

Konseling Behavioral dengan Teknik Sociodrama Melalui Lesson Study Untuk Meningkatkan Self-Succorance

Ni Putu Diah Ariandani^{1*}, Nyoman Dantes², I Ketut Dharsana³

^{1,2,3} Universitas Pendidikan Ganesha

*Corresponding author, e-mail: diahariandani12@gmail.com

Received 05, 27, 2019;
Revised 06, 19, 2019;
Accepted 06, 27, 2019;
Published Online 06, 2019

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: The first objective of this study was to know the extent of effectiveness of the implementation of behavioral counseling theory by using sociodrama technique to improve self-succorance of grade VII students of SMP Lab. Undiksha Singaraja, The second objective of this study was to know the difference of self-succorance between the students who were given behavioral counseling by using sociodrama technique and the students who were not given behavioral counseling by sociodrama technique on grade VII of SMP Lab. Undiksha Singaraja. This was an experimental study with non-equivalent pre-test post-test control group design. The population of this study was the students of grade VII of SMP Lab. Undiksha. The study sample was taken by using random sampling technique, in which it was found that 103 students had moderate and low self-succorance. From the 103 students who were selected as members of the sample, it was randomly selected 1 class as the experimental group and the other 1 class as the control group. The data collection method of self-succorance in the study used the observation method, interview, diary and self-cycles questionnaire of Likert scale. The analysis method of the hypothesis test used was the t-test. The results of this study indicated that there was effectiveness of the implementation of Behavioral Counseling by using Sociodrama technique to improve self-Succorance of grade VII students of SMP Lab. Undiksha, and there was a difference of self-Succorance between the students who were given behavioral counseling by using sociodrama technique and the students who were not given..

Keywords: Behavioral counseling, sociodrama technique, self-succorance

How to Cite: Ariandani, N., P., D., Dantes, N., Dharsana, I., K., 2019. Konseling Behavioral dengan Teknik Sociodrama Melalui Lesson Study Untuk Meningkatkan Self-Succorance. JIBK Undiksha, V10 (N1): pp. 16-23, DOI: 10.24036/XXXXXXXXXX-X

Introduction

Sebagai lembaga formal, sekolah berperan dalam proses pendidikan yang menekankan pada tiga aspek yang harus mampu dicapai oleh peserta didik, yaitu aspek kognitif, afektif dan psikomotor. Ketiga aspek atau ranah tersebut tidak dapat dipisahkan dan erat kaitannya dengan pendidikan dan keberhasilan siswa dalam pendidikan. Pendidikan seharusnya mampu menjadi ruang bagi peserta didik (generasi bangsa) untuk memperoleh dan mengembangkan pengetahuan, keterampilan dan nilai-nilai sebagai bekal dalam menghadapi persaingan dunia yang kompetitif ini. Di samping disediakannya kesempatan yang seluas-luasnya, namun yang penting adalah memberikan pendidikan yang bermakna.

Masa remaja merupakan periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, melibatkan perubahan biologis, kognitif dan sosial. Perubahan biologis ditandai dengan pertumbuhan tinggi badan, perubahan hormonal dan kematangan organ seksual yang ditandai dengan pubertas Remaja sebagai pribadi yang sedang mengalami dinamika dalam proses mencari jati diri menuju dewasa, membutuhkan kehadiran orang lain sebagai elemen yang penting bagi perkembangan mereka. Pada masa remaja, seseorang memang merasa lebih senang untuk menghabiskan waktu dengan teman-teman sepermainan dan meningkatnya minat remaja terhadap relasi interpersonal. (Yunairrahmah 2014).

Manusia secara hakiki merupakan makhluk sosial, sejak dilahirkan membutuhkan pergaulan dengan orang-orang lain untuk memenuhi berbagai kebutuhan-kebutuhannya (Gerungan, 2010: 26). Sebagai makhluk sosial, dalam melakukan proses interaksi dengan lingkungannya dapat dipastikan pernah mengalami adanya rasa marah, jengkel, muak, frustrasi, emosi yang dituangkan dalam bentuk perilaku. Mitos yang sering dipercaya tentang ciri remaja yang sedang berkembang adalah sebagai permunculan tingkah laku yang negatif, seperti suka melawan, gelisah, periode badai, tidak stabil dan berbagai label buruk lainnya. Remaja memperlihatkan tingkah laku negatif, karena lingkungan yang tidak memperlakukan mereka sesuai dengan tuntutan atau kebutuhan perkembangan mereka. Di sekolah, anak bebas mengekspresikan potensi – potensi, keterampilan yang dimilikinya serta dapat disalurkan secara positif melalui kegiatan ekstrakurikuler maupun organisasi siswa lainnya. Jika anak belum mampu memahami dirinya sendiri serta belum mampu menyalurkan potensi yang dimiliki maka anak menjadi kurang berprestasi, tidak percaya diri.

Di sekolah, sikap belajar siswa yang kurang baik dapat berupa malas mengerjakan pelajaran di sekolah maupun pekerjaan di rumah, tertekan karena tugas yang berat, merasa menyerah ketika menghadapi soal-soal pelajaran baik berupa soal ulangan atau ujian. Perasaan tertekan yang berulang kali terjadi pada diri siswa tersebut dapat mengganggu proses berpikir secara normal sehingga berpengaruh kepada prestasi belajar siswa baik dari akademis maupun non akademis. Untuk mencapai kesuksesan dalam belajar maka yang harus dimiliki siswa adalah Self Succorance. Self Succorance adalah kebutuhan seseorang memberi bantuan kepada orang lain, kebutuhan seseorang memberikan pertolongan kepada orang lain, dan kebutuhan seseorang memiliki sifat simpati, Self Succorance nantinya akan berpengaruh untuk siswa kedepannya didalam pergaulan mereka sehari-hari baik dalam prestasi akademis maupun non akademis. Terkait dengan permasalahan tersebut, kenyataan di lapangan menggambarkan bahwa dengan adanya Bimbingan Konseling di sekolah dapat menangani berbagai permasalahan yang memang merupakan kajian dari tugas BK. Kondisi yang terjadi di lapangan tersebut, mengindikasikan bahwa Self succorance siswa masih ada pada kategori kurang dan perlu untuk di tingkatkan. Guru BK/Konselor sebagai bagian dari pendidik, memiliki kontribusi penting terhadap keberhasilan siswa, maka sudah semestinya untuk andil dalam memberikan pelayanan konseling dengan mengupayakan teknik yang efektif dan efisien untuk membantu siswa mencapai keberhasilan akademiknya, khususnya dalam meningkatkan Self succorance siswa. (Purwanto 2017).

Berdasarkan pengamatan peneliti di SMP Laboratorium Undiksha di kelas VII dari 26 siswa peneliti melihat 57,70% siswa ditemukan beberapa siswa yang menunjukkan gejala-gejala seperti sering mengeluh jika membantu orang lain, belum mampu mendapatkan dukungan kepada orang lain dan kurang memiliki rasa simpati kepada orang lain peneliti menemukan 42,30 % siswa lainnya memiliki gejala-gejala seperti mampu membantu orang lain dengan baik, mampu memberikan dukungan kepada orang lain dan memiliki sifat simpati kepada orang lain.

Terkait dengan permasalahan tersebut, peran BK di sekolah sangatlah penting yaitu salah satunya menjadi fasilitator yang membantu atau memfasilitasi siswa dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi dengan memberikan suatu bimbingan maupun konseling. Ketika melaksanakan konseling, Guru BK tidak langsung memberikan nasehat atau solusi namun meminta konseli untuk mencari sendiri solusi yang akan dilakukan terkait dengan permasalahan yang dialami dan Guru BK mengarahkan hingga mendapatkan solusi. Hal tersebut bertujuan untuk memotivasi siswa dan mengembangkan sedikit demi sedikit Self Succorance yang ada dalam diri siswa. Dalam hal ini, hasil yang didapatkan belum optimal sehingga masih banyak terlihat siswa-siswa saat menghadapi suatu permasalahan kurang dapat mengatasinya sehingga masalah atau kesulitan yang dihadapi dibiarkan berlalu begitu saja dan menimbulkan masalah yang baru. Berdasarkan Pemikiran tersebut serta kenyataan yang ada di lapangan maka digunakan “Penerapan Teori Konseling Behavioral dengan Teknik Soiodrama Melalui Lesson Study Untuk Meningkatkan Self Succorance Pada siswa kelas VII SMP Laboratorium Undiksha”. Dengan menggunakan

Teori dan Teknik tersebut diharapkan siswa nantinya bisa meningkatkan Self Succorance siswa sehingga mampu memiliki Self Succorance yang tinggi dalam diri siswa.

Menurut Dharsana Self succorance adalah kebutuhan untuk mendapatkan bantuan orang lain, meliputi dapat memberikan bantuan kepada orang lain apabila dalam keadaan susah, mencari dukungan dari orang lain, memiliki sifat simpati terhadap orang lain, Memberikan pertolongan kepada orang lain. Selain dengan melakukan pengamatan, peneliti juga melakukan wawancara untuk menguatkan data yang diperoleh. Hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap siswa kelas VII di SMP Laboratorium UNDIKSHA Singaraja, diketahui bahwa perilaku siswa tergolong pada 2 kategori yaitu siswa yang tergolong memiliki self succorance tinggi dan siswa yang tergolong memiliki self succorance rendah. Adapaun siswa yang tergolong memiliki self succorance tinggi adalah siswa dapat memberikan bantuan kepada orang lain, memberikan dukungan, dan memiliki rasa sifat simpati. Adapun faktor-faktor yang menyebabkan siswa memiliki Self Succorance, yaitu gangguan biologis dan penyakit, lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan pengaruh budaya negative. Upaya yang dilakukan disekolah untuk mengatasi permasalahan tersebut belum sepenuhnya mencapai hasil yang optimal kemudian dari pihak Guru BK juga memberikan layanan informasi terkait siswa mengetahui pentingnya self succorance dalam menentukan keberhasilan siswa. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan self succorance siswa yaitu melalui pendekatan Konseling Behavioral.

Konseling behavioral konselor memandang bahwa kelainan perilaku yang ditunjukkan oleh klien merupakan sebuah kebiasaan yang dipelajari, karena itu dapat diubah dengan mengganti situasi positif yang direkayasa sehingga perilaku klien yang menyimpang dapat berubah menjadi positif. Proses konseling behavioral dapat berjalan dengan lancar sesuai dengan tujuan yang diharapkan apabila pelaksanaannya tidak hanya melibatkan partisipasi konselor melainkan juga mengikutsertakan klien. Selain itu penggunaan dan pemilihan teknik yang tepat juga memiliki posisi penting terhadap keberhasilan konseling.

Tujuan dari konseling behavioral adalah: “untuk membantu klien membuang respon-respon yang lama yang merusak diri, dan mempelajari respon-respon yang baru yang lebih sehat, selain itu bertujuan untuk memperoleh perilaku baru, mengeliminasi perilaku yang maladaptif dan memperkuat serta mempertahankan perilaku yang diinginkan

Muhamad Surya (1988:186) memaparkan bahwa dalam konsep behavioral, perilaku manusia merupakan hasil belajar, sehingga dapat diubah dengan memanipulasi dan mengkreasi kondisi-kondisi belajar. Pada dasarnya, proses konseling merupakan suatu penataan proses atau pengalaman belajar untuk membantu individu untuk mengubah perilakunya agar dapat memecahkan masalahnya. (Antari, Suarni, and Sulastris 2013; Armasari, Dantes, and Sulatri 2013; AZIZAH 2017; Damayanti and Aeni 2016; Gading, Nisa, and Lestari 2017; Hanafi 2017; Handayani, Dharsana, and Dharmayanti 2017; Putu et al. 2014; Saraswati et al. 2012; Suandewi, Sedanayasa, and Antari 2014; Sutawan, Dantes, and Made Sulastris 2014; Tresna 2011; Wiladantika, Dharsana, and Suranata 2014; Wulandari, Dantes, and Lestari 2017; Yani, Dharsana, and Suranata 2014). Salah satu penelitian ini digunakan adalah pengondisian operan, dengan teknik sosiodrama.

Sosiodrama merupakan dramatisasi dari persoalan-persoalan yang dapat timbul dalam pergaulan dengan orang-orang lain, termasuk konflik yang sering dialami dalam pergaulan sosial. Teknik sosiodrama dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri siswa dalam membuat rencana dan keputusan yang tepat. Pada teknik sosiodrama, siswa juga diharapkan memperoleh suatu dorongan atau kekuatan untuk menjaga hubungan interaksi dengan sesama (hubungan interpersonal), dimaksudkan agar siswa mampu belajar menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekitar, lingkungan yang dimaksud meliputi lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat (Natawijaya, R. 1987: 33). Teknik sosiodrama dijadikan alat untuk mengatasi siswa yang memiliki kemampuan interaksi sosial yang rendah, dikarenakan teknik sosiodrama memiliki kelebihan yaitu dapat membantu siswa dalam memahami seluk-beluk kehidupan dan suatu permasalahan khususnya permasalahan sosial atau konflik-konflik sosial (Romlah, T. 2001: 104). Terkait dengan permasalahan tersebut, peran BK di sekolah sangatlah penting yaitu salah satunya menjadi fasilitator yang membantu atau memfasilitasi siswa dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi dengan memberikan suatu bimbingan maupun konseling. Ketika melaksanakan konseling, Guru BK tidak langsung memberikan nasehat atau solusi namun meminta konseli untuk mencari sendiri solusi yang akan dilakukan terkait dengan permasalahan yang dialami dan Guru BK mengarahkan hingga mendapatkan solusi. Hal tersebut bertujuan untuk memotivasi siswa dan

mengembangkan sedikit demi sedikit Self Succorance yang ada dalam diri siswa. Dalam hal ini, hasil yang didapatkan belum optimal sehingga masih banyak terlihat siswa-siswa saat menghadapi suatu permasalahan kurang dapat mengatasinya sehingga masalah atau kesulitan yang dihadapi dibiarkan berlalu begitu saja dan menimbulkan masalah yang baru.

Method

Jenis Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan konseling behavioral guna mengembangkan self succorance siswa, sehubungan dengan ini dilakukan dengan metode eksperimen. Metode ini digunakan untuk menguji pengaruh suatu konseling behavioral terhadap Self Succorance. Rancangan penelitiannya adalah: Pretest - Posttest Control Grup Disign. Rancangan Penelitian Posttest Only Control Group Design.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik "Simple Random Sampling" dengan cara undian. Sehingga, dapat diketahui sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII-2 dan VII-4. Penelitian ini memiliki dua variable yaitu variable terikat dan variable bebas. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah 1) kuesioner, 2) metode observasi, 3) metode wawancara, 4) buku harian 5) pencatatan dokumen.

Penelitian ini menggunakan kuesioner pola Likert dengan 5 alternatif jawaban dengan skala 1 sampai 5. Jumlah butir pernyataan sebanyak 30 butir, maka skor maksimal idealnya adalah $30 \times 5 = 150$, sedangkan skor minimal idealnya $30 \times 1 = 30$. Rerata hitung idealnya adalah $\frac{1}{2} \times (150 + 30) = 90$. Standar deviasinya adalah $\frac{1}{6} \times (150-30) = 20$. Sebelum dilakukan uji hipotesis, terlebih dahulu harus dilakukan uji prasyarat untuk mengetahui kelayakan data yang akan dianalisis. Uji prasyarat yang dilakukan meliputi uji normalitas dan homogenitas. Uji normalitas dilakukan dengan uji Kolmogorov-smirnov dengan bantuan program SPSS-PC 20.0 for Windows.

Results and Discussion

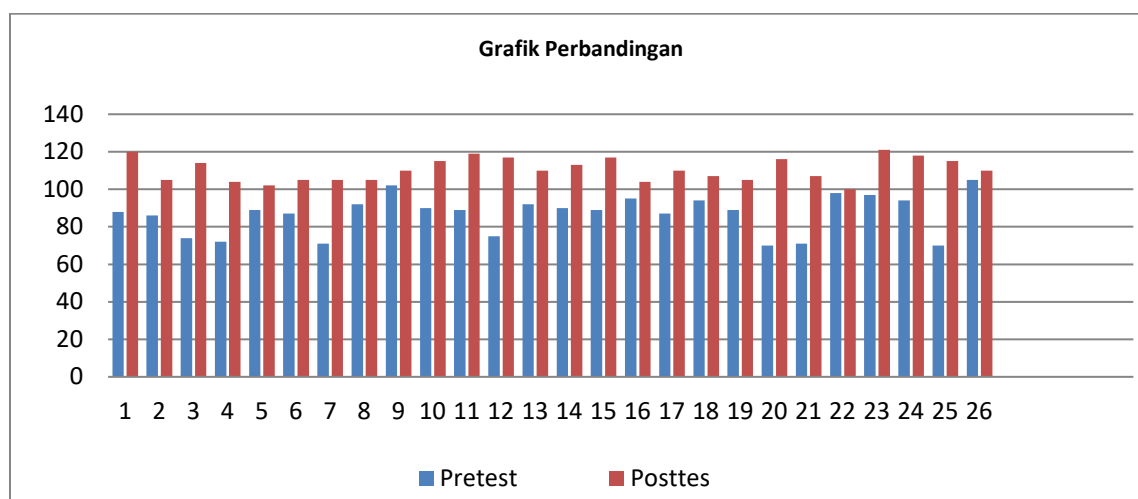
Kegiatan observasi ini dilakukan pada saat siswa sedang belajar di kelas dengan ijin guru mata pelajaran untuk ikut kedalam kelas selama jam pelajaran. Tujuan dari kegiatan observasi ini adalah untuk mengetahui perilaku siswa terkait self-succorance yang dijadikan variable terikat dalam penelitian ini. Hasil observasi di lanjutkan dengan melakukan wawancara untuk mendapatkan data yang lebih akurat, peneliti juga memberikan buku harian terhadap siswa. Selain data buku harian siswa, peneliti juga memberikan "Pre-Test dan Post-Test" terhadap siswa menggunakan Kuesioner "Self-Succorance" sebelum dan sesudah dilakukan "treatment" menggunakan konseling Behavioral. Data pre-test digunakan untuk menentukan siswa yang berada kategori tinggi, sedang, dan rendah. Hal ini dilakukan untuk memperkuat data awal hasil observasi yang sudah dimiliki. Selanjutnya peneliti menentukan kelas control dan kelas eksperimen dengan cara diundi. Kedua kelompok tersebut diberikan kuesioner self-succorance yang hasilnya akan menjadi data pretest. Selanjutnya kelompok eksperimen diberikan treatment menggunakan konseling behavioral dengan teknik sosiodrama, dan kelompok control tidak diberikan treatment. Terakhir kedua kelompok diberikan kuesioner self succorance kembali sebagai data posttest. Skor pretest dan post test disajikan dalam tabel dibawah ini:

Tabel 1 Rekapitulasi Data Skor Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
Nama	Pretest	Posttest	Nama	Pretest	Posttest
CSDS	80	120	Aditya	65	86
D M AP	73	110	Budiartawan	66	93
DMAS	80	114	Mulyawan	66	87
DJRS	72	118	Victor	67	86
DMPP	78	120	Bayu	66	80
I DKW DK	78	125	Natama	68	86
I G AW	73	119	Pramudya	78	83
Ii AA H	72	116	Brahmanandhini	66	83
K AAM	77	119	Ariel	70	86
KBAY M	80	118	Hendrawan	60	93

KBHP	83	117	Dewi	75	85
KF Y	75	120	Mareta	65	86
KjS	80	118	Angelia	68	89
KKIS	81	119	Arnawa	75	83
KNA	70	120	Isyana	79	85
KAP	72	120	Tjahjono	78	93
L.S V	79	117	Yuana	68	85
LAPS	78	125	Gayatri	63	82
MA LN	79	122	Wedayani	69	80
NPDM	73	120	Yasa	78	79
NDP	71	120	Widjaya	61	95
NUA	70	125	Vebriana	61	90
[PAD	79	119	Natalia	80	82
PHK	73	121	Gita	66	89
PPVT	77	124	Nasrany	63	89
I IG SS	73	125	Tannady	63	81
Total	1976	2941		1784	2090
Rata-Rata	76	119,65		68,62	86,00

Berdasarkan data dalam tabel diatas hasil analisis pretest 26 siswa menunjukkan adanya peningkatan skor dari pretest ke posttest. Bisa diamati bahwa dari score rata-rata yang di peroleh cukup tinggi pada kelompok eksperimen rata-rata pretest 76 ke rata-rata posttest 119,65. Pada kelompok kontrol juga terdapat peningkatan, yaitu dengan rata-rata pretest 68,62 ke rata-rata posttest 86,00. Berdasarkan data yang dipaparkan diatas didapatkan perhitungan rata-rata skor pretest dan posttest kelompok eksperimen dan kelompok control seperti terlihat pada grafik di bawah ini:



Gambar 1 Rata-rata skor pretest dan posttest kelompok eksperimen dan kelompok control

Tabel dan grafik diatas menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata pretest dan post tes yang signifikan pada kelompok eksperimen maupun kelompok control. Rata-rata pretest pada kelompok eksperimen diperoleh 76 setelah diberikan treatment Konseling Behavioral dengan teknik Sosiodrama rata-rata posttest dari kelompok eksperimen meningkat menjadi 119,65 Dan untuk kelompok kontrol yang tidak diberikan treatment rata-rata pretest nya yaitu 68,62 dan rata-rata posttest nya yaitu 86,00. Dapat dilihat bahwa kelompok eksperimen yang diberikan treatment Konseling Behavioral dengan teknik sosiodrama mengalami peningkatan yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya diberikan bimbingan sesuai layanan Bimbingan Konseling.

Dengan demikian dapat diprediksikan bahwa Penerapan Konseling Behavioral dengan Teknik Siodrama efektif untuk meningkatkan Self succorance Melalui Lesson Study siswa kelas VII di SMP Lab.Undiksha Singaraja. Uji statistik normalitas dilakukan dengan menggunakan uji statistik Kolmogorov-smirnov dengan bantuan program SPSS-PC 16.0 for Windows. Pengujian dilakukan pada unit analisis yang terdiri dari kelompok eksperimen dan kelompok control, didapatkan nilai Kolmogorov-Smirnov sebesar 0,838 dengan nilai signifikansi 0,484. Nilai signifikansi ini lebih besar dari 0,05 sehingga dapat dikatakan bahwa hipotesis nol diterima. Jadi data hasil penelitian kelompok yang diberikan konseling behavioral dengan teknik siodrama berdistribusi normal. Uji homogenitas varian dilakukan dengan uji F. Uji ini dilakukan untuk mencari tingkat kehomogenan kelompok control dan kelompok eksperimen

Kriteria pengujian tolak H_0 jika $F_{hit} < F_{tabel}$. Pengujian dilakukan pada taraf signifikansi 5% dengan derajat kebebasan untuk pembilang n_1-1 dan derajat kebebasan untuk penyebut n_2-1 . Hasil analisis diatas $F_{hit} = 0,63$ dengan taraf signifikansi 5% dengan $DF_1 = 2-1$, $DF_2 = 26-1$, dengan $F_{tabel} 4,24$ maka didapatkan data variable antara kelompok eksperimen dan kelompok control homogeny.

Analisis data dalam penelitian ini termasuk analisis data kuantitatif, yaitu analisis yang didasarkan pada nilai kuantitatif variabel bebas (Konseling Behavioral) terhadap satu variable terikat (Self-succorance). Untuk mengetahui pengaruh dari variabel bebas terhadap variabel terikat dapat dilihat dari perbedaan pretest dengan posttest. Data yang dianalisis menggunakan uji-t atau t-test untuk mengetahui pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat dilihat dari perbedaan pretest dan posttest dan gain skor ternormalisasi

Adapun bunyi hipotesis pertama yaitu Penerapan konseling Behavioral dengan Teknik Siodrama efektif untuk meningkatkan Self Succorance Melalui Lesson Study siswa kelas VII di SMP Lab.Undiksha Singaraja. Dalam uji hipotesis ini, peneliti menggunakan perhitungan t-test kooperatif. Berdasarkan nilai uji t di atas diperoleh thitung sebesar 32,43, dengan ttabel taraf signifikansi 0,05 sebesar 1,7108 maka $32,43 \geq 1,7108$ sehingga dapat disimpulkan H_1 diterima. Maka dapat diambil keputusan sebagai berikut: H_0 ditolak dan H_a diterima. Dari hasil perbandingan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian dinyatakan signifikan dengan kata lain hipotesis penelitian diterima, maka dapat disimpulkan "Konseling behavioral dengan teknik siodrama efektif untuk meningkatkan self-succorance Melalui Lesson Study siswa kelas VII di SMP Lab.Undiksha Singaraja.

Berdasarkan nilai uji t di atas diperoleh thitung sebesar 32,43, dengan ttabel taraf signifikansi 0,05 sebesar 1,7108 maka $32,43 \geq 1,7108$ sehingga dapat disimpulkan H_1 diterima. Maka dapat diambil keputusan sebagai berikut: H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dari hasil perbandingan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian dinyatakan signifikan dengan kata lain hipotesis penelitian diterima, maka dapat disimpulkan "Konseling behavioral dengan teknik siodrama efektif untuk meningkatkan self-succorance Melalui Lesson Study siswa kelas VII di SMP Lab.Undiksha Singaraja.

Rumusan hipotesis kedua pada penelitian ini yaitu terdapat perbedaan self succorance siswa kelas VII yang diberikan konseling behavioral dengan teknik siodrama dan yang tidak di berikan konseling behavioral dengan teknik siodrama. Berdasarkan nilai uji t di atas diperoleh thitung sebesar 30,60 dengan ttabel taraf signifikansi 0,05 sebesar 2,00 maka $30,60 \geq 2,00$. Maka dapat diambil keputusan sebagai berikut: H_0 ditolak dan H_a diterima. Dari hasil perbandingan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian dinyatakan signifikan dengan kata lain hipotesis penelitian diterima sehingga terdapat perbedaan Self Succorance siswa kelas VII yang diberikan konseling Behavioral dengan Teknik Siodrama Melalui Lesson Study dan yang tidak di berikan konseling Behavioral dengan Teknik Siodrama. Diperkuat dengan adanya penelitian yang pertama oleh I Wayan Suardika, yang meneliti tentang self succorance siswa yang rendah. Penelitian ini menemukan adanya Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Relaksasi Untuk Meningkatkan Self Succorance Siswa Kelas VII SMP Lab Undiksha.

Berdasarkan hasil analisis, ditemukan bahwa kategori self succorance siswa pada siklus I sampai siklus 3 adalah katagori sangat rendah 14 orang (38%), sedang 8 orang (22%), kategori tinggi 7(19%) orang, dan kategori sangat tinggi 7 orang (19%). Jika dibandingkan dengan kategori skor self succorance siswa pada siklus IV sebagai berikut siswa dengan kategori sangat tinggi 33 orang (91%), kategori tinggi 3 orang (8%) dan tidak ada siswa yang memiliki kategori sangat rendah, rendah, dan sedang. Ini menunjukkan sudah ada peningkatan secara signifikan. Jadi dapat disimpulkan bahwa konseling behavioral dengan teknik relaksasi efektif digunakan untuk meningkatkan self succorance siswa kelas VII.1 SMP Negeri 2 Singaraja.

Conclusion

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa Konseling Behavioral dengan teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan self succorance melalui Lesson Study siswa kelas VII di SMP Lab. Undiksha Singaraja, dan Terdapat perbedaan Self Succorance siswa kelas VII yang diberikan konseling Behavioral dengan Teknik Sosiodrama dan yang tidak di berikan konseling Behavioral dengan Teknik Sosiodrama. Disarankan kepada Guru Bimbingan Konseling disekolah agar mampu menerapkan konseling Behavioral tehnik sosiodrama untuk meningkatkan self succorance Melalui Lesson Study siswa.

Acknowledgment

References

- Antari, Ni Made Seni, Ni Ketut Suarni, and Made Sulastrri. 2013. "Penerapan Konseling Behavioral Teknik Asertif Untuk Meminimalisir Munculnya Perilaku Prokrastinasi Akademik Kelas X 4 Sma Laboratorium Undiksha."
- Armasari, ayu km kurnia dwi, Nym Dantes, and md Sulatri. 2013. "Penerapan Model Konseling Behavioral Dengan Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Meminimalisasi Tingkat Kecemasan Dalam Proses Pembelajaran Siswa Kelas VIII A2 Smp Negeri 2 Sawan Tahun Pelajaran 2012/2013." Retrieved (<https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/viewFile/3731/2990>).
- Azizah, N. U. R. 2017. "Efektivitas Konseling Behavioral Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Minat Belajar Peserta Didik Kelas Viii Smp Kartika Ii-2 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018." Retrieved (<http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/konseli/article/view/572>).
- Damayanti, Rika and Tri Aeni. 2016. "Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Mengatasi Perilaku Agresif Pada Peserta Didik Kelas Viii B Smp Negeri 07 Bandar Lampung." *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)* 3(1):1-10. Retrieved (<http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/konseli/article/view/572>).
- Dimitrov. 2003. "Pretest-Posttest Designs and Measurement of Change." *Work (Reading, Mass.)* 20(2):159-65.
- Gading, I. Ketut, Umrotun Nisa, and Luh Putu Sri Lestari. 2017. "Keefektifan Konseling Behavioral Teknik Modeling Dan Konseling Analisis Transaksional Teknik Role Playing Untuk Meminimalkan Kecenderungan Perilaku Agresif Siswa Sekolah Menengah Atas." *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling* 2(4). Retrieved (<http://journal2.um.ac.id/index.php/jkbk/article/view/1372>).
- Hanafi, Arif. 2017. "Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Menggunakan Teknik Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Di Kelas VII Smp Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018." Retrieved (<http://repository.radenintan.ac.id/2380/>).
- Handayani, Kadek Ayu, I. Ketut Dharsana, and Putu Ari Dharmayanti. 2017. "Pengaruh Teori Konseling Kognitif Behavioral Dengan Teknik Modeling Sengkuni Melalui Lesson Study Terhadap Self Deference Pada Siswa Kelas X3 Sma Negeri 1 Sukasada." *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha* 8(2).
- Purwanto, Muslih & Wibowo &. 2017. "Jurnal Bimbingan Konseling Konseling Behavioral Menggunakan Teknik Kontrak Perilaku Dengan Students ' Logbook Untuk Meningkatkan Minat Membaca Siswa Abstrak." [Http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk](http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk) *Konseling* 6(1):34-43.
- Putu, Ni, Eka Junita, Ni Ketut Suarni, and Dewi Arum Wmp. 2014. "Kecemasan Siswa Dalam Menyampaikan Pendapat Kelas VIII Di Smp Negeri 2 Singaraja Universitas Pendidikan Ganesha." (1). Retrieved (<https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/3650>).
- Saraswati, Komang Ary, Nyoman Dantes, Made Sulastrri, Jurusan Bimbingan Konseling, and Universitas Pendidikan Ganesha. 2012. "Penerapan Konseling Behavioral Teknik Penguatan Positif Untuk Meningkatkan Keterampilan Berkomunikasi Antar Pribadi Siswa."
- Suandewi, Paramita Pertiwi, Gede Sedanayasa, and Madri Ni Nengah Antari. 2014. "Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Pemberian Reward Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VII A3 Smp Negeri 2 Sawan Tahun Ajaran 2013/2014." *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling* 2(1). Retrieved (<https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/3731>).

- Sutawan, I.Komang Gede, Nyoman Dantes, and M.Pd Made Sulastri. 2014. "Penerapan Teori Konseling Behavioral Dengan Teknik Perkuatan Positif Untuk Meningkatkan Harga Diri Pada Siswa Kelas XI Ipa 4 SMA Negeri 4 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014." *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling* 2(1). Retrieved (<https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/4332>).
- Tresna, I.Gede. 2011. "Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Mereduksi Kecemasan Menghadapi Ujian (Studi Eksperimen Pada Siswa Kelas X Sma Negeri 2 Singaraja Tahun Ajaran 2010)." 153 103. Retrieved (<https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/11090>).
- Wiladantika, Kadek Pigura, I.Ketut Dharsana, and Kadek Suranata. 2014. "Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Meminimalisir Perilaku Agresif Siswa Kelas Xi Bahasa Sma Negeri 2 Singaraja." *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling* 2(1). Retrieved (ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/download/766/639).
- Wulandari, Luh Rima, Nyoman Dantes, and Luh Putu Sri Lestari. 2017. "Fektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Relaksasi Untuk Mengurangi Kejenuhan Dalam Belajar Siswa Kelas X Mipa 9 Di Sma Negeri 1 Singaraja." *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha* 8(2). Retrieved (<https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/11090>).
- Yani, Ni Luh Gede Menda Marta, I.Ketut Dharsana, and Kadek Suranata. 2014. "Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Proaktif Siswa Kelas X Bb Sma Negeri 2 Singaraja." *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling* 2(1). Retrieved (https://scholar.google.co.id/scholar?cluster=8899686469746907172&hl=id&as_sdt=2005).
- Yunairrahmah, Aridarmaputri &.Akbar &. 2014. "Pengaruh Jejaring Sosial Terhadap Kebutuhan Afiliasi Remaja Di Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat." *Journal of Psychology* 1–6.

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: <Ariandani> <2019>

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: 3969

