

Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Self Autonomy melalui Lesson Study

Irda Laila^{1*)}, I Ketut Dharsana², Ni Ketut Suarni³

^{1,2,3} Universitas Pendidikan Ganesha

*Corresponding author, e-mail: erdalaila01@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 research aims to determine the effectiveness of behavioral counselling techniques Modeling to improve Self Autonomy through lesson study in students of class X UPW B SMK N 1 Singaraja. This type of research is research draft of Pseudo experimental population of this study is grade X students smkn 1 Singaraja. Sampling technique uses Random sampling so that the grade X student is acquired by an experimental class of 36 grade X APH A students as a control group amounting to 36 students. The method of analysis used is the ttest test and Effect Size that uses the program JASP 0.7.5.5. Data collection instruments using observations, interviews, diary and questionnaire results based on the results of this study can be recommended that this counselling model is effective to do in the process. Research shows that there is effectiveness of behavioral counseling theory with modeling technique in setting lesson study to improve Self Autonomy class X UPW students.

Keywords: Self Autonomy, Behavioral Counseling, Modeling Techniques, Lesson Study



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: Laila, I., Dharsana, I., K., Suarni, I., K., 2019. Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Self Autonomy melalui Lesson Study. JIBK Undiksha, V10 (N2): pp. 87-91, DOI: 10.24036/XXXXXXXXXX-X

Introduction

Pengamatan yang telah dilakukan peneliti menunjukkan bahwa beberapa siswa ada yang kurang disiplin, merokok, rendahnya tatakrama guru dan rendahnya kemandirian belajar. Rendahnya belajar ini ditunjukkan dengan siswa menunggu untuk diperintah oleh orang lain dalam belajar terutama dalam mengerjakan tugas atau pekerjaan rumah, siswa menyontek hasil pekerjaan temannya karena merasa malas dan tidak yakin akan kemampuan diri sendiri, bolos sekolah, nilai ulangan dibawah criteria ketuntasan minimal serta siswa belum bisa mengatur dan mengelola diri untuk kegiatan belajar.

Berdasarkan paparan diatas, karakteristik tersebut merupakan karakteristik self autonomy. Self autonomy dapat diintervensi dengan pendidikan, bimbingan konseling dan ekstrakurikuler. Dalam penelitian ini, peneliti menetapkan untuk mengintervensi.

Autonomy adalah kebutuhan untuk bisa berdiri sendiri meliputi mandiri, mengatakan apa yang dipikirkan, mengambil keputusan sendiri. Menurut Sugiyanto Autonomy adalah untuk berdiri sendiri dalam membuat keputusan; untuk menghindari urusan dan campur tangan orang lain. (Sugiyanto, 1984). Berdasarkan definisi tersebut maka self autonomy dapat diambil 3 indikator yaitu : 1) seseorang untuk mampu berdiri sendiri adalah kebutuhan seseorang untuk mandiri artinya bahwa seseorang mampu melakukan segala sesuatunya sendiri sesuai keinginan tanpa bergantung pada orang lain dibarengi dengan tanggung jawab, 2) seseorang untuk mengatakan apa yang dipikirkan adalah kebutuhan yang dimiliki untuk mengatakan apa yang dipikirkan dengan berani mengemukakan pendapat didepan kelas dan, 3) mengambil keputusan sendiri adalah kebutuhan yang dimiliki seseorang untuk tidak bergantung pada orang lain dalam mengambil keputusan (Darsana, 2012).

Behavioral merupakan bentuk adaptasi dari aliran konseling behavioristik, yang menekankan perhatiannya pada perilaku yang tampak (Pertiwi et al., 2014; Damayanti and Aeni, 2016). Konseling behavior adalah salah satu teknik yang digunakan dalam menyelesaikan masalah tingkah laku yang ditimbulkan oleh dorongan dari dalam dan dorongan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan hidup dilakukan melalui proses belajar agar orang bisa bertindak dan bertingkah laku lebih efektif dan efisien. Aktifitas inilah yang disebut belajar (Kartini Kartono, 1997:301-302).

Modeling merupakan salah satu teknik konseling yang dikembangkan oleh Albert Bandura yang berakar dari teori belajar (social learning). Menurut Bandura (dalam Mochamad Nursalim, 2013:121) menyatakan bahwa yang dimaksud modeling adalah suatu teknik dalam konseling yang menggunakan proses belajar melalui pengamatan model dan perubahan perilaku yang terjadi karena peniruan.

Menurut (Darsana) langkah-langkah proses modeling dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut: a) Menetapkan bentuk penokohan (live model, symbolic model, multiple model; b) Pada live model, pilih model yang bersahabat atau teman sebaya konseli yang memiliki kesamaan seperti usia, status ekonomi, dan penampilan fisik; c) Bila mungkin gunakan lebih dari satu model; d) Kompleksitas perilaku yang dimodelkan harus sesuai dengan tingkat perilaku konseli; e) Kombinasikan modeling dengan aturan, instruksi, behavioral, dan penguatan; f) Pada saat konseli memperhatikan penampilan tokoh berikan penguatan alamiah; g) Bila mungkin buat desain pelatihan untuk konseli menirukan model secara tepat, sehingga akan mengarahkan konseli pada penguatan alamiah. Bila tidak makubuat perencanaan pemberian penguatan untuk setiap peniruan tingkah laku yang tepat; h) Bila perilaku bersifat kompleks, maka episode modeling dilakukan mulai dari yang paling mudah ke yang lebih sulit; i) Skenario modeling harus dibuat realistik.

Lesson Study merupakan suatu pendekatan peningkatan kualitas pembelajaran yang dilaksanakan oleh guru secara kolaboratif, dengan langkah-langkah pokok merancang pembelajaran untuk mencapai tujuan, melaksanakan pembelajaran, mengamati pelaksanaan pembelajaran tersebut, serta melakukan refleksi untuk mendiskusikan pembelajaran yang dikaji tersebut untuk bahan penyempurnaan dalam rencana pembelajaran berikutnya. Fokus utama pelaksanaan lesson study adalah aktivitas siswa di kelas, dengan asumsi bahwa aktivitas siswa tersebut terkait dengan aktivitas guru selama mengajar di kelas.

Method

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan penelitian eksperimen semu (Quasi eksperiment) Design nonequivalent dengan pretest-posttest control group design hal ini dikarenakan peneliti melakukan perlakuan (treatment) terhadap suatu Kelas dan dilakukan suatu pretest sebelum perlakuan diberikan

Untuk mengumpulkan data tentang self Autonomy siswa dan untuk memperoleh data yang akurat maka dalam penelitian ini menggunakan beberapa teknik pengumpulan data beserta masing-masing perangkat pengumpulan datanya yaitu: (1) Observasi, (2) Wawancara, (3) Kuisiner, (4) Buku Harian.

Results and Discussion

Data yang digunakan dalam penelitian ini di dapatkan dari data hasil penyebaran kuisioner self autonomy pada kelas eksperimen yaitu kelas X UPW B dan kelas kontrol yaitu kelas X APH A dengan mengambil tahap pretes dan juga postes.

Kemudian data pretes dan postes dari hasil kuisioner tersebut di analisis dengan uji-t untuk mencari perbedaan antara postes eksperimen dan postes kontrol. Proses perhitungannya uji-t dalam penelitian ini menggunakan aplikasi JASP 0.7.5.5.0. Untuk mencari efektivitas dilanjutkan dengan menggunakan rumus effect size.

Untuk mengukur perbedaan antara data kelas kontrol dan kelas eksperimen dalam penelitian ini digunakan uji-t. Berdasarkan uji-t yang dilaksanakan peneliti didapatkan thit sebesar 9,525 dengan signifikansi < 0.01 Uji T dilaksanakan dengan menggunakan perhitungan manual yaitu dengan menggunakan orek-orek kertas. Dengan rincian seperti yang diuraikan di bawah ini pada tabel 1

Tabel 1 Hasil Perhitungan data dengan menggunakan Aplikasi JASP 0.7.5.0

	t	df	p	Cohen's d
Y1	-0.121	70.00	0.548	-0.029
Y2	9.525	70.00	< .001 ^a	2.245

Note. Student's T-Test.

^a Levene's test is significant ($p < .05$), suggesting a violation of the equal variance assumption

Menyatakan treatment atau perlakuan memiliki dampak tidak cukup dengan mengukur perbedaan hasil setelah treatment maka dari itu dalam penelitian ini, peneliti juga melakukan uji efektivitas dengan rumus sebagai berikut:

$$Es = t \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}$$

Dengan memasukan thit yang telah diperoleh dari perhitungan Uji-t sebelumnya peneliti melakukan perhitungan uji efektivitas. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh angka untuk uji efektivitas sebesar 2,245.

Conclusion

Berdasarkan hasil analisis kualitatif dan kuantitatif setelah dilakukannya perlakuan (treatment) siswa mampu mandiri, siswa mampu mengatakan apa yang dipikirkan, dan mengambil keputusan sendiri. Hal ini dapat dilihat dari hasil analisis observasi, wawancara, dan buku harian setelah dilakukannya perlakuan. Tidak hanya itu, berdasarkan uji hipotesis yang dilakukan untuk mengetahui implementasi konseling behavioral teknik modeling efektif terhadap self autonomy siswa.

Berdasarkan hasil penelitian sebagaimana disimpulkan diatas berikut ini dikemukakan beberapa saran agar dapat memahami tentang dampak yang ditimbulkan dari Self-Autonomy yang rendah, sehingga diharapkan dapat memberikan manfaat yang positif untuk sekolah, diri sendiri, maupun orang tua. Menggunakan Konseling Behavioral Teknik Modeling terhadap Self Autonomy siswa dalam proses pembelajaran. Kemudian lebih meningkatkan kinerja guru dalam menggunakan Konseling Behavioral Teknik Modeling sebagai salah satu upaya untuk membantu siswa yang memiliki Self Autonomy yang rendah.

Acknowledgment

-

References

- Adi, K., Ananda, C., Dharsana, I. K., & Suarni, N. K. (2017). Cognitive Behavioral Counseling with Modelling Pan Balang Tamak to Improve Persuasive, 1(2), 60–68. <https://doi.org/10.23887/128162017>
- Aini, N., Fatmaningrum, W., & Yusuf, A. (2011). Upaya Meningkatkan Perilaku Pasien Dalam Tatalaksana Diabetes Mellitus Dengan Pendekatan Teori Model Behavioral System Dorothy E. Johnson. *Jurnal Ners*, 6(1), 1–10. Retrieved from <http://210.57.222.46/index.php/JN/article/view/579/579>
- Aprilani, Nur Fadhila. 2018. Penerapan Konseling Behavioral Teknik Modeling Terhadap Self Succorance siswa Kelas VII SMP LAB Undiksha. Skripsi (tidak diterbitkan) Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.
- Corey, Gerald. 2010. Teori dan Praktek Konseling Psikoterapi. Bandung: PT Refika Aditama.
- Dantes, N. (2007). Metodologi Penelitian untuk Ilmu-ilmu Sosial dan Humaniora. Universitas Ganesha Singaraja.
- Dantes, N. (2012a). Metode Penelitian.
- Dantes, N. (2012b). Metodologi Penelitian. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Dharsana, Ketut. 2013. Teori-Teori Konseling (Diklat). Singaraja: Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.
- Dharsana, Ketut. 2014. Model-Model Teori, Teknik, Skill Bimbingan Konseling. Singaraja: Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.
- Dharsana, ketut. 2014. Dasar-dasar Bimbingan Konseling. Singaraja: Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.
- Djannah, W., Kristen, S. M. P., Eight, S., & Self, B. S. (2012). Teknik sosiodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII B SMP Kristen 1 Surakarta tahun pelajaran 2011/2012, (1), 166–185. Retrieved from <http://www.jurnal.fkip.uns.ac.id/index.php/cons/article/download/728/405>
- Indayani, A., Sedanayasa, G., Nengah, N., & Antari, M. (2014). Meminimalisasi Perilaku Membolos Pada Siswa Kelas X. 1 Sma Negeri 1 Sawan, (1). Retrieved from <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/download/3916/3129>
- Koyan, I. W. (2009). Statistik Dasar dan Lanjut (Teknik Analisis Data Kuantitatif). Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha.
- Nursafitri, R., Setiawati, D., & Interpersonal, H. (2012). Penerapan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk membantu meningkatkan kemampuan hubungan interpersonal siswa. Retrieved from <http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/article/5655/13/article.pdf>
- Sari, I. puspita. (2015). Pengembangan Layanan Informasi Teknik Symbolic Model Dalam Membantu Mengembangkan Kemandirian Belajaranak Usia Sekolah Dasar Indah. Pentingnya Pemahaman Kedudukan Dan Fungsi Bahasa Indonesia Sebagai Pemersatu Negara Kesatuan Republik Indonesia, 1(1), 234–242.
- Sutarjo, I. E., Wmp, D. A., & Suarni, N. K. (2014). Efektivitas Teori Behavioral Teknik Relaksasi dan Brain Gym Untuk Menurunkan Burnout Belajar Pada Siswa Kelas VIII SMP Laboratorium UNDIKSHA SINGARAJA Tahun Pelajaran 2013/2014. E-Journal Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling, 2(1). Retrieved from <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/download/3740/2995>
- Verianto, A., Suranata, K., & Dharsana, I. K. (2014). Penerapan Model Perkembangan Karir Ginzberg Meningkatkan Kesadaran Karir Pada Siswa Kelas X Tkr3 Smk Negeri 3 Singaraja, (1). Retrieved from <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/viewFile/3933/3140>
- Vitter, J. S. (1985). Random sampling with a reservoir. *ACM Transactions on Mathematical Software*, 11(1), 37–57. <https://doi.org/10.1145/3147.3165>
- Wiladantika, Dharsana, K., & Suranata, K. (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 from <https://www.google.co.id/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=5&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwiU19jys93XAhUPTY8KHfGWASEQFghAMAQ&url=http%3A%2F%2Fdownload.portalgaruda.org%2Farticle.php%3Farticle%3D304176%26val%3D1344%26title%3DPENERAPAN%2520KONSELING%2520BE>

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: <Laila> <2019>

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

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

Word Count: 1802

First Publication Right: JIBK Undiksha

