga yang cuek terhadap teman lawan jenisnya. Perilaku tersebut di atas, dapat disebut sebagai siswa- siswa yang memiliki Self Heterosexuality rendah.

Menurut (Dharsana 2010:1000) self heterosexuality adalah “kebutuhan untuk berhubungan dengan lawan jenis, meliputi bergaul dengan lawan jenis, kasih sayang terhadap lawan jenis, dan memiliki perhatian terhadap lawan jenis”, berdasarkan definisi tersebut maka heterosexuality mengandung 3 aspek yaitu (1) bergaul dengan lawan jenis; (2) kasih sayang terhadap lawan jenis; (3) perhatian terhadap lawan jenis.

Faktor yang paling mempengaruhi self heterosexuality pada diri siswa adalah faktor lingkungan, dimana siswa yang memiliki self heterosexuality yang rendah, merasa tidak nyaman dan tidak layak untuk berteman dengan siswa yang lain terutama yang berlawanan jenis. Pengaruh dari faktor lingkungan inilah yang membuat siswa tidak percaya diri dan menjadi siswa yang terkucilkan. Selain itu pengaruh lingkungan akan berdampak negatif kepada siswa yang kurang percaya diri dan suka menyendiri, misalnya ia akan tidak menjawab kalau ditanya oleh orang lain dan prestasinya akan menurun.

Berdasarkan fakta tersebut maka harus dipilih dengan benar cara-cara yang digunakan untuk mencegah hal-hal yang tidak diinginkan. Salah satu cara yang dapat digunakan yaitu dengan pendekatan konseling behavioral. Karena seperti yang diketahui bahwa “teori konseling behavioral adalah teori yang menekankan pada tingkah laku manusia yang pada dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan dan segenap tingkah lakunya itu dipelajari atau diperoleh karena proses latihan”, Gerald Corey (1988 : 193).

Kelebihan teori konseling behavioral adalah pendekatan behavior therapy merupakan suatu pendekatan terapi tingkah laku yang berkembang pesat dan sangat populer. Dikarenakan memenuhi prinsip-prinsip kesederhanaan, kepraktisan, kelogisan, mudah dipahami, diterapkan, dan dapat didemonstrasikan, serta adanya penekanan perhatian pada perilaku yang positif.

Konseling behavioral memiliki berbagai teknik diantaranya desentisasi sistematis, relaksasi, modeling, terapi implosive dan pembanjiran, latihan asertif, dan reinforcement. Berdasarkan teknik-teknik tersebut, dipilihlah teknik modeling untuk meningkatkan self heterosexuality siswa

Menurut Bandura (dalam Gantina, 2011 : 148) teknik modeling merupakan teknik observasi permodelan, mengobservasi seseorang sehingga orang lain tersebut membentuk ide dan tingkah laku baru, kemudian dijelaskan sebagai panduan untuk bertindak. Bandura juga menegaskan bahwa modeling merupakan

konsekuensi perilaku mencontoh atau meniru orang lain dari pengalaman, baik pengalaman langsung maupun tidak langsung, sehingga reaksi-reaksi emosional dan rasa takut seseorang dapat dihapuskan.

Dengan menerapkan pendekatan behavioral teknik modeling dapat mengubah tingkah laku siswa yaitu yang sebelumnya memiliki self heterosexuality rendah, setelah diberikan layanan bimbingan konseling maka di harapkan siswa memiliki tingkah laku baru yang diharapkan yaitu mampu bergaul dan berinteraksi sosial dengan temannya lawan jenisnya.

Penggunaan teknik modeling dalam konseling behavioral bertujuan untuk mempelajari tingkah baru dengan mengamati model dan mempelajari keterampilan yang dimiliki oleh sang model. Bandura (dalam Gantina, 2011 : 149) menjelaskan, dalam modeling, konseli mengamati seorang model, kemudian perilaku yang akan ditiru harus disimbolisasi dalam ingatan baik dalam bentuk verbal maupun latihan langsung dan diperkuat dengan memberikan penguatan dan motivasi.

Melalui penerapan konseling behavioral akan dapat meningkatkan self heterosexuality siswa, karena Guru BK akan memperlihatkan model-model yang dapat mendorong siswa untuk meningkatkan self heterosexuality baik yang model nyata (live model), ataupun model berupa simbol (symbolic model). Dengan bantuan model, siswa yang mempunyai self heterosexuality rendah akan mampu lebih terarah memperbaiki tingkah laku sesuai dengan model yang diamati dan mengubah tingkah laku lama seperti menutup diri dan kurang percaya diri dalam bergaul. Jadi self heterosexuality siswa bisa ditingkatkan dengan mengamati dan mencontoh tingkah laku model yang ada.

Penelitian yang relevan pernah dilakukan oleh Angga Mertayasa (2014) yaitu Penerapan Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling untuk meningkatkan Emotional Intellegence siswa pada kelas X MIA 7 SMA N 4 Singaraja. Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian layanan konseling behavioral dengan teknik modeling dapat meningkatkan Kecerdasan emosional siswa yang rendah. Selanjutnya penelitian dari Kadek Agus Arimbawa (2015) yaitu pengaruh konseling behavioral dengan teknik latihan asertif untuk meningkatkan interaksi sosial siswa X MIA di SMA N 1 Singaraja tahun pelajaran 2015/2016. Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konseling behavioral dapat meningkatkan interaksi sosial.

Melihat fenomena yang terjadi, maka peneliti tertarik untuk meneliti sejauh mana “ Penerapan Konseling Behavioral dengan teknik Modeling dapat meningkatkan Self Heterosexuality pada siswa kelas X MIPA 5 SMA Negeri 2 Singaraja”.

Dalam penelitian ini pun diajukan hipotesis yang berbunyi, Jika penerapan konseling behavioral dengan teknik modeling dilaksanakan secara efektif, maka self heterosexuality pada siswa kelas X MIPA 5 SMA Negeri 2 Singaraja dapat meningkat dengan baik.

Method

Penelitian ini tergolong penelitian tindakan yaitu action research guidance and counseling yang dilakukan oleh seorang guru BK di sekolah dengan penekanan pada penyempurnaan atau peningkatan proses dan praktik BK (Dharsana, 2015:200).

Tujuan utama pelaksanaan tindakan kelas adalah untuk memperbaiki/ meningkatkan praktik pembelajaran secara berkesinambungan. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X MIPA 5 yang bertempat di SMA Negeri 2 Singaraja, yang berjumlah sebanyak 32 siswa. Dalam penelitian ini subjek yang diteliti hanya sebatas siswa yang memiliki self heterosexuality rendah.

Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling sebagai variabel bebas (X), sedangkan variabel terikat (Y) dalam penelitian ini adalah self heterosexuality.

Prosedur dalam penelitian tindakan bimbingan konseling ini dilaksanakan dalam dua siklus, untuk masing-masing siklus mencakup pada tahapan antara lain: tahap identifikasi, tahap diagnosa, tahap prognosa, tahap treatment, tahap evaluasi dan tahap refleksi. Berikut adalah gambar rancangan siklus I. Dalam penelitian ini kuesioner, observasi, wawancara dan buku harian akan digunakan untuk mengukur peningkatan self heterosexuality siswa.

Hasil perubahan berupa peningkatan self heterosexuality siswa dipantau dengan kuesioner self heterosexuality, untuk melihat seberapa besar hasil penerapan konseling behavioral dengan teknik modeling untuk meningkatkan self heterosexuality siswa, maka skor hasil penyebaran kuesioner setelah treatment tersebut dilaksanakan akan dianalisis secara deskriptif.

Penelitian tindakan bimbingan konseling ini dikatakan berhasil apabila kualifikasi skor self heterosexuality siswa berada dalam kategori tinggi dan sangat tinggi dengan rentang skor berada diantara 61%-100%.

Results and Discussion

Tahap identifikasi gejala awal terdapat beberapa orang siswa yang belum mencapai persentase pencapaian skor minimal 61% yaitu dalam kategori self heterosexuality sedang dan rendah. Setelah dilaksanakan kegiatan bimbingan konseling dengan pendekatan behavioral teknik modeling selama 4 kali pertemuan pada masing-masing siklus I dan II. Hasil Penelitian bisa dilihat pada tabel persentase peningkatan skor awal, siklus I, siklus II self heterosexuality siswa kelas X MIPA 5 SMA Negeri 2 Singaraja.

Tabel 1 Persentase Peningkatan Skor Awal, Skor Siklus I, Skor Siklus II Self Heterosexuality

No Siswa	Data Awal	Persentase	Kategori	Skor Siklus I	Persentase	Kategori	Skor Siklus II	Persentase	Kategori
1	48	64%	Tinggi	53	71%	Tinggi	56	75%	Tinggi
2	49	65%	Tinggi	50	67%	Tinggi	55	73%	Tinggi
3	44	59%	Sedang	45	60%	Sedang	54	72%	Tinggi
4	44	59%	Sedang	49	65%	Tinggi	57	76%	Tinggi
5	42	56%	Sedang	50	67%	Tinggi	58	77%	Tinggi
6	49	65%	Tinggi	54	72%	Tinggi	61	81%	Sangat Tinggi
7	40	53%	Sedang	50	67%	Tinggi	60	80%	Tinggi
8	42	56%	Sedang	50	67%	Tinggi	55	73%	Tinggi
9	40	53%	Sedang	44	59%	Sedang	49	65%	Tinggi
10	47	63%	Tinggi	53	71%	Tinggi	58	77%	Tinggi
11	32	43%	Sedang	47	63%	Tinggi	58	77%	Tinggi
12	44	59%	Sedang	51	68%	Tinggi	55	73%	Tinggi
13	41	55%	Sedang	42	56%	Sedang	54	72%	Tinggi
14	44	59%	Sedang	49	65%	Tinggi	56	75%	Tinggi
15	29	39%	Rendah	54	72%	Tinggi	63	84%	Sangat Tinggi
16	41	55%	Sedang	46	61%	Tinggi	59	79%	Tinggi
17	50	67%	Tinggi	51	68%	Tinggi	61	81%	Sangat Tinggi
18	41	55%	Sedang	43	57%	Sedang	59	79%	Tinggi
19	41	55%	Sedang	47	63%	Tinggi	51	68%	Tinggi
20	45	60%	Sedang	47	63%	Tinggi	56	75%	Tinggi

21	44	59%	Sedang	47	63%	Tinggi	55	73%	Tinggi
22	43	57%	Sedang	53	71%	Tinggi	58	77%	Tinggi
23	42	56%	Sedang	52	69%	Tinggi	57	76%	Tinggi
24	33	44%	Sedang	50	67%	Tinggi	60	80%	Tinggi
25	37	49%	Sedang	48	64%	Tinggi	54	72%	Tinggi
26	39	52%	Sedang	50	67%	Tinggi	64	85%	Sangat Tinggi
27	40	53%	Sedang	54	72%	Tinggi	62	83%	Sangat Tinggi

Adapun pembahasan dari hasil penelitian ini, menunjukkan bahwa konseling behavioral dengan teknik modeling jenis simbolyc models dapat meningkatkan self Heterosexuality siswa. Pada data awal terdapat 25 orang siswa yang belum mencapai persentase pencapaian skor minimal 61% yaitu dalam kategori self heterosexuality sedang dan rendah. Kemudian setelah dilaksanakan layanan bimbingan klasikal pada siklus I dengan 4 kali pertemuan, menunjukkan bahwa dari 32 jumlah siswa kelas X MIPA 5 SMA Negeri 2 Singaraja, dalam kategori tinggi 28 orang (87,5%), dan kategori sedang 4 orang (12,5%). Masih terdapat 4 orang siswa yang masih memiliki self Heterosexuality yang belum mencapai katagori tinggi ke atas yaitu masih berada dalam katagori sedang. Oleh karena itu perlu diberikan layanan bimbingan dan konseling pada siklus II.

Pada Siklus II, Hasil tes akhir menunjukkan bahwa telah terjadi peningkatan self Heterosexuality siswa. Dari 32 jumlah siswa, hasil self Heterosexuality siswa yaitu Sangat Tinggi 7 orang siswa (22%), dan Tinggi 25 orang siswa (78%).

Peningkatan tersebut berbeda-beda antara siswa yang satu dengan siswa yang lainnya. Perbedaan tersebut terjadi karena perbedaan karakter, kemampuan, dan kesadaran siswa itu sendiri dalam mengikuti setiap layanan. Sehingga hipotesis tindakan yang diajukan dapat diterima yaitu jika layanan konseling behavioral dengan teknik modeling dilaksanakan secara efektif, maka dapat meningkatkan self Heterosexuality siswa kelas X MIPA 5 di SMA Negeri 2 Singaraja.

Berdasarkan hasil yang diperoleh tersebut, menunjukkan bahwa konseling behavioral dengan teknik modeling jenis simbolyc models dapat meningkatkan self Heterosexuality siswa. Semua itu tidak terlepas dari rancangan pemberian layanan konseling yang memberikan kesempatan dan peluang pada siswa untuk berani mengemukakan masalahnya, berani memberikan pemecahan, komitmen diri untuk meningkatkan dan mengembangkan diri ke arah yang lebih baik, melatih diri untuk meningkatkan self Heterosexuality dengan mengikuti kegiatan bimbingan klasikal. Berdasarkan uraian tersebut di atas, maka hasil yang diperoleh dalam penelitian ini telah sesuai dan didukung teori yang ada. Dengan demikian, hasil penelitian ini telah menunjukkan bahwa penerapan konseling behavioral dengan teknik modeling efektif untuk meningkatkan self Heterosexuality pada siswa kelas X MIPA 5 SMA Negeri 2 Singaraja.

Conclusion

Hasil penelitian dan pembahasan yang dilakukan di kelas X MIPA 5 SMA Negeri 2 Singaraja menunjukkan bahwa siswa sudah menunjukkan perilaku self heterosexuality seperti siswa mampu bergaul dengan teman lawan jenisnya di kelas, mengobrol dan bercanda, dan memberikan perhatian terhadap teman lawan jenisnya. Kecenderungan self Heterosexuality pada siswa kelas X MIPA 5 SMA Negeri 2 Singaraja pada skor awal sebelum siklus I dan II tergolong rendah dan sedang. Setelah diberikan treatment konseling behavioral dengan teknik modeling pada siklus I kecendrungan self Heterosexuality pada siswa sudah meningkat menjadi sedang dan tinggi. Kemudian diberikan kembali treatment konseling behavioral dengan teknik modeling pada siklus II, self Heterosexuality pada siswa sudah menjadi tinggi dan sangat tinggi.

Bagi siswa kelas X MIPA 5 SMA Negeri 2 Singaraja yang kecenderungan self Heterosexuality siswa semula rendah, namun setelah diberikan treatmen konseling behavioral dengan teknik modeling sudah bisa

meningkat menjadi tinggi, diharapkan dapat mempertahankan peningkatan self Heterosexuality tersebut agar tidak mengalami penurunan self Heterosexuality kembali.

Acknowledgment

References

- Corey, G. 2003. teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi. Bandung : PT. Refika Aditama
- Dharsana, Ketut. 2007. Dasar-dasar Konseling Seri 2. Undiksha: Singaraja
- Dharsana, I Ketut. 2015. seri RPBK utuk pengembangan variabel terkat bakat. Singaraja: Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Undiksha
- Dharsana, Ketut, 2010. Diktat konseling karir dan problematika konseling. Singaraja : Universitas Pendidikan Ganesha
- Gantina., Eka Wahyuni dan Karsih, 2011. Teori dan Teknik Konseling. Jakarta : PT. Indeks
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Sisdiknas). 2011. Jakarta: SL Media.

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: < Qudharyanti > <2018>

First Publication Right: JIBK Undiksha

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

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

Word Count: 2682

