

Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Self Achievement

Nurul Ardhia Cahyuni^{1*)}, I Wayan Tirka², Kadek Suranata³

^{1,2,3} Universitas Pendidikan Ganesha

*Corresponding author, e-mail: cahyunii25@gmail.com

Received 05, 27, 2019;
Revised 06, 19, 2019;
Accepted 06, 27, 2019;
Published Online 11, 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.

Abstract: This study aims to determine the effectiveness of behavioral counseling with modeling techniques to improve self achievement in class VII I Junior High School 3 Singaraja. This type of research is quasi-experimental with pre-test and post-test control group design. These samples included 68 students (male 34 and female 34, average age 12.5 years). Through random sampling, 34 students were placed in the experimental group who received treatment with behavioral counseling and modeling techniques, 34 students as a control group not received treatment. The results of the data analysis are the value of $t_{hit} 2.978 > t_{tab} 2.021$ so that H_0 is rejected and H_a is accepted. So there are significant differences. It can be concluded that behavioral counseling with modeling technique is effective for increasing self achievement in class VII I Junior High School 3 Singaraja.

Keywords: Behavioral Counseling, modeling, self achievement



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

How to Cite: Cahyuni, N., A., Tirka, I., W., Suranata, K., 2019. Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Self Achievement. *JIBK Undiksha*, V10 (N2): pp. 82-86, DOI: 10.24036/XXXXXXXXXX-X

Introduction

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan terhadap beberapa siswa di kelas VII I SMP Negeri 3 Singaraja, penelitian dari 68 siswa peneliti melihat 34 siswa yang menunjukkan gejala-gejala sebagai berikut: tidak mampu menyelesaikan sesuatu dengan baik dan akan berhasil, tidak mampu menyelesaikan tugas dan memerlukan usaha diikuti keahlian dan keterampilan, tidak mampu menyelesaikan sesuatu yang penting sekali, serta tidak mampu lebih baik dari siapapun. Dan dari hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan ternyata nampak gejala perilaku siswa memiliki Self Achievement rendah, banyak siswa yang menunjukkan gejala-gejala sebagai berikut tidak mampu menyelesaikan sesuatu dengan baik dan akan berhasil, tidak mampu menyelesaikan tugas dan memerlukan usaha diikuti keahlian dan keterampilan, tidak mampu menyelesaikan sesuatu yang penting sekali, serta tidak mampu lebih baik dari siapapun. Jadi

penelitian ini sangat penting bagi peneliti dan bagi siswa maupun guru di lingkungan SMP Negeri 3 Singaraja.

Self achievement merupakan suatu kebutuhan seseorang untuk berprestasi meliputi menyelesaikan sesuatu dengan baik dan akan berhasil, menyelesaikan tugas dan memerlukan usaha diikuti keahlian dan keterampilan, menyelesaikan sesuatu yang penting sekali artinya, melaksanakan sesuatu pekerjaan yang sulit, memecahkan masalah yang sulit, akan mampu melakukan sesuatu yang lebih baik (Dharsana, 2010).

Menurut Gerald Corey konseling behavioral merupakan terapi tingkah laku dari aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar. Dalam terapi tingkah laku disertakan penerapan prinsip-prinsip belajar secara sistematis pada pengubahan tingkah laku ke arah cara-cara yang lebih adaptif. (Gerald, 2017)

Menurut Dharsana teori behavioral adalah teori menyeluruh dan juga suatu usaha berdasarkan percobaan untuk menjelaskan prinsip-prinsip dan kaidah-kaidah bagaimana tingkah laku manusia dipelajari. Penekanan utamanya adalah pada sebagian besar dari keseluruhan yang dipengaruhi oleh keadaan-keadaan lingkungan yang mendesak dalam pembelajaran dan keseimbangan bentuk-bentuk tingkah laku tertentu. (Dharsana, 2010)

Teknik Modeling merupakan suatu teknik dalam konseling yang menggunakan proses belajar melalui pengamatan model dan perubahan perilaku yang terjadi karena peniruan (Dharsana, & Suranata, 2014; Gede Sedanayasa, 2014; Rowan, Paykel and Parker, 1982; Paradigma, 2012; Sanyata, 2012; Adiputra, 2015).

Method

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan penelitian “eksperimen semu dengan pretest-posttest control group design. Dalam pengambilan sampel, teknik yang digunakan random sampling. Adapun yang dimaksud dengan random sampling yaitu pengambilan sampel anggota populasi dilakukan dengan memilih sample secara acak, tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Semua objek disuatu kelas tersebut dianggap memiliki kesempatan yang sama untuk diambil sebagai sampel (Dantes, 2012). Penelitian ini mengambil jumlah sampel siswa yang menunjukkan criteria self achievement sedang maupun rendah sebanyak 34 orang siswa. Untuk mengumpulkan data tentang self achievement siswa dan untuk memperoleh data yang akurat maka dalam penelitian ini menggunakan beberapa teknik pengumpulan data beserta masing-masing perangkat pengumpulan datanya yaitu: (1) Kuesioner, (2) Metode Observasi, (3) Metode Wawancara, (4) Buku Harian.

Results and Discussion

Data yang digunakan dalam penelitian ini di dapatkan dari data hasil penyebaran kuisioner self achievement pada kelas eksperimen yaitu kelas VII I dan kelas kontrol yaitu kelas VII J dengan mengambil tahap pretes dan juga postes. Kemudian data pretes dan postes dari hasil kuisioner tersebut di analisis dengan uji-t untuk mencari pengaruh antara postes eksperimen dan postes kontrol. Proses perhitungan uji-t dalam penelitian ini menggunakan aplikasi JASP 0.7.5.0 Untuk mencari efektivitas dilanjutkan dengan menggunakan rumus effect size.

Untuk mengukur pengaruh antara data kelas kontrol dan kelas eksperimen dalam penelitian ini digunakan uji-t. Berdasarkan uji-t yang dilaksanakan peneliti didapatkan $t_{hit} 2.978 > t_{tab} 2.021$. Dengan demikian data kelas eksperimen dan kelas kontrol dinyatakan memiliki perbedaan yang signifikan.

Tabel 1 Hasil Perhitungan data dengan menggunakan Aplikasi JASP 0.7.5.0

Independent Samples T-Test				
	t	df	p	Cohen's d
Y1	1.944	66.00	0.028	0.471
Y2	2.978	66.00	0.002	0.722

Note. Student's t-test.

Note. For all tests, the alternative hypothesis specifies that group 1 is greater than group 2.

Conclusion

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat diuraikan simulasi penelitian yaitu sebagai berikut. Konseling behavioral dengan teknik modeling untuk meningkatkan self Achievement siswa VII SMP Negeri 3 Singaraja. Hasil analisis menunjukkan bahwa didapatkan nilai t_{hit} 2.978 sedangkan t_{tab} 2.021 dengan Effect Size sebesar 0,722. Artinya yaitu, konseling behavioral dengan teknik modeling efektif untuk meningkatkan Self Achievement siswa kelas VII I SMP Negeri 3 Singaraja. Terdapat efektivitas yang signifikan pada siswa yang diberikan perlakuan (treatment) dengan siswa yang tidak diberikan perlakuan (treatment). Disimpulkan bahwa H_a diterima dan Effect Size sebesar 0,722 dengan kategori tinggi pada siswa yang diberikan perlakuan (treatment) konseling behavioral teknik modeling.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat diajukan beberapa saran, guna peningkatan dan pengembangan Self Achievement, yaitu hendaknya dalam pemberian layanan bimbingan konseling kepada siswa terlebih dahulu memperhatikan hasil need assessment siswa, sehingga akan lebih mudah memberikan layanan kepada siswa sesuai dengan kebutuhan atau permasalahan yang sedang dialami oleh siswa. Selain itu diharapkan agar konselor lebih terampil dalam menangani permasalahan konseli serta diharapkan penanganan masalah dilakukan dengan memberikan teknik konseling yang tepat sesuai dengan masalah yang dihadapi siswa, dimana agar penanganan masalah siswa lebih efektif dan efisien. Guru pembimbing di sekolah agar lebih sering menggunakan teknik modeling dalam melaksanakan layanan konseling kelompok khususnya dalam usaha meningkatkan Self Achievement. Kepala Sekolah, sebagai kepala manajemen sekolah hendaknya memberikan dukungan dan dorongan kepada guru pembimbing atau konselor sekolah dalam merencanakan pelayanan bimbingan dan konseling dalam upaya memfasilitasi siswa dalam upaya peningkatan Self Achievement yang merupakan faktor-faktor pendukung dari dalam diri peserta didik yang sangat menentukan keberhasilan peserta didik dalam meraih prestasi belajar yang optimal dan bahkan memberikan kontribusi yang besar bagi kesuksesan seseorang dalam kehidupannya di masa mendatang. Kemudian diharapkan para peneliti agar lebih mengembangkan lagi penelitian-penelitian serupa demi tercapainya perkembangan siswa secara optimal karena penelitian ini masih memiliki beberapa kekurangan seperti ketebatasan waktu penelitian yang ada.

Acknowledgment

-

References

- Adiputra, S. (2015) 'Penggunaan Teknik Modeling Terhadap Perencanaan Karir ///Siswa', Jurnal Fokus Konseling, 1(1), pp. 45–56. http://bidireccional.net/Blog/Comunicacion_Corporativa_1.pdf.
- Ananda, K. A. C. (2017) 'Cognitive Behavioral Counseling with Modelling Pan Balang Tamak to Improve Persuasive', 1(2), pp. 60–68. doi: 10.23887/128162017. http://bidireccional.net/Blog/Comunicacion_Corporativa_1.pdf.
- Chapman, Robin A. 2006. The Clinical Use of Hypnosis in Cognitive Behavior Therapy. New York: Springer Publishig Company.
- Damayanti, R. and Aeni, T. (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), pp. 1–10.
http://bidireccional.net/Blog/Comunicacion_Corporativa_1.pdf.
- Dharsana, Ketut. 2013. Teori-teori konseling. Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha.
- Farber, B. a (1985) 'Psychotherapy Volume 22 / Summer 1985 / Number 2 THE Genesis , Development , And Implications Of Psychological-Mindedness In Psychotherapists', 22(2), pp. 170–177.
http://bidireccional.net/Blog/Comunicacion_Corporativa_1.pdf.
- Martin M. Antony (1998) 'Psychometric properties of the 42 item and 21 item versions of the Depression Anxiety Stress Scales in clinical groups and a community sample', *Psychological Assessment*, 10(2), pp. 176–181. Available at:
https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/45265157/Psychometric_properties_of_the_42-item_a20160501-3495-1915ruz.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1513657678&Signature=eFUzNQSIZjtEA5BFh3my2kVDHZc%253D&response-content-disposition=inline%25.
- Muqodas, Iqat. 2011. Cognitive-Behavior Therapy: Solusi Pendekatan Praktek Konseling di Indonesia. Magister Bimbingan dan Konseling Sekolah Pascasarjana UPI.
- Paradigma, J. (2012) 'Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam Konseling Abstrak Pendahuluan Teori dan Pendekatan Behavioristik', (14), pp. 1–11. Available at:
http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/penelitian/Sigit_Sanyata,_M.Pd./B.1c.Artikel_Ilmiyah-Teori_dan_Aplikasi_Behavioristik_dalam_Konseling.pdf.
- Pasternak, R. (2013) 'Discipline ,Learning Skills and Academic Achievement', *Journal of Arts and Education*, 1(June), pp. 1–11. Available at:
<https://pdfs.semanticscholar.org/498a/b49c116065e23156f9143a2878947bb90a75.pdf>.
- Persons, Jacqueline B. 2008. *The Case Formulation Approach to Cognitive-Behavior Therapy*. New York: The Guildford Press.
- Pertiwi, S. P. et al. (2014) 'Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Pemberian Reward Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas Viii A 3 Smp Negeri 2 Sawan Tahun Ajaran 2013/2014'.
http://bidireccional.net/Blog/Comunicacion_Corporativa_1.pdf.
- Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sanyata, S. (2012) 'Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam Konseling', *Jurnal Paradigma*, VII(14), pp. 1–11.
<https://pdfs.semanticscholar.org/498a/b49c116065e23156f9143a2878947bb90a75.pdf>.
- Schunk, D. H. S. (no date) 'Modeling and Attributional Effects on Children's Achievement: A Self-Efficacy Analysis', *Journal of Educational Psychology*, 73, pp. 93–105.
<https://pdfs.semanticscholar.org/498a/b49c116065e23156f9143a2878947bb90a75.pdf>.
- Sedanayasa, Gede dan Kadek Suranata. 2009. *Buku Ajar: Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*. Singaraja: Jurusan Bimbingan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Ganesha.
- Weiner, B. (1985) 'An attributional theory of achievement motivation and emotion.', *Psychological Review*, 92(4), pp. 548–573. doi: 10.1037/0033-295X.92.4.548.
<https://pdfs.semanticscholar.org/498a/b49c116065e23156f9143a2878947bb90a75.pdf>.
- Wenger, E. (2010) 'Communities of practice and social learning systems: The career of a concept', *Social Learning Systems and Communities of Practice*, pp. 179–198. doi: 10.1007/978-1-84996-133-2_11.
<https://pdfs.semanticscholar.org/498a/b49c116065e23156f9143a2878947bb90a75.pdf>
-

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: <Cahyuni> <2019>

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

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

Word Count: 1672

First Publication Right: JIBK Undiksha

