

**EFEKTIVITAS KONSELING BEHAVIORAL TEKNIK  
PENGUATAN POSITIF DAN TEKNIK PENCONTOHAN UNTUK  
MENINGKATKAN KETERAMPILAN KOMUNIKASI ANTAR  
PRIBADI SISWA KELAS VII SMP LABORATORIUM UNDIKSHA  
SINGARAJA SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN  
2013/2014**

Ni Nyoman Oktavia Ayu S., Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S., Dewi Arum W. M.  
P., S.Psi., M.A.

Jurusan Bimbingan Konseling  
Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Pendidikan Ganesha  
Singaraja, Indonesia

e-mail: {[motha08@gmail.com](mailto:motha08@gmail.com), [tut\\_arni@yahoo.com](mailto:tut_arni@yahoo.com),  
[dawmp\\_80@yahoo.com](mailto:dawmp_80@yahoo.com)}

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas konseling behavioral teknik penguatan positif dan teknik pencontohan untuk meningkatkan keterampilan komunikasi antarpribadi siswa kelas VII SMP Laboratorium Undiksha Singaraja semester genap tahun pelajaran 2013/2014. Jenis penelitian ini merupakan studi eksperimen, mengingat tidak semua variabel dan kondisi eksperimen dapat diatur serta dikontrol secara ketat, maka penelitian ini dikategorikan penelitian eksperimen semu (*quasi experiment*). Penelitian ini dilaksanakan sebanyak 7 kali pertemuan/*treatment*. Sampel penelitian ini berjumlah 66 orang siswa dari dua kelas eksperimen yang masing-masing kelas berjumlah 33 orang, sedangkan sampel dalam penelitian ini berjumlah 18 orang siswa, 10 orang dari kelas eksperimen 1 dan 8 orang dari kelas eksperimen 2. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Data penelitian ini dikumpulkan dengan rubrik penilaian keterampilan komunikasi antarpribadi. Penilaian rubrik tersebut dilakukan dua kali yaitu pada pemberian tes awal dan *posttes* kemudian dianalisis dengan program *Microsoft Excel 2003* dan program *SPSS 16.0 for Windows*. Berdasarkan analisis data yang dilakukan, ditemukan hasil penelitian sebagai berikut, yaitu; (1) terdapat peningkatan keterampilan komunikasi antarpribadi siswa yang dicapai dengan teknik penguatan positif dari rata-rata persentase peningkatan sebelum *treatment* sebesar 19,6% menjadi 27,3%, (2) terdapat peningkatan keterampilan komunikasi antarpribadi siswa yang dicapai dengan teknik pencontohan dari rata-rata persentase peningkatan sebelum *treatment* sebesar 16,25% menjadi 29,00%, (3) terdapat perbedaan peningkatan keterampilan komunikasi antarpribadi antara siswa yang diberikan teknik penguatan positif dengan yang diberikan teknik pencontohan dari rata-rata persentase peningkatan sebesar 7,7% dan 12,75%. Berdasarkan uji hipotesis yang dilakukan diperoleh  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ini berarti  $H_0$  diterima.

**Kata-kata kunci:** konseling behavioral, penguatan positif, pencontohan, komunikasi antarpribadi.

**Abstract**

*This research aims to determine efektivitas counseling behavioral technic positif reinforcement and technic modeling to increase interpersonal communication skill in class VII of SMP Lab Undiksha Singaraja of 2<sup>nd</sup> semester in the academic year 2013/2014. This type of research is an experimental study, considering all the variables and experimental conditions can't be regulated, then this research study categorized quasi experiment. This study conducted 7 meeting/ treatment. Sample of this research were 66 student from two*

*classes of experiments that each class still numbered 33 people, while the sample in this study were 18 students, 10 people from the class of experiments 1 and 8 of the experimental class 2. The sampling technique used in this study was purposive sampling technique. The data of this research is collected by rubric assessment of interpersonal communication skill. Rubric assessment is done by two times which is conducted by pretest and posttest, then the data is analyzed by Microsoft Excel 2003 program and SPSS 16.0 for Windows.*

*Based on data analysis, it is found that (1) there is an upgrading of interpersonal communication skill that achieved by "teknik penguatan positif" from upgrading presentation before treatment about 19.6% to be 27.23%. (2) There is an upgrading of interpersonal communication skill that achieved by "teknik pencontohan" from the mean of upgrading presentation before treatment about 16.25% to be 29%. (3) There is different upgrading of interpersonal communication skill that achieved by "teknik penguatan positif" and "teknik pencontohan" from the mean of upgrading presentations were 7.7% and 12.75%. based on hypothesis testing performed is obtain  $t_{hitung} > t_{tabel}$  this means that  $H_0$  accepted.*

**Keywords:** *konseling behavioral, positif reinforcement, modeling, interpersonal communication skill*

## **Pendahuluan**

Tujuan dari pendidikan nasional adalah mencerdaskan kehidupan bangsa. Salah satu upaya pemerintah untuk mencerdaskan kehidupan bangsa adalah dengan meningkatkan mutu pendidikan. Melalui pendidikan, watak dan kemampuan manusia dibentuk secara utuh untuk menghadapi tantangan perkembangan zaman yang semakin berat.

Pernyataan tersebut dikuatkan dalam UU No.20 tahun 1989 (dalam Purwanto, 1995:36) yang menyatakan bahwa: pendidikan nasional bertujuan mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia Indonesia seutuhnya, yaitu manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri serta rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.

Sementara itu, menurut pasal 1 ayat (1) UU No. 20/2003 tentang sistem pendidikan nasional menyatakan bahwa: "Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kegiatan spiritual

keagamaan, tanggung jawab, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan Negara".

Tingkat pendidikan di Indonesia sekarang ini masih sangat mengkhawatirkan, terbukti banyaknya anak-anak yang putus sekolah dan banyak siswa yang tidak lulus dalam ujian akhir sekolah. Permasalahan pendidikan ini tidak perlu menyalahkan siapa yang salah atau yang benar, tetapi kita sebagai generasi penerus harus mampu meningkatkan kualitas pendidikan di Indonesia sekarang ini. Semua pihak baik pemerintah, guru, siswa, orang tua siswa, maupun masyarakat Indonesia yang harus berperan aktif dalam mengatasi masalah kualitas pendidikan.

Komunikasi merupakan salah satu sarana yang digunakan dalam proses belajar. Secara umum komunikasi dapat terjadi pada siapa saja, baik antara guru dengan siswanya, orang tua dengan anaknya, maupun atasan dengan bawahannya. Sehingga komunikasi merupakan jembatan terpenting dari semua aktivitas agar timbul pengertian dan tujuan bersama.

Di sekolah siswa tidak bisa lepas dari pergaulan dengan teman sebayanya dan dengan guru yang

mengajar di sekolah. Untuk dapat melakukan hubungan yang baik, terutama dengan teman sebayanya ataupun dengan guru, siswa dituntut untuk memiliki keterampilan berkomunikasi agar proses hubungan berjalan dengan baik. Namun kenyataannya, sering kita melihat banyak siswa yang masih kurang terampil dalam berkomunikasi.

Banyak siswa belum memahami bahwa dalam melakukan komunikasi bukan hanya menyampaikan dan menerima pesan saja, tetapi juga perlu memperhatikan keterampilan berkomunikasi agar pesan yang disampaikan mudah diterima dan dipahami oleh lawan bicara. Banyak siswa saat berbicara dengan orang lain melakukan hal-hal seperti: kurang mau memperhatikan lawan bicara, kurang dapat merespon (verbal maupun *non-verbal*) dari lawan bicara, tidak mau mendengarkan lawan bicara (cuek), bahkan sering menggunakan bahasa yang tidak baik dan kurang jelas. Hal inilah yang menyebabkan komunikasi siswa menjadi gagal.

Selain itu, kurang terampilnya siswa dalam berkomunikasi dapat menyebabkan kegagalan dalam hubungan sosial dan pendidikan siswa. Misalnya, seorang siswa saat bicara dengan temannya dia tidak mau memperhatikan dan merespon ide yang disampaikan oleh temannya, sehingga temannya tersebut merasa tersinggung dan komunikasi antarpribadi akan terputus. Contoh lainnya adalah ketika siswa diajak berbicara dengan guru, siswa sering kali diam dan menunduk karena tidak memiliki keterampilan komunikasi antarpribadi sehingga kurang terjalannya hubungan yang baik antara guru dengan siswa.

Komunikasi yang sering kita lakukan adalah komunikasi antarpribadi. Dalam komunikasi antarpribadi pesan yang disampaikan oleh komunikator kepada komunikan

selalu terjadi antar pribadi dengan pribadi (siswa dengan siswa, siswa dengan guru). Komunikasi akan tumbuh terus menerus dan berkembang hingga dicapai suatu pengertian bersama antara kedua pihak. Kurang terampilnya seseorang dalam melakukan komunikasi antarpribadi dapat menyebabkan kesalahan dan hancurnya suatu hubungan. Hubungan kita dengan sesama manusia dapat ditingkatkan dengan memahami dan memperbaiki komunikasi yang kita lakukan. Komunikasi antara siswa dengan guru ataupun siswa dengan siswa adalah komunikasi antarpribadi.

Komunikasi dapat terjadi dimana saja baik di rumah, sekolah, maupun di masyarakat. Di sekolah misalnya anak-anak sering melakukan komunikasi baik dengan guru ataupun temannya. Komunikasi seperti itu akan berbeda dengan komunikasi yang dilakukan dalam situasi lain, misalnya komunikasi antar tukang parkir dengan pengendara motor atau antara pembeli dengan pedagang di pasar tradisional. Kedua contoh komunikasi tersebut tidak mungkin akan tumbuh dan berkembang sebagaimana komunikasi antarpribadi, karena jalinan hubungan untuk menjadi akrab tidak menjadi tekanan utama. Sementara itu, dalam komunikasi antarpribadi adanya sikap memperhatikan dan saling memahami. Pemahaman yang dimaksud tidak hanya terjadi pada materi komunikasi, tetapi juga pada pemahaman terhadap keunikan pribadi masing-masing.

Amar (dalam Sedanayasa, 2009:1) mendefinisikan "komunikasi merupakan suatu seni untuk menyampaikan informasi, ide-ide, dan sikap-sikap dari seseorang kepada orang lain". Komunikasi juga dapat dikatakan suatu proses karena komunikasi adalah interaksi yang terjadi antara dua orang atau lebih dimana pihak-pihak yang

berkomunikasi melakukan suatu rangkaian pengolahan pesan dan tindakan untuk mencapai kesepakatan bersama. Pernyataan tersebut juga diperkuat dari beberapa tokoh yang mendefinisikan bahwa komunikasi merupakan sebuah proses. Misalnya, Susanto (dalam Sedanayasa, 2009:2) mengatakan bahwa komunikasi adalah proses pengoperan lambang-lambang yang mengandung arti. Pendapat tokoh lainnya yang mengatakan hal senada adalah Suprpto (2006:5) yang mendefinisikan bahwa komunikasi merupakan setiap langkah mulai dari saat menciptakan informasi sampai dipahaminya informasi tersebut oleh komunikan, jadi jelas bahwa komunikasi merupakan suatu proses dan suatu kegiatan yang berlangsung kontinu.

Sementara itu, komunikasi antarpribadi dapat didefinisikan sebagai suatu proses hubungan yang tercipta, tumbuh, dan berkembang antar pribadi yang satu (sebagai komunikator) dengan pribadi yang lain (sebagai komunikan). Yang satu (komunikator) dengan gayanya sendiri menyampaikan pesan kepada yang lain (komunikan), sedangkan yang lain (komunikan) dengan gayanya sendiri menerima pesan dari sumber (komunikator). Dengan gaya kedinamisan, kesadaran, dan hubungan yang akrab dari masing-masing pihak maka komunikasi itu terus berkembang hingga dicapai persepsi dan tujuan bersama (Sedanayasa, 2009:12-13).

Terdapat beberapa keterampilan yang perlu dikembangkan dalam komunikasi antarpribadi diantaranya adalah keterampilan menerima, keterampilan memperhatikan, keterampilan merespon, keterampilan merefleksi perasaan, keterampilan memberi penguatan, keterampilan mendengarkan, dan keterampilan bertanya (Sedanayasa, 2009:44-62).

Berdasarkan hasil observasi, menunjukkan bahwa masih banyak siswa yang kurang memiliki keterampilan dalam komunikasi antarpribadi. Seperti contoh dalam kegiatan sehari-hari di lingkungan sekolah dalam peranannya sebagai komunikan, beberapa siswa kurang mampu menyampaikan pendapatnya atau merespon informasi sesuai dengan kebutuhan komunikator, atau pada situasi tanya jawab, karena keterampilan mendengarkannya yang kurang efektif, beberapa siswa menunjukkan sikap kurang kondusif seperti pada saat diberikan informasi(pesan) oleh komunikator siswa yang sebagai komunikan terlihat sibuk bercerita dengan teman, menunjukkan sikap yang kurang serius (pandangan yang lain-lain dan tidak fokus kepada lawan bicara atau dengan komunikator). Bahkan tidak hanya itu, masih sering dijumpai siswa yang berbicara kasar dan di sekolahpun masih banyak anak yang kurang bisa menyapa (berpaling muka di saat berpapasan dan jarang mengucapkan salam saat bertemu guru serta lingkungannya). Berbagai bentuk tingkah laku yang ditunjukkan ini sebenarnya merupakan bagian yang termuat dalam berbagai keterampilan komunikasi antarpribadi.

Sehubungan dengan permasalahan tersebut tujuan penelitian ini adalah untuk membantu para siswa agar meningkatkan keterampilan komunikasi antarpribadi. Salah satu teori yang digunakan di dalam penelitian ini adalah teori konseling behavioral dengan dua teknik yaitu: teknik penguatan positif dan teknik pencontohan. Dalam Corey (1988:212-226), model konseling Behavioral memiliki beberapa teknik namun dalam penelitian ini peneliti mengkhususkan pada penggunaan dua teknik yaitu teknik penguatan positif dan teknik pencontohan.

Pertama, teknik penguatan positif dapat digunakan untuk membantu

konseli ataupun siswa mengatasi masalah perilaku yang dalam hal ini adalah cara berkomunikasi mereka yang kurang terampil menjadi lebih terampil. Misalnya, seorang siswa yang berkomunikasi dengan temannya dapat menggunakan keterampilan memberi penguatan berupa penguatan verbal dengan ucapan "bagus sekali idemu" dan *non-verbal* berupa "ancungan jempol" jika apa yang disampaikan oleh temannya sesuai, karena seringkali siswa kurang memahami bahwa penguatan verbal dan *non-verbal* juga penting dalam berkomunikasi agar komunikasi tersebut dapat berjalan dengan baik. Kedua, dalam teknik pencontohan individu dapat mengamati seorang model dan kemudian diperkuat untuk mencontoh tingkah laku sang model. Jadi, secara tidak langsung dengan mengamati tingkah laku orang lain dapat menjadi pengalaman belajar anak untuk merubah tingkah lakunya seperti yang diharapkan. Pencontohan juga dapat dikatakan sebagai proses belajar melalui observasi dimana tingkah laku dari seseorang individu atau kelompok sebagai model, berperan sebagai rangsangan bagi pikiran-pikiran, sikap-sikap, atau tingkah laku individu dengan mengamati model yang ditampilkan. Misalnya saja dalam kehidupan sehari-hari di sekolah mungkin saja ada anak yang mengagumi atau mencontoh dari tingkah laku teman atau siswa lainnya. Sehingga diharapkan dengan mengamati dan mencontoh tingkah laku model-model yang ada, siswa dapat meningkatkan keterampilan komunikasi antarpribadi.

Untuk dapat meningkatkan keterampilan komunikasi antarpribadi dengan keefektifan teknik konseling ini, maka perlu melakukan penelitian dengan menggunakan model konseling behavioral teknik penguatan positif dan teknik pencontohan untuk meningkatkan keterampilan

komunikasi antarpribadi siswa kelas VII SMP Laboratorium Undiksha Singaraja semester genap tahun pelajaran 2013/2014. Penelitian ini akan dilaksanakan dengan media konseling kelompok.

### **Metode**

Penelitian yang akan dilakukan ini merupakan penelitian eksperimen. Mengingat tidak semua variable (gejala yang muncul) dan kondisi eksperimen dapat diatur dan dikontrol secara ketat, maka penelitian ini dikategorikan penelitian eksperimen semu (*quasi experiment*). Populasi dalam penelitian ini adalah semua kelas VII SMP Laboratorium Undiksha Singaraja semester genap tahun pelajaran 2013/2014. Apabila jumlah populasi sangat banyak maka tidak semua anggota populasi tersebut diteliti, melainkan dipilih beberapa individu yang dianggap mewakili seluruh populasi. Ini dilakukan berdasarkan pertimbangan efisiensi. Untuk menentukan kelas eksperimen 1 dan kelas eksperimen 2 peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*. Sampel diambil dari dua kelas VII yaitu kelas VII<sup>2</sup> dan kelas VII<sup>3</sup> di SMP Laboratorium Undiksha Singaraja.

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *the statistic group posttest design*. Rancangan penelitian ini disajikan seperti formula berikut.

$$\frac{X_1 - O_1}{X_2 - O_2}$$

Formula 01

(sumber: Frankel dan Wallen, 1993)

Keterangan:

O<sub>1</sub>, O<sub>2</sub>: observasi/ pengamatan akhir

X<sub>1</sub> : kelas dengan teknik penguatan positif

X<sub>2</sub> : kelas dengan teknik pencontohan

Penelitian ini menyelidiki efektivitas dua variabel bebas terhadap satu variabel terikat. Kedua variabel bebas tersebut adalah teknik penguatan positif dan teknik

pencontohan. Variabel terikat yaitu variabel yang diteliti, pada penelitian ini adalah keterampilan komunikasi antarpribadi. Penguatan positif merupakan salah satu bagian dari teknik pengkondisian operan dalam model konseling behavioral. Perkuatan positif adalah tindakan atau respon terhadap suatu bentuk perilaku yang dapat mendorong munculnya peningkatan kualitas tingkah laku tersebut. Teknik penguatan positif juga dapat dikatakan pembentukan suatu pola tingkah laku dengan memberikan ganjaran atau penguatan segera setelah tingkah laku yang diharapkan muncul adalah suatu cara yang ampuh untuk mengubah tingkah laku. Penguatan-penguatan baik itu primer maupun sekunder, diberikan untuk rentang tingkah laku yang luas. Penguatan-penguatan primer memuaskan kebutuhan-kebutuhan fisiologis. Contoh pemerkuat primer adalah makanan dan tidur atau istirahat. Sedangkan penguatan sekunder yaitu memuaskan kebutuhan-kebutuhan psikologi dan sosial, memiliki nilai karena berasosiasi dengan penguatan primer. Contoh penguatan sekunder yang bisa menjadi alat yang ampuh untuk membentuk tingkah laku yang diharapkan antara lain adalah senyuman, persetujuan, uang, pujian, hadiah, bintang emas, medali, tanda penghargaan atau hadiah. Penerapan pemberian penguatan positif pada psikoterapi membutuhkan spesifikasi tingkah laku yang diharapkan, penemuan tentang apa agen yang memperkuat bagi individu dan penggunaan penguatan positif secara sistematis dapat memunculkan tingkah laku yang diinginkan. Perry dan Furukawa (dalam Abimanyu dan Manrihu 1996: 256) mendefinisikan pencontohan sebagai proses belajar melalui observasi dimana tingkah laku dari seorang individu atau kelompok, sebagai model, berperan sebagai

rangsangan bagi pikiran-pikiran, sikap-sikap, atau tingkah laku sebagai bagian dari individu yang lain yang mengobservasi model yang ditampilkan. Senada dengan itu, menurut Cormier dan Cormier (dalam Abimanyu dan Manrihu 1996: 256) pencontohan juga didefinisikan sebagai prosedur dimana seseorang dapat belajar melalui mengobservasi tingkah laku orang lain. Dalam beberapa hal, pencontohan atau *modeling* digunakan sebagai strategi terapi untuk membantu klien memperoleh respon atau menghilangkan rasa takut. Dalam hal ini, pencontohan adalah suatu komponen dari suatu strategi dimana konselor menyediakan demonstrasi tentang tingkah laku yang menjadi tujuan. Model dapat berupa model yang sesungguhnya (langsung) dan dapat pula model simbolis. Model yang sesungguhnya adalah orang yaitu bisa konselor, guru, dan teman sebaya. Seperti yang diungkapkan oleh Nye (dalam Cormier dan Cormier, 1985) konselor bisa menjadi model langsung dengan mendemonstrasikan tingkah laku yang dikehendaki dan mengatur kondisi optimal bagi klien untuk menirunya. Model simbolis dapat disediakan melalui material tertulis seperti: buku pedoman, film, rekaman audio dan video, rekaman slide, atau foto. Pencontohan juga dapat dilakukan dengan meminta klien mengimajinasikan seseorang melakukan tingkah laku yang menjadi target seperti yang dilakukan dalam "konseling terselubung". Bandura (dalam Corey 1988: 226) menyatakan bahwa segenap belajar yang bisa diperoleh melalui pengalaman langsung bisa pula diperoleh secara tidak langsung dengan mengamati tingkah laku orang lain berikut konsekuensi-konsekuensinya. Jadi, kecakapan-kecakapan sosial tertentu bisa diperoleh dengan mengamati dan mencontoh tingkah laku model- model

yang ada. Reaksi-reaksi emosional yang terganggu yang dimiliki seseorang juga bisa dihapus dengan cara orang itu mengamati orang lain yang mendekati objek-objek atau situasi-situasi yang ditakuti tanpa mengalami akibat-akibat yang menakutkan dengan tindakan yang dilakukannya. Pengendalian diripun bisa dipelajari melalui pengamatan atau model yang dikenai hukuman. Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat diambil sebuah *grand theory* dari Bandura yang menyatakan bahwa pencontohan atau *modeling* merupakan salah satu teknik konseling dimana seseorang belajar membuat dan menerapkan perilaku baru melalui proses pengamatan, mengobservasi, menggeneralisir perilaku orang lain (model), dimana dalam pencotohan ini juga melibatkan proses kognitif dan kreatif bukan semata-mata meniru/imitasi saja. Teknik pencontohan ini adalah suatu komponen dari suatu strategi dimana konselor menyediakan demonstrasi tentang tingkah laku yang menjadi tujuan dalam penelitian. Komunikasi yang sering kita lakukan adalah komunikasi antarpribadi. Dalam komunikasi antarpribadi pesan yang disampaikan oleh komunikator kepada komunikan selalu terjadi antar pribadi dengan pribadi (siswa dengan siswa, siswa dengan guru). Komunikasi akan tumbuh terus menerus dan berkembang hingga dicapai suatu pengertian bersama antara kedua belah pihak. Agar komunikasi berjalan dengan baik dan lancar serta memberi manfaat baik bagi pihak penyampai pesan maupun bagi pihak penerima pesan, maka diperlukan adanya keterampilan komunikasi antarpribadi. Menurut Hafied Changara (2007:85) keterampilan komunikasi antarpribadi adalah, "Kemampuan seseorang untuk menyampaikan atau mengirim pesan kepada penerima pesan". Hal senada juga disampaikan oleh Anwar

Arifin (2008:58) bahwa keterampilan komunikasi antarpribadi adalah, "Kemampuan seseorang dalam menyampaikan pesan yang jelas dan mudah dipahami oleh penerima pesan". Selanjutnya, menurut Sedanayasa (2009:44) keterampilan komunikasi antarpribadi adalah kemampuan yang dimiliki oleh seseorang yang digunakan untuk berdialog atau berbicara dengan lawan bicara yang disertai dengan saling memperhatikan dan mengamati. Berdasarkan beberapa pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa keterampilan komunikasi antarpribadi adalah kemampuan seseorang untuk menyampaikan atau mengirim pesan yang jelas dan mudah dipahami oleh penerima pesan dan disertai pula dengan sikap saling memperhatikan dan mengamati. Agar hubungan dua belah pihak terjalin akrab dan suasana komunikasi tercipta kondusif, maka ada beberapa keterampilan yang perlu diperhatikan bahkan dikembangkan oleh pihak yang melakukan komunikasi yaitu: keterampilan menerima atau *rapport*, keterampilan memperhatikan, keterampilan merespon, keterampilan merefleksikan perasaan, keterampilan memberi penguatan, keterampilan mendengarkan, dan keterampilan bertanya. Konsep-konsep yang menyangkut secara operasional dalam penelitian ini adalah yang terkait dengan variabel utama penelitian ini yaitu keterampilan komunikasi antarpribadi. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah keterampilan komunikasi antarpribadi, sedangkan variabel bebasnya adalah teknik penguatan positif dan teknik pencontohan. Keterampilan komunikasi antarpribadi nantinya akan diukur melalui tujuh keterampilan yang dikembangkan dalam komunikasi antarpribadi yaitu: keterampilan menerima atau *rapport*, keterampilan memperhatikan,

keterampilan merespon, keterampilan merefleksikan perasaan, keterampilan memberi penguatan, keterampilan mendengarkan, dan keterampilan bertanya. Penilaian keterampilan komunikasi antarpribadi dapat dilakukan dengan menggunakan rubrik penilaian. Rubrik penilaian adalah pedoman penilaian yang dibuat peneliti untuk memudahkan dalam pemberian skor atau nilai dari hasil kinerja siswa. Rubrik penilaian dalam penelitian keterampilan berkomunikasi antarpribadi menggunakan 5 tingkatan dengan skor tiap tingkatan tersebut berbeda. Untuk menentukan skor yang diperoleh siswa pada setiap soal maka disusun kriteria-kriteria yang harus dipenuhi untuk mendapatkan skor tersebut.

**Hasil dan Pembahasan**

Penelitian eksperimen ini dilakukan di SMP Laboratorium Undiksha Singaraja pada siswa kelas VII semester genap tahun pelajaran 2013/2014. Untuk menentukan kelas eksperimen 1 dan kelas eksperimen 2 peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*. Dari teknik tersebut didapatkan kelas VII<sup>2</sup> dan VII<sup>3</sup> yang masing-masing berjumlah 33 orang dan selanjutnya dilaksanakan pengambilan data tes awal dengan menggunakan rubrik penilaian. Tes yang dilakukan adalah tes berbicara ke depan kelas dan dinilai dengan menggunakan rubrik penilaian, sehingga didapatkan siswa yang memiliki keterampilan komunikasi antarpribadi yang rendah berjumlah 10 orang di kelas VII<sup>2</sup> dan 8

orang di kelas VII<sup>3</sup>. Pelaksanaan tes berbicara terhadap 66 orang siswa dilaksanakan selama 2 kali pertemuan, yaitu pada tanggal 3 april 2014 di kelas VII<sup>2</sup> dan tanggal 4 april 2014 di kelas VII<sup>3</sup>. Tes keterampilan komunikasi antarpribadi ini terdiri dari 7 indikator (keterampilan menerima, keterampilan memperhatikan, keterampilan merespon, keterampilan merefleksi perasaan, keterampilan memberikan penguatan, keterampilan mendengarkan, serta keterampilan bertanya) dan masing-masing indikator tersebut memiliki rentangan skor dari 1 – 5 disesuaikan dengan butir-butir keterangan yang ada pada rubrik penilaian. Setelah menetapkan siswa-siswa yang menjadi anggota sampel, kemudian ditentukan teknik apa yang akan digunakan kepada kedua kelas sampel tersebut sehingga didapatkan kelas VII<sup>2</sup> yang berjumlah 10 orang masuk dalam kelompok eksperimen 1 dengan teknik penguatan positif dan kelas VII<sup>3</sup> yang berjumlah 8 orang masuk dalam kelompok eksperimen 2 dengan teknik pencontohan. Dalam penelitian ini dicari keefektifan kedua teknik tersebut untuk meningkatkan keterampilan komunikasi antarpribadi dengan melihat perbandingan selisih/*gain score* antara data tes awal dengan *posttest* pada kelompok eksperimen 1 dan kelompok eksperimen 2. Rekapitulasi data tes awal, *posttest*, dan *gain score* disajikan pada tabel berikut.

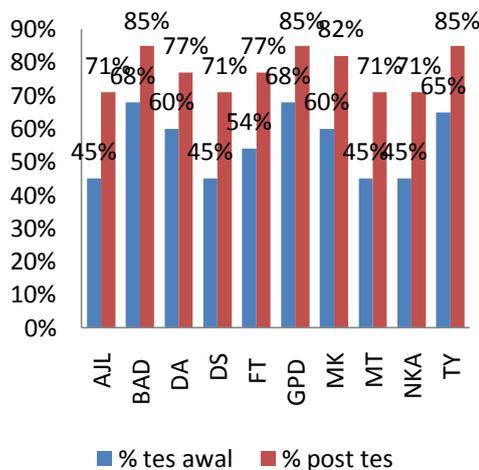
Tabel 01. Rekapitulasi Data Tes Awal, *Posttest*, dan *Gain Score*

Kelompok Eksperimen 1				Kelompok Eksperimen 2			
No.	Test Awal	Post Test	Selisih/ <i>gain score</i>	No.	Test Awal	Post Test	Selisih/ <i>gain score</i>
1	16	25	9	1	15	27	12
2	24	30	6	2	17	32	15
3	21	27	6	3	20	32	12
4	16	25	9	4	20	30	10
5	19	27	8	5	14	27	13
6	24	30	6	6	13	27	14

7	21	29	8	7	21	32	11
8	16	25	9	8	10	25	15
9	16	25	9				
10	23	30	7				
$\Sigma$	196	273	77		130	232	102
Mean	19.6	27.3			16.25	29	

**Deskripsi Data Kelompok Siswa yang Diberikan Teknik Penguatan Positif**

Dari hasil pelaksanaan tes awal didapatkan 10 orang siswa yang memiliki keterampilan komunikasi antarpribadi rendah dengan perolehan presentase di bawah 70% dari 33 orang siswa di kelas VII<sup>2</sup> SMP Laboratorium Undiksha Singaraja. Setelah diperoleh data awal, siswa yang memiliki keterampilan komunikasi antarpribadi rendah diberikan *treatment* dengan model konseling behavioral teknik penguatan positif dan diperoleh data post tes yang akan ditampilkan pada gambar berikut.



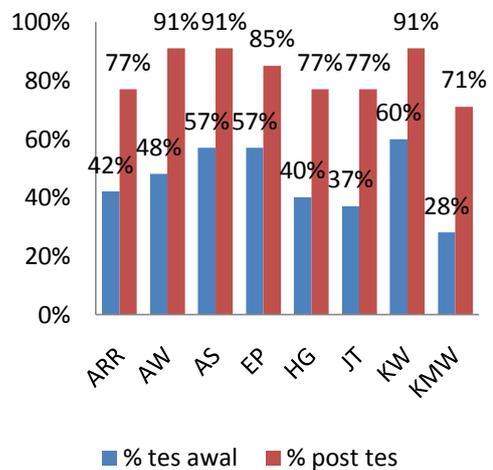
Gambar 01

Grafik Peningkatan Keterampilan Komunikasi Antarpribadi dengan Teknik Penguatan Positif

**Deskripsi Data Kelompok Siswa yang Diberikan Teknik Pencontohan**

Dari hasil pelaksanaan tes awal didapatkan 8 orang siswa yang memiliki keterampilan komunikasi antarpribadi rendah dengan perolehan presentase di bawah 70% dari 33

orang siswa di kelas VII<sup>3</sup> SMP Laboratorium Undiksha Singaraja. Setelah diperoleh data awal, siswa yang memiliki keterampilan komunikasi antarpribadi rendah diberikan *treatment* dengan model konseling behavioral teknik pencontohan dan diperoleh data post tes yang akan ditampilkan pada gambar berikut.

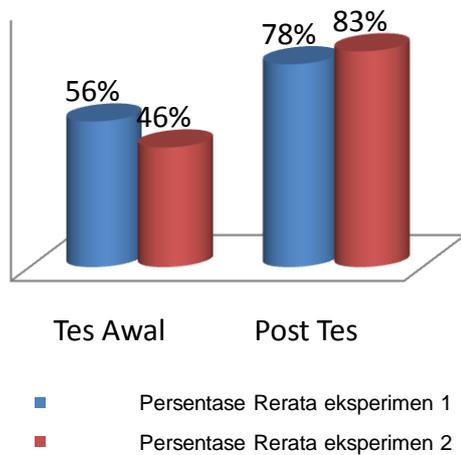


Gambar 02

Grafik Peningkatan Keterampilan Komunikasi Antarpribadi dengan Teknik Pencontohan

**Persentase Rerata Keterampilan Komunikasi Antarpribadi pada Tes Awal dan Posttes Antara Kelompok Eksperimen 1 dan Kelompok Eksperimen 2**

Persentase rerata keterampilan komunikasi antarpribadi pada tes awal dan posttes diklasifikasikan antara kelompok eksperimen 1 (dengan teknik penguatan positif) dan kelompok eksperimen 2 (dengan teknik pencontohan) akan disajikan pada gambar berikut.



Gambar 03  
Grafik Presentasi Rerata  
Keterampilan Komunikasi Antarpribadi  
pada Tes Awal dan Posttes Antara  
Kelompok Eksperimen 1 dan  
Kelompok Eksperimen 2

Secara umum teknik penguatan positif dan teknik pencontohan sama-sama mampu meningkatkan keterampilan komunikasi antarpribadi. Namun, berdasarkan visualisasi grafik pada gambar tersebut tampak bahwa persentase rata-rata peningkatan keterampilan komunikasi antarpribadi siswa dengan menggunakan teknik pencontohan lebih tinggi daripada siswa yang diberikan *treatment* dengan menggunakan teknik penguatan positif. Hal ini membuktikan bahwa konseling behavioral dengan teknik pencontohan yang diterapkan lebih efektif untuk meningkatkan keterampilan komunikasi antarpribadi daripada teknik penguatan positif.

Keefektifan peningkatan tersebut memiliki beberapa alasan yaitu: (1) Konseling behavioral adalah suatu *treatment* atau suatu proses pemberian bantuan kepada seseorang guna membantu seseorang tersebut untuk mengubah perilaku yang maladaptif menjadi adaptif dengan menggunakan teknik *pencontohan*.

Ini berarti kebiasaan-kebiasaan yang maladaptif dilemahkan dan dihilangkan, kemudian perilaku adaptif ditimbulkan dan dikukuhkan, (2) Teknik pencontohan merupakan salah satu teknik konseling dimana seseorang belajar membuat dan menerapkan perilaku baru melalui proses pengamatan, mengobservasi, mengeneralisir perilaku orang lain (*model*), dimana dalam pencontohan ini juga melibatkan proses kognitif dan kreatif bukan semata-mata meniru/imitasi saja. Jadi, dengan mengamati *live model* dan *symbolic model* siswa akan lebih mudah dalam meningkatkan keterampilan komunikasi antarpribadi.

### Penutup

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang diuraikan sebelumnya dapat disimpulkan sebagai berikut, (1) Model Konseling Behavioral dengan teknik penguatan positif dan teknik pencontohan sama-sama efektif untuk meningkatkan keterampilan komunikasi antarpribadi siswa kelas VII SMP Laboratorium Undiksha Singaraja. Peningkatan keterampilan komunikasi antarpribadi tersebut dapat diketahui dengan melihat hasil *tes awal* dan *posttest* siswa, (2) Kelompok eksperimen konseling behavioral dengan teknik pencontohan lebih efektif meningkatkan keterampilan komunikasi antarpribadi siswa dibandingkan dengan kelompok eksperimen konseling behavioral dengan teknik penguatan positif. Hal ini disebabkan karena kelompok eksperimen dengan teknik pencontohan diberikan *live model* dan *symbolic model* sehingga siswa mampu lebih mudah meningkatkan keterampilan komunikasi antarpribadinya. Dari hasil analisis data memang benar bahwa kelompok eksperimen konseling behavioral dengan teknik pencontohan lebih

efektif daripada kelompok kelompok eksperimen konseling behavioral teknik penguatan positif.

Secara umum model konseling behavioral dengan teknik penguatan positif dan teknik penconthoran sangat membantu bimbingan dan konseling di sekolah, khususnya bagi para siswa yang mengikuti bimbingan sehingga sebagai tindak lanjut peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut, (1) Sekolah sebagai pemegang kebijakan sekaligus pengembang pendidikan diharapkan dapat mempertimbangkan model konseling behavioral dengan teknik penguatan positif dan teknik penconthoran sebagai acuan untuk meningkatkan keterampilan komunikasi antarpribadi siswa, (2) Guru Bimbingan Konseling/ konselor SMP Laboratorium Undiksha Diharapkan untuk berupaya melakukan beberapa pendekatan dalam mengatasi permasalahan siswa. Yang dalam penelitian ini, guru BK di sekolah dapat menggunakan salah satu pendekatan untuk mengatasi keterampilan komunikasi antarpribadi siswa yang rendah dengan konseling behavioral teknik penguatan positif dan teknik penconthoran. Selain itu diharapkan hasil penelitian ini dapat meningkatkan kemampuan dalam pengembangan teori dan teknik bimbingan konseling, (3) Siswa kelas VII SMP Laboratorium Undiksha Singaraja diharapkan mampu mempertahankan keterampilan komunikasi antarpribadi sehingga dapat dimanfaatkan dalam kehidupan sehari-hari, (4) Kepada peneliti selanjutnya diharapkan agar dapat mempertimbangkan penggunaan model konseling behavioral teknik penguatan positif dan teknik penconthoran dalam latar yang lebih luas dibidang pendidikan maupun dalam bidang-bidang lainnya dengan

melakukan pembuktian-pembuktian yang lebih mendalam dan memperhatikan kelemahan-kelemahan yang ditemukan dalam penelitian ini.

#### **Daftar Pustaka**

- Abimanyu, Soli dan Thayeb Manrihu. 1996. *Tehnik Dan Laboratorium Konseling*. Jakarta: Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Corey, Gerald. (E. Koeswara. Penerjemah) 1988. *Teori Praktek dan konseling dan Psikotrapi*. Bandung : PT. Eresco
- Dantes, Nyoman. 2012. *Analisis Varians*. Singaraja: Undiksha
- Depdiknas, 2003. UU Pendidikan Nasional. Diakses di <http://www.depdiknas.htm>
- Natawidjaja, Rochman. 2009. *Konseling Kelompok (Konsep Dasar dan Pendekatan)*. Bandung: PT. Rizqi Press.
- Saraswati, Ary. 2013. Penerapan Konseling Behavioral Teknik Penguatan Positif Untuk Meningkatkan Keterampilan Berkomunikasi Antar Pribadi Siswa Kelas X A Pemasaran SMKN 1 Singaraja Tahun Pelajaran 2012/2013 *Skripsi (Tidak diterbitkan)*. Singaraja : Undiksha
- Sedanayasa. 2009. *Keterampilan Komunikasi*. Singaraja: Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.
- dan Kadek Suranata. 2010. *Panduan Praktik Wawancara Konseling (Mikro*

*Konseling*). Singaraja: Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.

Sopya Yanti, Ayu. 2013. Penerapan Konseling Behavioral Teknik Modeling Untuk Mengembangkan Sikap Empati Siswa Kelas XC UPW SMKN 1 Singaraja Tahun Pelajaran 2012/2013 *Skripsi (Tidak diterbitkan)*. Singaraja : Undiksha

Supratiknya, 1995. *Komunikasi Antarpribadi*. Yogyakarta: Kanisius

Suranata. 2011. *Bimbingan Konseling Kelompok*. Singaraja: Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.

Wulandari, Diah. 2009. *Komunikasi Dan Konseling Dalam Praktik Kebidanan*. Yogyakarta : Nusa Offset