

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

I Kadek Jeri Sastrawan¹, Ni Ketut Suarni², Dewi Arum WMP³.
¹²³Jurusan Bimbingan Konseling
Universitas Pendidikan Ganesha
Singaraja, Indonesia

e-mail:jeri_sastrawan@yahoo.co.id, tut_arni@yahoo.com
dawmp_80@yahoo.com

ABSTRAK

Penelitian tindakan bimbingan konseling ini bertujuan untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa pada kelas X di SMK Negeri 2 Singaraja dengan penerapan konseling *behavioral* strategi *Self Management* model Yates. Subjek penelitian ini adalah kelas Akomodasi Perhotelan 3 di tahun pelajaran 2013/2014. Jumlah siswa adalah 33 siswa dengan 16 siswa perempuan dan 17 siswa laki-laki. Penelitian ini terdiri dari dua siklus, setiap siklus terdapat enam langkah yaitu identifikasi, diagnosa, prognosa, treatment, evaluasi dan refleksi. Data diperoleh melalui tiga jenis instrumen seperti: wawancara, kuesioner, dan observasi. Kriteria ketuntasan minimal adalah 65%, tetapi pada observasi awal ditemukan 5 siswa yang mempunyai masalah dalam kemandirian belajar seperti yang ditunjukkan oleh skor rata-rata siswa yaitu 57.94% (kategori rendah). Setelah diberikan tindakan, 2 siswa masih mempunyai masalah, jadi siswa perlu diberikan tindakan lanjutan. Nilai rata-rata siswa meningkat mencapai 71.77% pada siklus I yang dikategorikan sedang. Peningkatannya yaitu 13.83% dari observasi awal ke siklus I. Akhirnya, skor rata-rata siswa dapat mencapai kriteria sangat tinggi dengan nilai 88.80% pada siklus II. Peningkatannya yaitu 16.23% dari siklus I ke siklus II. Dari hasil observasi, ditemukan bahwa strategi *Self Management* model Yates membantu siswa untuk meningkatkan kemandirian belajar. Hasil ini juga didukung oleh catatan harian (*log sheet*) yang dibuat oleh siswa. Jadi, konseling *behavioral* strategi *Self Management* model Yates dapat meningkatkan kemandirian belajar siswa.

Kata-kata kunci : kemandirian belajar, strategi *self management*, konseling *behavioral*.

ABSTRACT

This action research in counseling aimed at improving students' directed learning of the tenth grade students of SMK Negeri 2 Singaraja by using Self Management Strategy Yates Model. The subjects of the study were the students of Akomodasi Perhotelan 3 in academic year 2013/2014. The total number of subjects was 33 students consisting of 16 female and 17 male students. This study comprised two cycles; each cycle involved six steps, namely identification, diagnose, prognose, treatment, evaluation, and reflection. The data were obtained through three kinds of instruments namely: interview guide, questionnaire and observation. The school minimum passing grade was 65%, however on preliminary observation was found that 5 students had problem in directed learning as revealed by the mean score of 57.94% (insufficient category). After the treatment was conducted, 2 students still had problem so the students needed to be given the treatment. The mean score increase to 71.77% in cycle I (sufficient category). The improvement was 13.83% from preliminary observation to cycle I. Finally, the students' mean score could reach a very good category which was 88.80% in cycle II. The improvement was 16.23% from cycle I to cycle II. From the result of observation, it was found that Self Management Strategy Yates Model

helped them improve their directed learning. This result was also optimized by the students' log sheet. In addition, Self Management Strategy Yates Model could improve their directed learning.

Key words: directed learning, self management, counseling behavioral

Pendahuluan

Bagi suatu bangsa pendidikan merupakan salah satu bagian yang sangat penting. Dalam upaya meningkatkan Sumber Daya Manusia, sektor pendidikan memegang peranan yang utama, sebab melalui pendidikan diharapkan dapat menghasilkan generasi penerus yang berkualitas dan mampu menyesuaikan diri untuk hidup bermasyarakat, berbangsa dan bernegara. Salah satu misi pendidikan saat ini adalah mewujudkan sistem dan iklim pendidikan nasional yang demokratis dan bermutu guna memperteguh akhlak mulia, kreatif, inovatif, berwawasan kebangsaan, cerdas, sehat, berdisiplin, bertanggung jawab, berketerampilan, serta menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi dalam rangka mengembangkan kualitas manusia Indonesia.

Di dalam proses pendidikan di sekolah, kegiatan pembelajaran merupakan kegiatan yang paling pokok. Ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan sangat tergantung pada proses pembelajaran yang dialami oleh siswa sebagai anak didik. Sekolah sebagai tempat penyelenggaraan pendidikan formal yang selalu berupaya menciptakan proses pembelajaran agar menarik dan menyenangkan bagi siswa. Peranan pendidikan dalam keluarga, sekolah dan masyarakat sangat penting, khususnya bagi penerus bangsa yang memikul tanggung jawab demi kemajuan dan kelangsungan hidup suatu bangsa.

Sekolah sebagai salah satu lembaga formal memiliki tujuan yang sama dengan tujuan pendidikan nasional. Mencapai tujuan tersebut tidak selalu berjalan dengan lancar karena penyelenggaraan pendidikan bukan suatu yang sederhana tetapi bersifat kompleks. Banyak faktor yang mempengaruhi tercapainya tujuan

pendidikan baik faktor dari peserta didik maupun pihak sekolah.

Tercapainya tujuan pendidikan seperti yang disebutkan di atas salah satunya adalah faktor dari peserta didik. Keberhasilan proses pembelajaran sangat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal dari peserta didik. Faktor internal yang dimaksud adalah faktor yang berasal dari dalam diri peserta didik, yaitu antara lain kecerdasan siswa, motivasi, minat, kemandirian belajar, sikap dan bakat. Sedangkan faktor eksternal yang dimaksud adalah faktor yang berasal dari luar peserta didik, yaitu lingkungan keluarga, lingkungan masyarakat, dan lingkungan sekolah.

Seperti yang telah dipaparkan di atas bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi belajar adalah kemandirian belajar. Kemandirian belajar merupakan salah satu unsur yang penting dalam proses belajar mengajar karena menyangkut inisiatif siswa. Siswa yang mandiri telah memiliki nilai-nilai yang dianutnya sendiri dan menganggap bahwa belajar bukanlah sesuatu yang memberatkan, namun merupakan sesuatu yang telah menjadi kebutuhan bagi siswa untuk meningkatkan prestasi.

Drost (dalam Suarni, 2005:7) menyatakan bahwa individu yang mandiri adalah individu yang tahu dan menerima keunggulan dan kelemahan diri, tidak dihindangi kerendahan hati yang palsu, sadar akan dan bangga atas kepribadiannya yang berharga dan penting bagi sesama. Menggunakan kemampuan secara penuh, pantang mundur meskipun terdapat kekurangan, menerima diri sendiri dan orang lain dengan apa adanya, tidak berkelit dalam menghadapi kenyataan, tetapi berani *to face the fact* atau beradu dada dengan kenyataan.

Setiap peserta didik memiliki cara tersendiri dalam menginterpretasikan dan beradaptasi dengan lingkungannya. Hal ini karena setiap anak memiliki struktur kognitif yang ada dalam pikiran sebagai hasil pemahaman terhadap objek yang ada dalam lingkungannya. Pemahaman anak tentang objek tersebut berlangsung melalui proses asimilasi (menghubungkan objek dengan konsep yang sudah ada dalam pikiran) dan proses akomodasi (proses memanfaatkan konsep-konsep dalam pikiran untuk menafsirkan objek). Proses tersebut jika berlangsung terus-menerus akan membuat pengetahuan lama dan pengetahuan baru menjadi seimbang. Dengan cara seperti itu secara bertahap anak dapat membangun kemandirian dalam belajar melalui interaksi dengan lingkungannya. Kemandirian anak dalam aktivitas belajar bertujuan agar anak mengetahui secara sadar apa yang dilakukannya dan tahu apa yang menjadi tujuannya. Anak akan merasa bahagia bahwa ia mempunyai arti bagi diri dan orang lain, ia mampu mengenali diri, mengetahui kekurangan dan kelebihan, dapat menerima diri dan orang lain seperti apa adanya, dapat bertanggung jawab atas apa yang dilakukannya, pantang mundur meski ada kekurangan pada dirinya dan juga berani menghadapi kenyataan yang ada.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal sebelum penelitian yang telah dilakukan di SMK Negeri 2 Singaraja menyebutkan bahwa ada beberapa siswa yang menampilkan tanda-tanda kurang memiliki kemandirian belajar. Dalam ulangan harian siswa menunjukkan sikap yang tidak siap, siswa selalu minta diberitahu terlebih dahulu jika akan diadakan ulangan harian. Siswa tersebut diduga kurang memiliki kesadaran untuk melaksanakan kegiatan belajar, sehingga mereka baru akan melakukan kegiatan belajar apabila diingatkan oleh orang lain, siswa kurang mampu mengatur waktu secara efektif, siswa sering menunda-nunda tugas sekolah. Selain itu adanya siswa mencontek pada saat ujian atau ulangan. Hal tersebut juga menunjukkan

kemandirian belajar yang masih kurang. Siswa masih kurang percaya diri pada jawaban dan kemampuannya sendiri.

Untuk mengatasi masalah tersebut sebenarnya telah ada upaya dari guru seperti dengan memberikan layanan belajar kelompok di sekolah tetapi hasilnya belum efektif dan perilaku siswa dalam aktivitas belum mencerminkan kemandirian. Oleh sebab itu dalam penelitian ini penulis berupaya untuk memecahkannya melalui layanan konseling *Behavioral* dengan strategi *Self Management* model Yates. Dengan strategi *Self management* peserta didik mampu mengelola dirinya dan mengarahkan perilaku-prilakunya kearah yang positif.

Yates 1985 (dalam Suarni, 2004:63) menyebutkan bahwa pengelolaan diri merupakan strategi yang mendorong individu untuk mampu mengarahkan perilaku-perilakunya sendiri dengan tanggung jawab atas tindakannya untuk mencapai kemajuan diri. Untuk mengembangkan pengelolaan diri secara efektif maka perlu dilakukan langkah-langkah dengan tahapan yang sistematis menggunakan prosedur yang jelas.

Salah satu strategi yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan layanan konseling dengan mengambil persepsi, kepercayaan diri dan mengubah perilaku kurang mandiri. Cara ini dalam bidang konseling disebut dengan konseling *behavioral*.

Bootzin (dalam Setiawan,2013:6) mengatakan bahwa "konseling *behavioral* dikenal juga dengan modifikasi perilaku yang dapat diartikan sebagai tindakan yang bertujuan untuk mengubah perilaku". Modifikasi perilaku dapat pula diartikan sebagai usaha menerapkan prinsip-prinsip belajar pada belajar pada perilaku manusia.

Pendekatan *behavioral* akan lebih efektif jika diterapkan dengan teknik atau strategi khusus. Salah satu strategi yang digunakan adalah strategi pengelolaan diri atau *Self Management*.

Melihat kurangnya kemandirian belajar beberapa siswa di SMK Negeri 2

Singaraja yang diasumsikan karena pengelolaan diri yang masih rendah maka dalam penelitian ini dicoba melakukan penelitian yang berjudul "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".

Metode

Jenis penelitian ini tergolong Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (*Action Research in Counseling*) dalam bentuk penelitian kolektif dan reflektif. Penelitian tindakan adalah cara suatu kelompok atau seseorang dalam mengorganisasi suatu kondisi sehingga mereka dan membuat pengalaman mereka dapat diakses orang lain, (Darmadi, 2011:244). Penelitian tindakan dapat dilakukan baik secara individu maupun group dengan harapan pengalaman mereka dapat ditiru atau diakses untuk memperbaiki kualitas kerja orang lain. secara praktis, penelitian tindakan pada umumnya sangat cocok untuk meningkatkan kualitas subjek yang hendak diteliti.

Subjek penelitian adalah siswa kelas X Akomodasi Perhotelan 3 SMK Negeri 2 Singaraja tahun pelajaran 2013/2014. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan pengambilan subjek penelitian ini dilatarbelakangi karena masih ada siswa yang memiliki kemandirian belajar rendah. Hal ini ditunjukkan dari beberapa siswa masih ada yang belum mampu mandiri dalam kegiatan belajar.

Variabel yang dilibatkan dalam penelitian ini terdiri dari variabel bebas yaitu konseling *Behavioral* dengan teknik *Self Management* model Yates dan variabel terikat yaitu kemandirian belajar.

Penelitian tindakan bimbingan konseling ini dilaksanakan dalam 2 (dua) siklus. Dalam dua siklus masing-masing terdapat 6 tahapan yaitu tahap identifikasi, tahap diagnosa, prognosa, tahap *treatment*/konseling, tahap evaluasi, dan

tahap refleksi. Tahapan penelitian akan dijabarkan sebagai berikut:

Tahap identifikasi adalah tahap untuk mengumpulkan informasi data konseli/klien. Sebelum konseling peneliti sudah memiliki data yang sudah dipercaya, valid dan relevan. Misalnya data konseli tentang autobiografi, wawancara, observasi dan sebagainya yang relevan. Tahap identifikasi dilaksanakan di awal siklus.

Tahap diagnosa adalah suatu proses untuk menganalisis penyebab suatu masalah yang dihadapi konseli/klien. Setelah diidentifikasi siswa yang memiliki kemandirian belajar rendah maka langkah selanjutnya adalah menentukan faktor penyebab siswa mengalami masalah seperti itu.

Tahap prognosa adalah suatu proses dan prosedur untuk menyiapkan rencana-rencana untuk melatih siswa atau konseli dalam sebuah upaya yang dilakukan dalam proses konseling. Penelitian ini untuk memecahkan masalah sehubungan dengan rendahnya kemandirian belajar pada siswa.

Tahap *treatment* yang bertujuan untuk membantu siswa agar mampu menumbuhkan kemandirian belajar. Terapi/*treatment* yang diberikan kepada siswa sesuai dengan prosedur dan langkah-langkah bantuan yang telah ditetapkan dalam prognosa. Dalam tindakan ini dilakukan kegiatan pelayanan konseling kelompok sebanyak 2 kali pertemuan konseling dan 1 kali evaluasi.

Tahap evaluasi/tindak lanjut/*follow up* adalah suatu proses penilaian terhadap indikator-indikator yang tercantum pada prognosa. Evaluasi dilakukan dengan menggunakan teknik pengumpulan data yang telah disiapkan sebagai instrumen penelitian, observasi dan kuesioner dilakukan untuk mengamati dan mengetahui kemandirian belajar siswa.

Tahap refleksi adalah proses pemikiran dan perenungan kembali pada tahap-tahap sebelumnya. Hasil evaluasi tersebut kemudian ditindaklanjuti untuk menentukan rancangan tindakan berikutnya. Hasil tindak lanjut ini

digunakan sebagai dasar memperbaiki dan menyempurnakan identifikasi, diagnosa, prognosa, dan konseling yang telah dilakukan.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data mengenai kemandirian belajar siswa. Peneliti menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data primer dan metode observasi dan wawancara sebagai metode pengumpulan data sekunder.

Dalam penelitian ini digunakan kuesioner kemandirian belajar dengan pola Likert. Jawaban responden dalam kuesioner ini terikat pada sejumlah alternative jawaban jawaban yang telah disediakan yaitu : Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Kurang Sesuai (KS), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Pemberian skor pada alternative jawaban positif pilihan SS=5, S=4, KS=3, TS=2 dan STS=1. Sedangkan untuk alternative pernyataan negative pilihan SS=1, S=2, KS=3, TS=4 dan STS=5. Kuesioner dipergunakan untuk mengukur sikap siswa atau individu terhadap objek tertentu atau individu tertentu, dalam penelitian ini yaitu kemandirian belajar. Aspek kemandirian belajar yang diukur yaitu berorientasi pada masa depan dengan indikator berusaha untuk meningkatkan prestasi dan sadar dengan keunggulan dan kelemahan, mandiri dengan indikator pantang mundur, menggunakan kemampuan secara penuh dan berinisiatif dan bertanggung jawab dengan indikator bertanggungjawab secara pribadi, bertanggungjawab dalam bekerja dan berkonsentrasi pada tugas.

Skala sikap digunakan disini adalah skala Likert. Pernyataan yang digunakan Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Kurang Sesuai (KS), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Cara memberikan jawaban terhadap kuesioner /skala sikap tipe likert adalah dengan jalan memberikan tanda silang atau tanda-tanda yang telah ditetapkan pada alternative yang dipilih. Sedangkan pemberian skor terhadap jawaban siswa adalah sebagai berikut:

Semakin tinggi skor yang dicapai oleh seseorang dapat diinterpretasikan bahwa makin berkenan sikap orang itu terhadap objek yang bersangkutan. Sebaliknya, makin rendah skor yang dicapai oleh seseorang berarti makin tidak berkenan orang tersebut terhadap objek yang bersangkutan.

Uji coba instrumen bertujuan untuk melakukan validasi terhadap instrument dan mendeskripsikan derajat estimasi yang mampu ditampilkan oleh masing-masing instrument. Uji coba instrumen dilakukan untuk menguji validitas butir instrumen dan reliabilitas instrumen.

Untuk menguji validitas butir digunakan korelasi product moment, yaitu korelasi antara skor butir dengan skor totalnya. Untuk menentukan validitas instrumen dipergunakan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{(N\sum X^2 - (\sum X)^2)(N\sum Y^2 - (\sum Y)^2)}}$$

Arikunto (dalam Setiawan, 2013:85)

Keterangan :

- r : Koefisien korelasi
- N : Banyaknya responden
- $\sum X$: Jumlah skor butir
- $\sum Y$: Jumlah skor total
- $\sum X^2$: Jumlah kuadrat skor butir
- $\sum Y^2$: Jumlah kuadrat skor total
- $\sum XY$: Jumlah hasil kali skor butir dengan skor total

Kriteria yang digunakan adalah dengan membandingkan harga r_{xy} dengan harga tabel kritis r product moment, dengan ketentuan r_{xy} dikatakan valid apabila $r_{xy} > r_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5%. Dalam penelitian ini Uji Validitas Butir menggunakan *Microsoft Excel*.

Dari hasil pengujian validitas butir dengan menggunakan 40 butir pernyataan yang diujicobakan kepada 33 siswa, dari hasil analisis *Microsoft Excel*, maka dari 40 butir pernyataan dinyatakan 5 butir drop atau tidak valid. Sebanyak 35 butir pernyataan yang menunjukkan valid ini dikarenakan nilai r_{hitung} dari 35 butir pernyataan bergerak dari 0,429-0,864 dan lebih besar dari nilai $r_{tabel} = 0,344$ didapat dari N=33 dengan taraf signifikansi 5%.

Jadi 35 butir pernyataan tersebut dapat dijadikan instrument dalam penelitian.

Dalam uji reliabilitas ini digunakan formula alpha-cronbanc untuk instrument tes dengan rumus sebagai berikut:

$$r_n = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(\frac{SDi^2 - \sum(SDi)}{SDt^2} \right)$$

Laboratorium Komputer Universitas Negeri Jakarta (dalam Setiawan, 2013:87)

Keterangan :

SDi^2 : Simpangan baku skor total

SDt^2 : Simpangan baku skor total butir ke i

K : Jumlah butir tes

Hipotesis dengan menguji reliabilitas adalah:

Ho = skor butir positif dengan faktornya

Hi = skor butir berkorelasi tidak positif dengan faktornya

Kriteria pengambilan keputusan :

Jika r alpha positif dan r alpha > r tabel, maka perangkat instrument tersebut reliable. Ho diterima, (jika r alpha > r tabel tapi bertanda negative, Ho ditolak).

Jika r alpha positif dan r alpha < r tabel, maka perangkat instrument tersebut tidak reliable, Ho ditolak.

Dalam penelitian ini, karena sudah didapatkan 35 butir soal yang sudah valid, analisis dilanjutkan pada uji reliabilitas. Pada pengujian reliabilitas ini menggunakan metode koefisien Alpha (α) atau r alpha. Dari hasil pengujian reliabilitas output analisis menggunakan program SPSS 16.0, instrumen tersebut dinyatakan reliabel karena r alpha = 0,943 lebih besar dari r tabel = 0,344, didapat dari N =33 dengan taraf signifikansi 5%. Jadi instrumen tersebut layak dan dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data dalam penelitian ini.

Observasi sebagai alat kontrol atau penilaian terhadap tingkah laku atau kegiatan yang diamati. Melalui observasi ini dapat mengetahui bagaimana tingkah laku siswa setelah diberikan tindakan atau treatment. Dalam penelitian ini perilaku yang diamati adalah kemandirian belajar siswa. Dengan observasi maka peneliti

dapat membandingkan hasil kuesioner dan wawancara dengan perilaku yang diperlihatkan sesungguhnya.

Wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara lisan atau langsung kepada konseli yang memiliki kemandirian belajar rendah. Wawancara dilakukan untuk mendukung hasil penelitian.

Analisis data yang digunakan yaitu analisis deskriptif dengan membandingkan persentase yang dicapai sebelum dan sesudah diberikan tindakan. Untuk mengetahui persentase peningkatan kemandirian belajar siswa Rumus yang digunakan sebagai berikut:

$$P = \frac{X}{SMI} \times 100\%$$

Keterangan :

P : Persentase Pencapaian

X : Skor Mentah

SMI : Skor Maksimal Ideal

Evaluasi Hasil Belajar (Nurkencana, 2000:126)

Kriteria keberhasilan penelitian ini disesuaikan dengan persentase pencapaian skor minimal yaitu 65%. Subjek yang diberikan tindakan bila menunjukkan perubahan perilaku 65% maka dikategorikan berhasil atau sesuai dengan perubahan perilaku.

Kriteria keberhasilan penelitian tindakan ini menggunakan pedoman konversi sebagai berikut:

85% -100% = Sangat Tinggi

75% - 84% = Tinggi

65% - 74% = Sedang

55% - 64% = Rendah

0% - 54% = Sangat Rendah

Evaluasi Hasil Belajar (Nurkencana, 2000:93)

Hasil dan Pembahasan

Dari hasil pemantauan siklus I dapat dilihat, terdapat peningkatan kemandirian belajar kelima siswa yang dijadikan subyek dalam penelitian ini.

Rata-rata peningkatan kemandirian belajar siswa sebesar 13,83%. Ini artinya terjadi peningkatan terhadap indikator kemandirian belajar pada siswa. Peningkatan indikator tersebut akan dijabarkan sebagai berikut:

JA mendapatkan skor awal 60,57%, setelah mendapatkan *treatment* pada siklus I terjadi peningkatan sebesar 77,71% dengan rata-rata peningkatan 17,14%. Ini artinya indikator kemandirian belajar pada JA sudah mengalami peningkatan seperti JA sudah berusaha untuk meningkatkan prestasinya, JA sudah berusaha menggunakan kemampuannya secara penuh dalam menyelesaikan tugas tanpa mengandalkan pekerjaan temannya, JA sudah memiliki inisiatif untuk menggunakan waktu luang dengan efektif dengan cara bertanya kepada temannya berkaitan dengan tugas yang tidak dimengerti dan JA sudah mampu bertanggung jawab secara pribadi ini dengan konseli JA sudah mampu mengumpulkan tugas-tugas yang diberikan tepat waktu.

WD mendapatkan skor awal 59,43%, setelah mendapatkan *treatment* pada siklus I terjadi peningkatan sebesar 63,43% dengan rata-rata peningkatan 4,00%. Ini berarti ada beberapa indikator kemandirian belajar yang sudah mengalami peningkatan seperti WD sudah bisa berusaha meningkatkan prestasi belajarnya, WD sudah mampu bertanggung jawab secara pribadi dengan mengumpulkan tugas tepat waktu. Namun ada beberapa indikator kemandirian belajar yang masih belum bisa dikatakan meningkat, seperti WD belum mampu menggunakan kemampuannya secara penuh ini ditunjukkan dengan WD masih menyontek tugas dari temannya.

IW mendapatkan skor awal 53,71%, setelah mendapatkan *treatment* pada siklus I terjadi peningkatan sebesar 75,43% dengan rata-rata peningkatan 21,72%. Ini artinya kemandirian belajar IW sudah mengalami peningkatan seperti IW sudah mampu memanfaatkan waktu luang secara efektif, ketika tidak ada guru maka IW memanfaatkan waktu tersebut dengan membaca materi pelajaran berikutnya, IW sadar akan keunggulan dan kelemahan dirinya, ketika IW tidak mengerti dengan materi yang dipelajari maka IW akan bertanya dengan teman yang sudah

mengerti dan IW sudah bertanggung jawab pada setiap tugas yang diberikan.

LE mendapatkan skor awal 62,86%, setelah mendapatkan *treatment* pada siklus I terjadi peningkatan sebesar 79,43% dengan rata-rata peningkatan 16,57%. Ini artinya kemandirian belajar LE sudah mengalami peningkatan seperti LE sudah mampu berkonsentrasi dalam mengerjakan tugas, LE sudah mampu memanfaatkan waktu luang dengan efektif dengan memanfaatkan waktu kosong dengan pergi ke perpustakaan membaca buku dan tanggung jawab LE sudah meningkat ini ditunjukkan dengan LE mengumpulkan tugas tepat pada waktunya.

WW mendapatkan skor awal 53,14%, setelah mendapatkan *treatment* pada siklus I terjadi peningkatan sebesar 62,86% dengan rata-rata peningkatan 9,72%. Ini artinya kemandirian belajar LE sudah mengalami peningkatan seperti LE sudah mampu menggunakan kemampuan secara penuh dalam membuat tugas yang diberikan guru. Namun ada beberapa indikator kemandirian belajar yang belum bisa dikatakan meningkatkan, seperti LE masih kurang bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas ini terlihat dari LE masih menunda-nunda mengumpulkan tugas.

Dari 5 orang siswa yang diberikan konseling kelompok pada siklus I, ternyata masih ada 2 orang siswa yang kemandirian belajarnya masih berada di bawah target atau persentase yang diharapkan yaitu 65% sehingga siswa tersebut sangat memerlukan konseling lebih lanjut pada siklus II, guna memaksimalkan kemandirian belajar. Hal tersebut didukung oleh buku harian Siswa yang perlu mendapatkan *treatment* lanjutan adalah siswa dengan nama WD dan siswa WW. Namun dalam pemberian konseling tetap memanfaatkan media konseling kelompok dengan mengikutsertakan siswa yang sudah mendapatkan skor di atas 65% atau sudah memiliki kemandirian belajar (JA, IW, LE). Dengan tujuan agar siswa yang bersangkutan mampu memaksimalkan

lagi kemampuan mengelola dirinya dan mampu mempertahankan perilaku-perilaku positifnya. Sekaligus sebagai motivator dan model kepada siswa WD dan WW agar mampu meningkatkan kemandirian belajarnya.

Dari hasil pemantauan siklus II dapat dilihat, terjadi peningkatan kemandirian dalam belajar pada dua siswa yang dijadikan subyek dalam penelitian ini.

Dari hasil penelitian kedua siswa pada siklus I tersebut belum mampu memaksimalkan peningkatan kemandirian dalam belajar, pada siklus II kedua siswa tersebut dinyatakan telah tuntas dalam memaksimalkan peningkatan kemandirian dalam belajar. Rata-rata peningkatan kemandirian dalam belajar siswa sebesar 16,23%, dan sudah memenuhi ketuntasan yaitu 65%. Ini artinya terjadi peningkatan terhadap indikator kemandirian dalam belajar pada kedua siswa tersebut. Peningkatan terhadap indikator kemandirian dalam belajar akan dijabarkan sebagai berikut :

JA mendapatkan skor pada siklus I 77,71%, setelah mendapatkan *treatment* pada siklus II terjadi peningkatan sebesar 90,86% dengan rata-rata peningkatan 13,15%. Ini artinya indikator kemandirian belajar pada JA sudah mengalami peningkatan dan JA sudah mampu memelihara dan mempertahankan strategi dan rencana untuk meningkatkan kemandirian belajar seperti JA sudah berusaha untuk meningkatkan prestasinya, JA sudah berusaha menggunakan kemampuannya secara penuh dalam menyelesaikan tugas tanpa mengandalkan pekerjaan temannya, JA sudah memiliki inisiatif untuk menggunakan waktu luang dengan efektif dengan cara bertanya kepada temannya berkaitan dengan tugas yang tidak dimengerti dan JA sudah mampu bertanggung jawab secara pribadi ini dengan konseli JA sudah mampu mengumpulkan tugas-tugas yang diberikan tepat waktu. Ini artinya JA terus meningkatkan, menjaga, dan memelihara perilaku-perilaku yang sudah berubah pada siklus sebelumnya.

WD mendapatkan skor pada siklus I 63,43%, setelah mendapatkan *treatment* pada siklus II terjadi peningkatan sebesar 83,43% dengan rata-rata peningkatan 20%. Ini berarti indikator kemandirian belajar WD sudah mengalami peningkatan seperti WD sudah bisa berusaha meningkatkan prestasi belajarnya, WD sudah mampu bertanggung jawab secara pribadi dengan mengumpulkan tugas tepat waktu. Pada siklus I WD masih belum bisa dikatakan mampu meningkatkan kemandirian belajarnya secara penuh, seperti WD masih belum mampu menggunakan kemampuannya secara penuh ini ditunjukkan dengan WD masih menyontek tugas dari temannya. Setelah diberikan *treatment* pada siklus II WD sudah mampu memaksimalkan kemampuannya tanpa ketergantungan lagi dengan temannya.

IW mendapatkan skor pada siklus I 75,43%, setelah mendapatkan *treatment* pada siklus II terjadi peningkatan sebesar 84,57% dengan rata-rata peningkatan 9,14%. Ini artinya kemandirian belajar IW sudah mengalami peningkatan dan IW sudah mampu memelihara dan mempertahankan kemandirian belajar, seperti IW sudah mampu memanfaatkan waktu luang secara efektif, ketika tidak ada guru maka IW memanfaatkan waktu tersebut dengan membaca materi pelajaran berikutnya, IW sadar akan keunggulan dan kelemahan dirinya, ketika IW tidak mengerti dengan materi yang dipelajari maka IW akan bertanya dengan teman yang sudah mengerti dan IW sudah bertanggung jawab pada setiap tugas yang diberikan. Ini artinya IW terus meningkatkan, menjaga, dan memelihara perilaku-perilaku yang sudah berubah pada siklus sebelumnya.

LE mendapatkan skor pada siklus I 79,43%, setelah mendapatkan *treatment* pada siklus II terjadi peningkatan sebesar 90,29% dengan rata-rata peningkatan 10,86%. Ini berarti ada peningkatan terhadap indikator kemandirian belajar pada LE, selain itu LE sudah mampu memelihara dan mempertahankan strategi dan rencana

untuk meningkatkan kemandirian belajar seperti LE sudah mampu berkonsentrasi dalam mengerjakan tugas, LE sudah mampu memanfaatkan waktu luang dengan efektif dengan memanfaatkan waktu kosong dengan pergi ke perpustakaan membaca buku dan tanggung jawab LE sudah meningkat ini ditunjukkan dengan LE mengumpulkan tugas tepat pada waktunya. LE sudah memiliki kepercayaan diri untuk mengerjakan segala tugas secara mandiri. Ini artinya LE terus meningkatkan, menjaga, dan memelihara perilaku-perilaku yang sudah berubah pada siklus sebelumnya.

WW mendapatkan skor pada siklus I 62,86%, setelah mendapatkan *treatment* pada siklus II terjadi peningkatan sebesar 90,86% dengan rata-rata peningkatan 28%. Ini artinya kemandirian belajar LE sudah mengalami peningkatan seperti LE sudah mampu menggunakan kemampuan secara penuh dalam membuat tugas yang diberikan guru. Pada siklus I indikator kemandirian belajar yang belum bisa dikatakan meningkat pada LE, seperti LE masih kurang bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas ini terlihat dari LE masih menunda-nunda mengumpulkan tugas. Setelah mendapatkan *treatment* pada siklus II WW sudah mampu meningkatkan kemandirian belajarnya, LE sudah mampu bertanggung jawab dengan mengumpulkan tugas tepat waktu.

Hasil evaluasi pada siklus II menunjukkan bahwa siswa yang mengalami kemandirian belajar yang rendah sudah menunjukkan perubahan setelah diberikan konseling *Behavioral* dengan strategi *Self-Management* model Yates secara tepat, maka siswa yang menunjukkan kemandirian belajar yang rendah dapat menunjukkan perubahan peningkatan kemandirian dalam belajar ke arah yang lebih baik. Hasil tersebut juga didukung dengan buku harian (*log sheet*) yang dibuat oleh konseli. Jadi konseling *Behavioral* dengan strategi *Self Management* Model Yates efektif digunakan untuk meningkatkan

kemandirian belajar siswa. Mengingat penelitian ini dirancang dalam dua siklus dan subyek penelitian telah mencapai kriteria keberhasilan, maka konseling kelompok dicukupkan sampai pada siklus kedua saja.

Kemandirian belajar adalah usaha individu untuk melakukan kegiatan belajar secara sendirian maupun dengan bantuan orang lain berdasarkan motivasinya sendiri untuk menguasai suatu materi dan atau kompetensi tertentu sehingga dapat digunakannya untuk memecahkan masalah yang dijumpainya di dunia nyata. *Self-directed learning* adalah kegiatan belajar mandiri, sedangkan orang yang melakukan kegiatan belajar mandiri sering disebut siswa mandiri. Upaya meningkatkan kemandirian belajar siswa salah satu diantaranya adalah melalui konseling *behavioral* dengan strategi *Self Management*.

Konseling *behavioral* adalah proses membantu individu untuk belajar tentang bagaimana mengatasi atau menyelesaikan masalah-masalah interpersonal, kecemasan yang merupakan salah satu masalah emosional dan dalam belajar guna menciptakan kondisi-kondisi baru untuk belajar, dengan jalan mengubah tingkah laku kerah yang lebih adaptif.

Strategi *Self Management* merupakan suatu strategi untuk mengubah perilaku individu dan memberikan kepercayaan kepada individu untuk mengarahkan dan mengelola dirinya sendiri untuk mencapai tujuan dan kemajuan dalam hidupnya. Strategi *Self Management* menggunakan beberapa metode untuk mengarahkan dan mengelola diri. Metode-metode tersebut terdiri dari empat bagian, yaitu: (1) pengelolaan diri dengan melakukan pantau diri (*self monitoring*), (2) pengelolaan diri dengan melakukan analisis diri (*self analysis*), (3) pengelolaan diri dengan melakukan perubahan diri (*self changes*), (4) pengelolaan diri dengan melakukan pemeliharaan diri (*self maintenance*). Strategi *self Management* menekankan pada kemampuan individu untuk mengelola dirinya sendiri sehingga

individu mampu mengetahui potensi yang dimiliki.

Pada tahap awal peneliti melakukan observasi guna mengetahui penyebab kurangnya kemandirian belajar siswa dilihat dari tiga aspek kemandirian belajar yaitu berorientasi pada masa depan, mandiri dan bertanggung jawab. Dari tiga aspek tersebut gejala yang ditemukan peneliti berkenaan dengan kemandirian belajar siswa yang rendah yaitu siswa kurang mampu dalam mengatur waktu dalam menyelesaikan tugas-tugas, ketidakpercayaan terhadap upaya sendiri, kesulitan dalam memanfaatkan waktu secara efektif dan siswa sering menunda-nunda tugas sekolah.

Konseling/*treatment* diberikan sebanyak 3 kali pada siklus I dan siklus II. Kriteria keberhasilan dalam penelitian ini adalah siswa yang mampu mendapatkan skor minimal 65%. *Treatment* akan dihentikan jika target sasaran sudah memenuhi kriteria keberhasilan baik secara kuantitatif maupun kualitatif. Dari hasil evaluasi tindakan pada siklus I dan siklus II diketahui bahwa kemandirian belajar siswa meningkat yaitu dapat dilihat dari pencapaian kemandirian belajar siswa dari data awal 57,94% menjadi 71,77% dan peningkatannya adalah 13,83% pada siklus I. Dari hasil *treatment* yang diberikan pada siklus I terhadap 5 orang siswa masih terdapat 2 orang yang belum memenuhi kriteria ketuntasan sehingga perlu diberikan konseling lanjutan pada siklus II. Pada siklus II siswa yang sudah mengalami peningkatan dan sudah memenuhi kriteria keberhasilan tetap diikutsertakan dalam kegiatan konseling pada siklus II yang bertujuan

untuk menjaga, memelihara, mempertahankan dan mengembangkan lagi kemandirian belajarnya. Pada siklus II pencapaian kemandirian belajar siswa adalah dari 71,77% menjadi 88,00% dan peningkatannya adalah 16,23%. Setelah konseling/*treatment* dilakukan peneliti melakukan observasi sebagai bentuk tindak lanjut dari *treatment* yang diberikan. Berdasarkan hasil observasi peneliti menemukan perubahan-perubahan peningkatan kemandirian belajar pada diri konseli seperti konseli memiliki orientasi pada masa depan hal ini ditunjukkan dengan usaha konseli dalam usaha meningkatkan prestasi belajarnya, konseli lebih mandiri hal ini ditunjukkan dengan usaha konseli dalam menggunakan kemampuannya secara penuh tanpa mengandalkan temannya dalam menyelesaikan tugas-tugas sekolah, konseli bertanggung jawab hal ini ditunjukkan dengan usaha konseli bertanggung jawab secara pribadi, berkonsentrasi pada tugas sehingga konseli tidak terlambat dalam mengumpulkan tugas. Dari perubahan peningkatan kemandirian belajar siswa tersebut menunjukkan bahwa strategi *Self Management* sangat efektif digunakan untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa.

Berdasarkan pembahasan di atas, maka secara menyeluruh aplikasi konseling *behavioral* dengan strategi *Self Management* pada siswa kelas X Akomodasi perhotelan 3 SMK Negeri 2 Singaraja dapat dikatakan berhasil, dan secara umum dapat disimpulkan bahwa konseling *behavioral* dengan strategi *Self Management* dapat meningkatkan kemandirian belajar siswa.

Tabel 1. Peningkatan Kemandirian Belajar Siswa pada Tes Awal, Siklus I dan Siklus II.

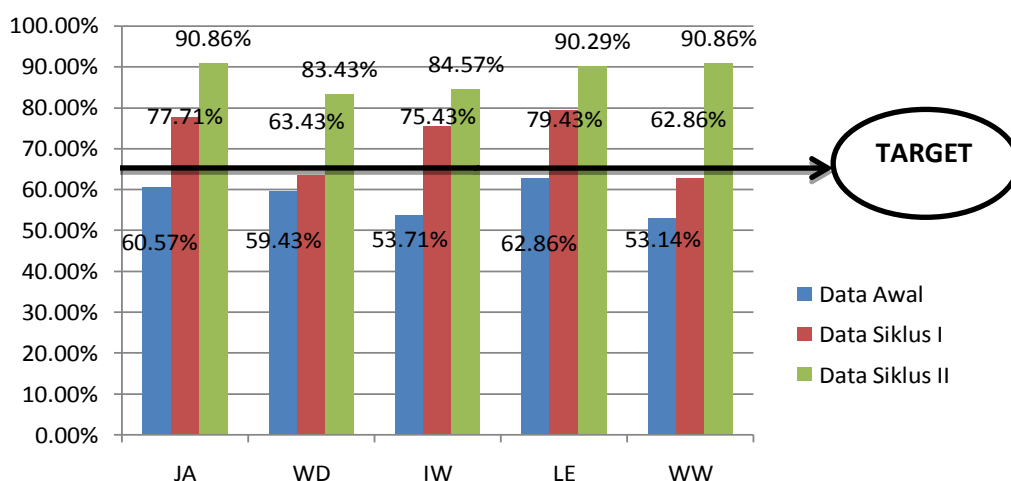
Nama Siswa	Skor		
	Tes Awal	Siklus I	Siklus II
JA	60.57%	77.71%	90.86%
WD	59.43%	63.43%	83.43%

IW	53.71%	75.43%	84.57%	pada tes awal, siklus I dan siklus II.
LE	62.86%	79.43%	90.29%	
WW	53.14%	62.86%	90.86%	
Rata-rata	57.94%	71.77%	88.00%	

Pada tes awal nilai rata-rata siswa yaitu 57.94% di mana nilai tersebut masih berada dibawah kriteria keberhasilan. Setelah siswa diberikan treatment pada siklus I nilai rata-rata siswa meningkat mencapai 71.77%, tetapi 2 orang siswa masih mengalami masalah dengan kemandirian belajar. Kemudian pada siklus II nilai rata-rata siswa meningkat menjadi 88.00% dan semua siswa telah mencapai kriteria keberhasilan.

Grafik di bawah ini merupakan perbandingan antara tingkat kemandirian siswa pada tes awal, siklus I dan siklus II.

Tabel diatas menunjukkan peningkatan kemandirian belajar siswa



Grafik 1. Peningkatan Kemandirian Belajar Siswa pada Tes Awal, Siklus I dan Siklus II

Berdasarkan grafik diatas, dapat dilihat bahwa siswa mengalami peningkatan dalam kemandirian belajar setelah penerapan teknik konseling Behavioral dengan strategi *Self Management* model Yates.

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan konseling *behavioral* dengan strategi *self Management* model Yates dapat meningkatkan kemandirian belajar siswa kelas X Akomodasi Pehotelan 3 SMK Negeri 2 Singaraja tahun ajaran 2013/2014. Peningkatan kemandirian belajar dapat dilihat dari hasil observasi dan hasil penyebaran kuesioner

Penutup

kemandirian belajar terdapat pencapaian peningkatan kemandirian belajar siswa yaitu dari 57,94% menjadi 71,77% dan peningkatannya adalah 13,83% pada siklus I. Sedangkan pada siklus II pencapaian kemandirian belajar siswa adalah dari 71,77% menjadi 88,00% dan peningkatannya adalah 16,23%. Jadi 5 orang siswa yang dijadikan subjek penelitian dikatakan tuntas karena sudah mencapai skor lebih dari 65%.

Dari penelitian tindakan ini, beberapa saran yang akan disampaikan sebagai berikut :

Sekolah diharapkan mampu membangun kesadaran pihak sekolah bahwa kemandirian belajar siswa merupakan salah satu pendukung keberhasilan peserta didik dalam mencapai prestasi belajar dan mendukung keberhasilan pelaksanaan program sekolah.

Bagi Guru BK diharapkan penelitian ini dapat dijadikan acuan oleh guru BK agar memiliki kompetensi yang menunjang dalam pemberian layanan kepada siswa yang belum mampu mengelola dirinya secara efektif . Kompetensi yang dimaksud adalah guru BK mampu mengajarkan siswanya agar mampu memonitoring dirinya, menganalisis dirinya, mengubah dirinya kearah yang lebih positif dan mampu memelihara perilaku yang diubah

Bagi Siswa diharapkan penelitian ini dapat dijadikan pedoman pada siswa untuk mengelola dirinya. Dengan penelitian ini siswa mampu memonitoring dirinya sendiri, menganalisis dirinya sendiri, mengubah perilaku yang tidak diinginkan dan mampu memperbaiki perilakunya dan mampu memelihara perilaku yang diinginkan sehingga siswa dapat melaksanakan kegiatan secara efektif dan produktif.

Daftar Pustaka

- Darmadi, Hamid. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Nurkencana. 1990. *Evaluasi hasil belajar*. Surabaya : Usaha Nasional
- _____.dkk. 2000. *Evaluasi Hasil Belajar*. Surabaya: Usaha Nasional
- Setiawan, Danu. 2013. *Penerapan konseling Behavioral dengan Teknik self management untuk meningkatkan kemandirian dalam mengambil keputusan pada siswa kelas X5 SMA Negeri 2 Singaraja tahun pelajaran 2012/2013*. Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha

Suarni. 2004. *Meningkatkan Motivasi Berprestasi Siswa Sekolah Menengah*

*Umum di Bali dengan Strategi
Pengelolaan Diri Model Yates. Disertasi.
Jogjakarta.UGM*