

## Konseling Behavioral dengan Strategi Self Management untuk Meningkatkan Kemandirian

Made Pradnyana Antara<sup>1\*)</sup>, I Ketut Dharsana<sup>2</sup>, Ni Ketut Suarni<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Pendidikan Ganesha

\*Corresponding author, e-mail: [pradnyanamade7@gmail.com](mailto:pradnyanamade7@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:** This study was aimed to know whether the behavioral counseling by using self-management strategy was effective to improve self-autonomy students through lesson study toward grade XI IPA students of SMA Negeri 1 Sukasada and to know the difference between students who were given behavioral counseling by using self-management strategy and the students who were not given the treatment. This type of the research was quasi experimental design with nonequivalent pre-test post-test control group design. The technique of the sampling used was random sampling and random class as the intact group. This study used two classes, XI IPA 1 with 18 students as the experimental class and XI IPA 2 with 18 students as the control class. The process of data collection in this study used the observation methods, interviews, diaries and self-esteem autonomy patterns of linkert scale and analyzed descriptively for statistical analysis used the t-test formula. To test the hypothesis, it was used the t test, with the results in the first hypothesis which found that  $t_{count} > t_{table}$  ( $10.86 > 1.739$ ) which meant that there was effectiveness of the implementation of behavioral counseling theory by using self-management strategy to improve self-autonomy through lesson study toward the students of XI IPA 1 and the result of the second hypothesis found that  $t_{count} > t_{table}$  ( $8.70 > 2.03$ ) which meant that there was a difference of self-autonomy between the students who were given behavioral counseling by using self-management strategy and the students who were not given behavioral counseling by using self-management strategy toward grade XI IPA students of SMA Negeri 1 Sukasada.

**Keywords:** behavioral conseling, Self-Management Strategy , Self-Autonomy

**How to Cite:** Antara, M., P., Dharsana, I., K., Suarni, N., K., 2019. Konseling Behavioral dengan Strategi Self Management untuk Meningkatkan Kemandirian. JIBK Undiksha, V10 (N1): pp. 50-57, DOI: 10.24036/XXXXXXXXXX-X

## Introduction

Pada hakikatnya masa remaja merupakan masa yang berada pada proses perkembangan, sangat penting perkembangan remaja tersebut didukung oleh lembaga pendidikan yang memadai. Dimana pendidikan adalah proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki keagamaan, kepribadian, pengendalian diri, kecerdasan, akhlak, juga ketrampilan yang diperlukan dirinya, baik dari masyarakat, bangsa, dan Negara. Lembaga Sekolah merupakan tempat mengembangkan kemampuan peserta didik yang dilakukan oleh pendidik dengan berbagai perangkat pendukung yang mendorong terwujudnya suatu 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 bertujuan dan membimbing serta membina generasi yang akan datang untuk dapat hidup di masyarakat yang penuh dengan kematangan baik dalam mental dan fisik, namun pengetahuan dan keterampilan yang diterima di dalam sekolah belum terjamin bagi peserta didik untuk bisa hidup didalam masyarakat kelak sesuai dengan yang diharapkannya. Disamping itu juga masih banyak peserta didik yang masih belum bisa mengambil suatu keputusan dalam segala hal, ini termasuk masalah pada Kemandirian peserta didik.

Kemandirian menurut Dharsana (2012) adalah kebutuhan seseorang untuk berdiri sendiri yang meliputi seseorang yang mampumengerjakan tugas secara mandiri, seseorang yang mampu mengungkapkan apa yang sedang difikirkan dan seseorang yang tidak bergantung kepada orang lain dalam mengambil sebuah keputusan. Berdasarkan definisi tersebut, mengandung 3 indikator yaitu; 1) mampu berdiri sendiri, 2) mengatakan apa dipikirkan seseorang, 3) Tidak bergantung pada orang lain dalam mengaambil keputusan ( Dharsana, 2012; Murray, 1988; Padmi, 2017; Riyanti & Rini, 2012; Ryan, Deci, & Vansteenkiste, 2016; Sukayasa, Suranata, &; Syafruddin, Hutabarat, & Yustin, 2016; )

Berdasarkan pemaparan definisi tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan Self Autonomy adalah suatu kebutuhan untuk bisa berdiri sendiri, baik dalam menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru disekolah, serta seseorang yang mampu dalam menyampaikan pendapat baik kelas maupun diluar kelas, dan tidak bergantung kepada orang dalam mengambil suatu keputusan untuk diri sendiri

Sehubungan dengan itu, peneliti memilih untuk mengintervensi Kemandirian dengan menggunakan pendekatan Bimbingan dan Konseling, menggunakan teori Konseling Behavioral dengan strategi Self Management untuk meningkatkan self-Autonomy siswa.

Filosofis Teori Konseling Behavioral yaitu dalam pandangan tentang hakikat manusia, terapi behavior menganggap bahwa pada dasarnya manusia bersifat mekanistik dan hidup dalam alam yang deterministik, dengan sedikit peran aktif untuk memilih martabatnya. Sikap manusia adalah hasil respon terhadap lingkungan dengan kontrol yang terbatas dan melalui interaksi ini kemudian berkembang pola-pola sikap yang kemudian membentuk kepribadian. Dalam konsep behavior, sikap manusia merupakan hasil dari proses belajar, sehingga dapat diubah dengan memanipulasi kondisi-kondisi belajar.

Krumbolt (dalam Yanti, 2013:14) memaparkan bahwa “Behavioral counseling is a process of helping people to learn how to solve certain interpersonal, emotional and decision problem”, artinya konseling behavioral merupakan suatu proses untuk membantu seseorang mempelajari bagaimana memecahkan masalah interpersonal, emosional, dan pengambilan keputusan. Belajar yang dimaksud adalah belajar atas pertimbangan bahwa konselor membantu klien belajar atau mengubah tingkah laku, dengan menciptakan kondisi yang menyenangkan. (Damayanti & Aeni, 2016; Depiani, Suarni, & Arum, 2014; Hartati, 2017; Indryaningsih, Dharsana, & Suranata, 2014; Khasanah, Suarni, & Arum, 2014; Mandala, Dantes, & Setuti, 2013; Melli & Sica, 2015; Menda, Dharsana, & Suranata, 2014; Permana., 2014; Pertiwi, Sedanayasa, & Madri, 2014; Rumiani, Suarni, & Arum, 2014; Saraswati, Dantes, & Sulastri, 2014; Sastrawan, Suarni, & Arum, 2014; Sintadewi, Suarni, & Arum, 2014; Utama, Suranata, & Dharsana, 2014; Suwardani, 2014; Trisna, Madri, & Dantes, 2014)

Pendekatan behavioristik merupakan usaha untuk memanfaatkan secara sistematis pengetahuan teoritis dan empiris yang dihasilkan dari penggunaan metode eksperimen dalam psikologi untuk memahami dan menyembuhkan pola tingkah laku abnormal. Untuk pencegahan dan penyembuhan abnormalitas tersebut dimanfaatkan hasil studi eksperimental baik secara deskriptif maupun remedial. Pendekatan behavior bertujuan untuk menghilangkan tingkah laku yang salah suai dan membentuk tingkah laku baru atau dapat dikatakan tujuan konseling behavioral mengubah perilaku salah dalam penyesuaian dengan cara-cara memperkuat perilaku yang diharapkan, dan meniadakan perilaku yang tidak diharapkan serta membantu menemukan cara-cara berperilaku yang tepat. Pendekatan tingkah laku dapat digunakan dalam menyembuhkan berbagai gangguan tingkah laku dari yang sederhana hingga yang kompleks, baik individual maupun kelompok.

Strategi Self Management atau disebut juga manajemen diri, kemampuan konseli untuk mengelola atau mengendalikan perilakunya. Istilah strategi management mengacu pada harapan agar konseli dapat lebih aktif dalam proses terapi. Cormier dan Cormier menyatakan, bahwa keaktifan ini ditunjukkan untuk mengatur atau memanipulasi lingkungan sesuai dengan perilaku apa yang dibentuk. (Alamri, 2015; Heriansyah & Kurniawan, 2017; Indryaningsih, 2014; Sastrawan, 2014; Sukayasa, 2014; Suwardani, 2014)

Strategi Self Management membuat orang mampu mengarahkan setiap tindakan kearah hal-hal positif. Strategi Self Management terjadi karena adanya suatu usaha pada individu untuk memotivasi diri, dan berusaha untuk memperoleh apa yang ingin dicapai serta mengembangkan peribadinya kearah yang lebih baik.

Berdasarkan dari beberapa pengertian Strategi Self Management diatas dapat disimpulkan bahwa, Strategi Self Management adalah salah satu cara konseli untuk dapat merubah, mengelola atau mengendalikan prilakunya dengan mengatur dan memanipulasi lingkungan sesuai akibat perubahan perilaku apa yang dibentuk.

Kemudian berdasarkan hasil pemaparan peneliti diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian untuk mengetahui penerapan konseling behavioral dengan startegi self management melalui lesso study untuk meningkatkan self-autonomy siswa kelas XI IPA SMA Negeri 1 Sukasada.

## Method

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Sukasada yang beralamat di Jalan Jelantik Gingsir 81B Sukasada. Dengan pengambilan sampel yang menggunakan teknik Random Sampling yang diundi secara acak. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Kemandirian, dan Variabel bebasnya Konseling Behavioral dengan Stratgi Self Management.

Penelitian ini memiliki tujuan yaitu untuk mengetahui pengaruh konseling behavioral dengan teknik startegi management yang diberikan untuk meningkatkan Kemandirian siswa. metode eksperimen semu quasi eksperimen "Design Nonequivalent dengan pretest-posttest control group design" Dalam penelitian ini peneliti mengadakan suatu strategi, dimana metode eksperimen mencoba untuk meneliti dan membandingkan antara kedua kelompok eksperimen dan kelompok control.

Dalam suatu penelitian, penentuan populasi penelitian penting dilakukan sebelum kegiatan penelitian dilakukan. Dengan populasi yang jelas akan mempermudah penelitian serta menarik kesimpulan pada akhir penelitian. Menurut Dantes (Dantes, 2012) bahwa populasi adalah populasi adalah sejumlah kasus yang memenuhi seperangkat kriteria tertentu, yang ditentukan peneliti. Populasi merupakan sejumlah responden yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini, yaitu dari seluruh siswa di kelas XI, yang terdiri dari kelas XI IPA 1, XI IPA2, XI IPS 1, XI IPS2, XI IBB 1, SMA Negeri 1 Sukasada

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik "Simple Random Sampling" dengan cara undian. Simple Random Sampling adalah penarikan sampel dengan cara sederhana dengan cara random. Sederhana yang dimaksud adalah penarikan sampel langsung pada individu atau kasus yang dilakukan secara random. Menurut Dantes (2012;41) Berdasarkan hasil Simple Random Sampling, dengan cara undian, kelas yang menjadi terpilih kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Sukasada sebagai kelas eksperimen yang berjumlah 18 orang siswa dan kelas XI IPA 2 SMAN 1 Sukasada sebagai kelas kontrol yang berjumlah 18 orang siswa

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 17.00 for Windows.

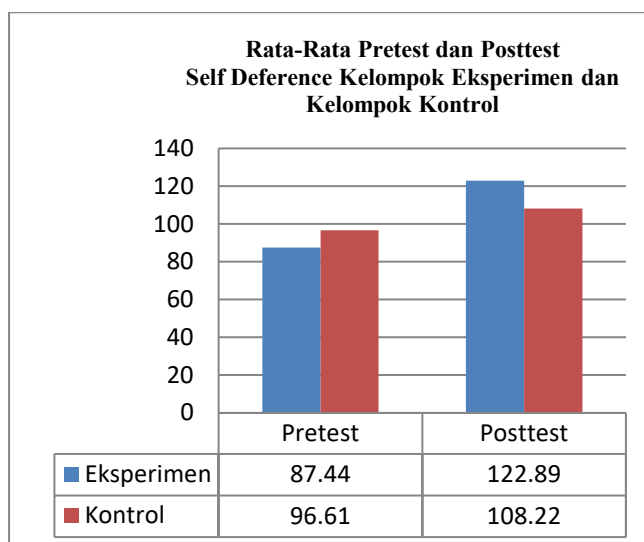
## Results and Discussion

Peneliti melakukan kegiatan observasi kepada siswa, karena menurut peneliti, pengumpulan data melalui observasi sangat perlu di lakukan karena peneliti bisa mendapatkan data atas gejala-gejala yang di tunjukan oleh siswa. 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 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 sebelum dan sesudah dilakukan “treatment” menggunakan konseling Kognitif 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 yang hasilnya akan menjadi data pretest. Selanjutnya kelompok eksperimen diberikan treatmen menggunakan konseling cognitive behavioral dengan teknik modeling, dan kelompok control tidak diberikan treatment. Terakhir kedua kelompok diberikan kuesioner self defference kembali sebagai data posttest. Skor pretest dan post test disajikan dalam tabel dibawah ini:

**Tabel 1 Rekapitulasi Data Skor Pretest dan Posttest**

Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
Nama	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Nama	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
DTN	69	115	KSM	89	99
AWP	134	148	MS	103	115
BPD	120	130	GPA	69	87
KL	67	110	KBA	118	122
MA	68	120	KDD	66	88
KDP	66	120	KYN	68	75
LPP	67	120	KS	113	120
MDM	117	135	KJA	105	114
MSP	89	116	GS	104	116
MDJ	87	115	MS	97	107
PMA	69	121	PDH	69	87
BKR	68	119	PDI	93	104
KBL	98	122	KAS	110	121
MDG	94	124	LPS	95	114
PEW	108	126	PSW	114	129
WAE	66	118	PII	78	89
PDW	65	123	NKS	132	136
PWK	122	130	KEA	116	125
Total	1574	2212		1739	1948
Rata-Rata	87,44	122,89		96,61	108,22

Berdasarkan data dalam tabel diatas hasil analisis pretest 18 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 87,44 ke rata-rata posttest 122,89. Pada kelompok kontrol juga terdapat peningkatan, yaitu dengan rata-rata pretest 96,61 ke rata-rata posttest 108,22. Berdasarkan data yang dipaparkan diatas didapatkan perhitungan rata-rata skor pretest dan posttest kelompok eksperimen dan kelompok kontrol seperti terlihat pada grafik di bawah ini:



**Gambar 1 Grafik rata-rata skor pretest dan posttest**

Tabel dan grafik diatas menunjukan bahwa terdapat perbedaan rata-rata pretest dan post tes yang signifikan pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Rata-rata pretest pada kelompok eksperimen diperoleh 87,44 setelah diberikan treatment Konseling Behavioral dengan strategi Self Management rata-rata posttest dari kelompok eksperimen meningkat menjadi 122,89. Dan untuk kelompok kontrol yang tidak diberikan treatment rata-rata pretest nya yaitu 96,61 dan rata-rata posttest nya yaitu 108,22. Dapat dilihat bahwa kelompok eksperimen yang diberikan treatment Konseling Behavioral dengan strategi Self Management mengalami peningkatan yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya diberikan bimbingan sesuai layanan BK.

Pengujian dilakukan pada unit analisis yang terdiri dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, didapatkan nilai Kolmogorov-Smirnov sebesar 0,488 dengan nilai signifikansi 0,971. 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 strategi Self Management berdistribusi normal. Uji homogenitas varian dilakukan dengan uji F. Uji ini dilakukan untuk mencari tingkat kehomogenan kelompok kontrol 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  $F_{hit} = 3,23$  dengan taraf signifikansi 5% dengan  $DF_1 = 2 - 1$ ,  $DF_2 = 18 - 1$ , dengan  $F_{tabel} 4,49$  maka didapatkan data variable antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol homogeny.

Analisis data dalam penelitian ini termasuk analisis data kuantitatif, yaitu analisis yang didasarkan pada nilai kuantitatif variabel bebas (Konseling behavioral) terhadap satu variabel terikat (Self-autonomy). 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 teori konseling Behavioral dengan strategi Self Management tidak efektif untuk meningkatkan Kemandirian siswa kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Sukasada.

---

Dalam uji hipotesis ini, peneliti menggunakan perhitungan t-test kooperatif. Berdasarkan nilai uji t di atas diperoleh thitung sebesar 10,86, dengan ttabel taraf signifikansi 0,05 sebesar 1,739 maka  $10,86 > 1,739$  sehingga dapat disimpulkan H1 diterima. Maka dapat diambil keputusan sebagai berikut: H0 ditolak dan H1 diterima. Dari hasil perbandingan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa hasil hipotesis penelitian diterima sehingga terdapat keefektifan teori konseling Behavioral dengan Strategi Self Management untuk meningkatkan Kemandirian melalui Lesson Study pada siswa kelas XI IPA 1.

Berdasarkan nilai uji t di atas diperoleh thitung sebesar 8,70, dengan ttabel taraf signifikansi 0,05 sebesar 2,03 maka  $8,70 > 2,03$  sehingga dapat disimpulkan H1 diterima. Maka dapat diambil keputusan sebagai berikut: H0 ditolak dan H1 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 Strategi Self Management efektif untuk meningkatkan self-autonomy siswa kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Sukasada.

## Conclusion

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan hasil penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan yaitu terdapat keefektifan Teori Konseling Behavioral dengan Strategi Self management untuk meningkatkan Kemandirian melalui Lesson Study pada siswa kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Sukasada. Dan terdapat pula perbedaan Kemandirian siswa yang diberikan Konseling Behavioral dengan Strategi Self management dengan siswa yang tidak diberikan konseling behavioral dengan teknik Konseling Behavioral dengan Strategi Self management

## Acknowledgment

## References

- Alamri, N. (2015). Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Management untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah. *Jurnal Konseling*, 1(1). Retrieved from <http://jurnal.umk.ac.id/index.php/gusjigang/article/download/259/258>
- Amelia, T., & Indriyanti, D. (2016). Pengembangan Aplikasi Tes Kerpribadian Menggunakan Metode Edward ' S Personal Preference Schedule ( Epps ), 1–3. Retrieved from <http://sir.stikom.edu/id/eprint/724>
- Damayanti, R., & Aeni, T. (2016). Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Mengatasi Perilaku Agresif Pada Peserta Didik Smp Negeri 07 Bandar Lampung, 3(1), 1–10. Retrieved from <http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/konseli/article/view/572>
- Dantes, N. (2012). Metode Penelitian. Andi Yogyakarta.
- Depiani, K., Suarni, K., & Arum, D. (2014). Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Desensitisasi Sistematis Dan Modeling Untuk Meminimalisasi Kecemasan Dalam Menghadapi Prakerin Siswa Kelas Xi Tata Boga Di Smk Negeri 2 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014, 2(1). Retrieved from <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/viewFile/3730/2989>
- Dharsana, I. K. (2012). Teori-Teori Konseling. Singaraja: Jurusan Bimbingan Konseling, FIP UNDIKSHA. Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.
- Hartati, S. (2017). Konsep Spiritual Parenting Dengan Pendekatan Konseling Behavioristik Dalam Membentuk Moral Anak Usia Sekolah Dasar, 4(1), 40–52. Retrieved from <http://ejournal.stkipbbm.ac.id/index.php/pgsd/article/viewFile/102/99>
- Heriansyah, M., & Kurniawan, D. (2017). Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Mahasiswa, 2(2), 1–5. Retrieved from <http://www.i-rpp.com/index.php/jpp/article/view/764>
- Indrawati. (2014). Tes psikologis. Retrieved from [https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0ahUKEwiAyMvG\\_ODYAhWHpJQKHZR0CgcQFggpMAA&url=http%3A%2F%2Ffile.upi.edu%2FDirektori%2F](https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0ahUKEwiAyMvG_ODYAhWHpJQKHZR0CgcQFggpMAA&url=http%3A%2F%2Ffile.upi.edu%2FDirektori%2F)

- FIP%2FJUR.\_PSIKOLOGI%2F195010101980022-SITI\_WURYAN\_INDRAWATI%2FTES\_EPPS.pdf&usg=AOvVaw03Qn-\_R3QwmlUxke
- Indryaningsih, P., Dharsana, K., & Suranata, K. (2014). Penerapan Teori Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas Viii B4 Smp Negeri 4 Singaraja, 2(1). Retrieved from <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/download/3807/3050>
- Kartadinata, S. (2007). Teori Bimbingan dan Konseling. Seri Landasan Teori Bimbingan Dan Konseling, 1–14. Retrieved from [http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR.\\_PSIKOLOGI\\_PEND\\_DAN\\_BIMBINGAN/195003211974121-SUNARYO\\_KARTADINATA/TEORI\\_BIMBINGAN\\_DAN\\_KONSELING-2.pdf](http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._PSIKOLOGI_PEND_DAN_BIMBINGAN/195003211974121-SUNARYO_KARTADINATA/TEORI_BIMBINGAN_DAN_KONSELING-2.pdf)
- Khasanah, F., Suarni, K., & Arum, D. (2014). Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Penguatan Positif Terhadap Peningkatan Motivasi Belajar Pada Siswa Berinteligensi Rendah Kelas Viii 4 Di Smp Negeri 2 Singaraja, 2. Retrieved from <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/download/3654/2942>
- Larasati, G., & Winarno, R. (2016). Studi Deskriptif Identifikasi Kebutuhan Psikologis Anak Berbakat Di Kelas Akselerasi, 58–87. Retrieved from <http://journal.unika.ac.id/index.php/psi/article/download/592/443>
- Mandala, A., Dantes, N., & Setuti, M. (2013). Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Emotional Intelligence Siswa Pada Kelas Xap1 Smk Negeri 1 Seririt Kabupaten Buleleng. Retrieved from <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/download/910/780>
- Melli, G., & Sica, C. (2015). Fondamenti Di Psicologia E Psicoterapia Cognitivo Comportamentale. Retrieved from [http://www.eclipsi.it/PDF/326\\_33.pdf](http://www.eclipsi.it/PDF/326_33.pdf)
- Menda, G., Dharsana, K., & Suranata, K. (2014). Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Proaktif Siswa Kelas X Bb Sma Negeri 2 Singaraja, (1). Retrieved from <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/viewFile/3723/2981>
- Murray, H. (1988). Personology in Theories of Personality. Theories of Personality, 181–204. Retrieved from [https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0ahUKEwjG7MSC\\_uDYAhXCIZQKHf7ODaUQFggoMAA&url=http%3A%2F%2Fcengagesites.com%2Facademici%2Fassets%2Fsites%2FSchultz\\_Ch05.pdf&usg=AOvVaw2-tALMoJGaFZufjqz\\_XxG](https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0ahUKEwjG7MSC_uDYAhXCIZQKHf7ODaUQFggoMAA&url=http%3A%2F%2Fcengagesites.com%2Facademici%2Fassets%2Fsites%2FSchultz_Ch05.pdf&usg=AOvVaw2-tALMoJGaFZufjqz_XxG)
- Padmi, M. (2017). Pengaruh Konseling Kognitif Behavioral Model Aaron Beck Dengan Strategi Manajemen Diri Terhadap Kemandirian Ditinjau Dari Urutan Kelahiran Siswa Melalui Lesson Study, 14(1), 164–175. Retrieved from <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JIPP/article/download/11974/7645>
- Permana, G., Darsana, K., & Suranata, K. (2014). Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Latihan Bertanggung Jawab Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Pada Siswa Kelas Viii B2 Smp N 4 Singaraja Tahun Ajaran 2013/2014, 2(1). Retrieved from <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/download/3923/3136>
- Pertiwi, S., Sedanayasa, G., & Madri, N. (2014). Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Pemberian Reward Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas Viii a3 Smp Negeri 2 Sawan Tahun Ajaran 2013/2014. Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling, 2(1). Retrieved from <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/3731>
- Riyanti, A., & Rini, P. (2012). Kemandirian remaja berdasarkan urutan kelahiran, 3, 61–70. Retrieved from <http://www.stkipppgrismp.ac.id/backsite-content/uploads/2013/09/Agus-Rianti-Puspito-Rini.pdf>
- Rumiani, W., Suarni, K., & Arum, D. (2014). Penerapan Konseling Behavioral Teknik Modeling Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas Viii 6 Smp N 2 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014, 2. Retrieved from <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/viewFile/3656/2944>
- Ryan, R., Deci, E., & Vansteenkiste, M. (2016). Autonomy and Autonomy Disturbances in Self-Development and Psychopathology: Research on Motivation, Attachment, and Clinical Process. Developmental Psychopathology, 1, 1–54. <https://doi.org/10.1002/9781119125556.devpsy109>
- Saraswati, K., Dantes, N., & Sulastri, M. (2014). Penerapan konseling behavioral teknik penguatan positif untuk meningkatkan keterampilan berkomunikasi antar pribadi siswa. Retrieved from <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/download/769/642>
- Sastrawan, Suarni, & Arum. (2014). Penerapan Konseling Behavioral Dengan Strategi Self Management Model Yates Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X Akomodasi Perhotelan 3 Smk

- Negeri 2 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014, 2. Retrieved from <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/viewFile/3730/2989>
- Sintadewi, D., Suarni, K., & Arum, D. (2014). Efektivitas Model Konseling Behavioral Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Kelas Viii Smp Negeri 2 Singaraja Tahun Pelajaran 2013 / 2014, (1). Retrieved from <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/viewFile/3727/2986>
- Sukayasa, M., Suranata, K., & Dharsana, K. (2014). Penerapan Teori Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Minat Belajar Siswa Kelas Xi C Ap Smk Negeri 1 Singaraja, 2(1). Retrieved from <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/download/3707/2965>
- Sutama, G., Suranata, K., & Dharsana, K. (2014). Penerapan Teori Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas Ak C Smk Negeri 1 Singaraja. E-Journal Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling, 2(1). Retrieved from <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/download/3960/3161>
- Suwardani, P., Dharsana, K., & Suranata, K. (2014). Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa Kelas Viii B3 Smp Negeri 4 Singaraja, 2(1). Retrieved from <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/download/3750/3005>
- Syafruddin, Y., Hutabarat, tommy, & Yustin, S. (2016). Profil Kebutuhan Psikologis Taruna/ I Akademi Teknik Dan Keselamatan Penerbangan Medan, 2(2). Retrieved from <http://ojs.uma.ac.id/index.php/diversita/article/viewFile/515/360>
- Trisna, P., Madri, N., & Dantes, N. (2014). Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Asertif Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas Viii Smp Negeri 3 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014, 2. Retrieved from <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/download/3674/2948>

---

#### 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:** <Antara> <2019>

**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: 3491

