

## **PENERAPAN TEORI KONSELING BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK SELF-MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN MINAT BELAJAR SISWA KELAS XI C AP SMK NEGERI 1 SINGARAJA**

M. Sukayasa<sup>1</sup>, K. Suranata<sup>2</sup>, K. Dharsana<sup>3</sup>,  
<sup>1,2,3</sup> Jurusan Bimbingan Konseling, FIP  
Universitas Pendidikan Ganesha  
Singaraja, Indonesia

email: [dek\\_suke@yahoo.com](mailto:dek_suke@yahoo.com)<sup>1</sup>, [sura@konselor.org](mailto:sura@konselor.org)<sup>2</sup>, [profdarsana@yahoo.com](mailto:profdarsana@yahoo.com)<sup>3</sup>

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan penerapan teori konseling behavioral dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan minat belajar siswa kelas XI C AP SMK Negeri 1 Singaraja. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XI C AP berjumlah 37 orang. Teknik yang digunakan adalah teknik *self-management* melalui Metode pengumpulan data berupa kuesioner, observasi dan analisis data. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, setiap siklus terdiri dari identifikasi, diagnosa, prognosa, konseling, evaluasi dan tahap refleksi. *Treatment* diberikan sebanyak 4 kali pada siklus I dan siklus II. Setiap siklus terdiri dari layanan bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu. Jika siswa sudah melebihi kriteria keberhasilan 80% keatas maka telah tuntas pada siklus I dan tidak perlu mendapatkan *treatment* di siklus II. Pelaksanaan siklus I, terdapat 8 siswa telah mencapai kriteria keberhasilan sangat tinggi, 23 siswa tergolong tinggi, 3 siswa tergolong sedang, 3 siswa tergolong rendah, 0 siswa tergolong sangat rendah. Dari hasil tersebut, 6 orang siswa belum memenuhi kriteria ketuntasan 80% keatas, sehingga perlu dilaksanakan *treatment* ke siklus II. Pada siklus II pencapaian minat belajar siswa yaitu 30 siswa sudah mencapai kriteria keberhasilan sangat tinggi, 7 siswa dengan skor tinggi, 0 siswa dengan skor sedang, 0 siswa dengan skor rendah dan 0 siswa dengan skor sangat rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa penerapan teknik *self-management* efektif untuk meningkatkan minat belajar siswa.

**Kata kunci:** konseling behavioral, self-management, minat belajar

### **Abstract**

*The purpose of this study was to determine the increase in the application of the theory of behavioral counseling with self-management techniques to improve student interest in class XI C AP SMK Negeri 1 Singaraja. The subjects were students of class XI C AP numbered 37 people. Through self-management techniques with data collection methods such as questionnaires, observation and data analysis. The experiment was conducted in two cycles, each cycle consisting of identification, diagnosis, prognosis, counseling, evaluation and reflection phase. Treatment was given for 4 times in cycle I and II. Each cycle consists of classical guidance, group counseling, group counseling and individual counseling. Students who achieve 80% and above success criteria then it has completed the first cycle and does not need to get treatment in the second cycle. Implementation of the first cycle, there are 8 students have achieved very high success criterion, 23 students classified as high, 3 students were moderate, 3 students is low, 0 students classified as very low. From these results, 6 the student has not met the completeness criteria of 80% and above, so it should be carried to the second cycle. Cycle II achievement of student interest that 30 students have reached a very high success criteria, 7 students premises high scores, students with scores being 0, 0 students with low scores and 0 students with very low scores. These findings indicate that the application of effective self-management techniques to improve student interest.*

**Key words:** behavioral counseling, self-management, learning interest

## Pendahuluan

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti dikelas, gejala-gejala yang ditunjukkan oleh siswa kelas XI C Administrasi Perkantoran SMK Negeri 1 Singaraja. adalah sebagai berikut: Tidak Mempunyai catatan yang lengkap, Selalu mengerjakan tugas yang diberikan guru dengan senang hati, Tidak Menaruh perhatian yang besar pada kegiatan belajar, Kurang mempunyai waktu untuk belajar, Tidak Mau bertanya manakala kurang jelas, Mudah terganggu ketika belajar, Tidak Mudah berkonsentrasi pada waktu belajar, Rajin mencari sumber belajar baik dari buku, guru, teman maupun media belajar yang lain.

Slameto (2003: 57), Minat adalah kecenderungan jiwa yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa aktivitas atau kegiatan. Kegiatan yang diminati siswa, diperhatikan terus-menerus yang disertai rasa senang dan diperoleh rasa kepuasan. Lebih lanjut dijelaskan minat adalah suatu rasa suka dan ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang menyuruh. Definisi tersebut mengandung indikator yaitu : (1) adanya rasa memperhatikan , (2) ketekunan dalam belajar , (3) adanya rasa ketertarikan dalam belajar, (4) adanya dorongan . Selaras dengan itu menurut Sumadi Suryabrata, (1988 :109) minat adalah kecendrungan dalam diri individu untuk tertarik pada suatu objek atau menyenangkan suatu objek. definisi tersebut mengandung indikator sebagai berikut : (1) adanya adanya rasa ketertarikan untuk belajar, (2) adanya rasa menyenangkan/kecintaan terhadap pelajaran.

Behaviorisme adalah suatu pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia. Dalil dasarnya adalah bahwa tingkah laku itu tertib dan bahwa eksperimen yang dikendalikan dengan cermat akan menyingkapkan hukum-hukum yang mengendalikan tingkah laku. Manusia pada dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan sosial budayanya. Pendekatan behavioristik tidak menguraikan asumsi-asumsi filosofis tertentu tentang manusia secara langsung. Setiap orang dipandang memiliki kecenderungan-kecenderungan positif dan negatif yang sama. Manusia sering kali didistorsi oleh penguraian yang terlampau menyederhanakan tentang

individu sebagai bidak nasib yang tidak berdaya yang semata-mata ditentukan oleh pengaruh-pengaruh lingkungan dan keturunan dan dikedirikan menjadi sekedar organisme pemberi respons.

Pengelolaan diri (*self-management*) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Pada teknik ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar yaitu : menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan digunakan, melaksanakan prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut (Sukadji, 1983, p. 96).

Konseling Behavioral merupakan bentuk adaptasi dari aliran psikologi behavioristik, yang menekankan pada perilaku yang tampak, setiap aktivitas dari individu yang dapat diamati. Perkembangan konseling behavioral bertolak dari perkembangan aliran behavioristik yang menolak pandangan strukturalisme dan fungsionalisme tentang kesadaran, yang berpendapat bahwa mental, pikiran dan perasaan hendaknya ditemukan terlebih dahulu apabila perilaku manusia ingin dipahami, pandangan inilah yang menjadi landasan munculnya teori introspeksi.

Konsep behavioral : perilaku manusia merupakan hasil belajar, sehingga dapat diubah dengan memanipulasi dan mengkresi kondisi-kondisi belajar. Pada dasarnya, proses konseling merupakan suatu penataan proses atau pengalaman belajar untuk membantu individu mengubah perilakunya agar dapat memecahkan masalahnya.

Agar tercapainya minat belajar pada diri siswa, ada beberapa teori konseling yang dapat digunakan atau diterapkan, seperti : (1) teori psikoanalitik (sigmund freud), (2) teori self adler, (3) teori konseling kelompok psikodinamika dalam teori asumsi oleh melanie klein, (4) konseling yang berpusat pada pribadi (carl rogers), (5) teori konseling gestalt, (6) teori konseling analisis transaksional (eric berne), (7) teori konseling reality counselling (william glaser), (8) teori konseling motivasi manusia (maslow's), (9) logo konseling (victor frankl), (10) teori konseling kognitif (aaron beck), (11) teori melatih konseling tingkah laku (krumboltz),

(12) teori konseling behavioral, (13) teori konseling kognitif sosial (albert bandura), (14) teori konseling rational emotive behavioral counseling (albert ellis), (15) teori konseling (george kelly), (16) teori konseling eklektisisme, (17) teori konseling personologi murray, (18) teori konseling pemilihan jabatan (john I. Holland), (19) teori konseling perkembangan karir dan perkembangan hidup (super), (20) teori konseling pemilihan jabatan atau karir (anna roe), (21) teori konseling perkembangan karir (Ginzberg), (22) teori konseling trait factor, (Dharsana, 2010 :1)

Langkah-langkah/Sintak dari teori konseling behavioral adalah sebagai berikut: (1) Mengamati perilaku siswa yang menunjukkan perhatian dalam belajar, memiliki dorongan/motivasi, memiliki ketekunan dalam belajar, memiliki keinginan untuk mendapatkan nilai yang lebih bagus, dan memiliki kecintaan terhadap mata pelajaran di kelas XI<sup>C</sup> AP dari jam 1-7 dilakukan selama 1 bulan, (2) Mewawancarai gejala perilaku siswa untuk mendapatkan data-data mengenai: menunjukkan perhatian dalam belajar vs tidak ada perhatian dalam belajar, adanya motivasi/dorongan untuk belajar lebih giat vs Tidak ada motivasi/dorongan untuk belajar menjadi lebih baik, memiliki ketekunan dalam belajar vs tidak memiliki ketekunan dalam belajar, memiliki keinginan untuk mendapatkan nilai yang lebih bagus vs tidak memiliki keinginan untuk mendapatkan nilai yang lebih bagus, memiliki kecintaan dalam mata pelajaran tertentu vs tidak memiliki rasa suka terhadap mata pelajaran tertentu, (3) Kemudian konselor menyimpulkan perilaku (1) Menunjukkan perhatian dalam belajar, contohnya: Saya mampu memfokuskan perhatian dalam kegiatan belajar.. (2) Adanya Motivasi/dorongan untuk belajar lebih giat, contohnya: Setiap jam 5 pagi saya bangun untuk belajar.. (3) Memiliki ketekunan dalam belajar, contohnya: Saya selalu mengerjakan tugas yang diberikan guru. (4) Memiliki keinginan untuk mendapatkan nilai yang lebih bagus, contohnya : Saya senantiasa membuat perencanaan atas kegiatan belajar saya. (5) Memiliki kecintaan dalam mata pelajaran tertentu, Contohnya : Dalam menyelesaikan tugas saya tidak dibantu oleh orang lain, (4)

Konselor mengajak siswa agar menunjukkan perhatian dalam belajar, memiliki dorongan/motivasi, memiliki ketekunan dalam belajar, memiliki keinginan untuk mendapatkan nilai yang lebih bagus, dan memiliki kecintaan terhadap mata pelajaran dengan mengisi buku harian.

Tujuan dari *self-management* adalah pengembangan perilaku yang lebih adatif dari konseli. Konsep dasar dari *self-management* adalah : (a) Proses perubahan tingkah laku dengan satu atau lebih strategi melalui pengelolaan tingkah laku internal dan eksternal individu, (b) Penerimaan individu terhadap program perubahan perilaku menjadi syarat yang mendasar untuk menumbuhkan motivasi individu, (c) Partisipasi individu untuk menjadi agen perubahan menjadi hal yang sangat penting, (Generalisasi dan tetap med) mempertahankan hasil akhir dengan jalan mendorong individu untuk menerima tanggung jawab menjalankan strategi dalam kehidupan sehari-hari.

Adapun tujuan yang ingin dicapai adalah "Untuk Mengetahui Efektifitas dari Penerapan Teknik *Self-management* dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa Kelas XI C Administrasi Perkantoran SMK Negeri 1 Singaraja".

Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenai beberapa kegiatan. Kegiatan yang dimiliki seseorang diperhatikan terus menerus yang disertai dengan rasa sayang. Menurut Syah (2005 : 151), minat (*interest*) adalah kecenderungan dan kegairahan yang tinggi atau keinginan yang besar terhadap sesuatu. Djamarah (2002: 132) mengemukakan bahwa minat adalah kecenderungan yang menetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa aktivitas. Menurut Djamarah (2002 : 133) menyatakan bahwa minat adalah penerimaan akan suatu hubungan antara diri sendiri dengan sesuatu di luar diri. Semakin kuat atau dekat hubungan tersebut, maka semakin besar minat yang dimilikinya.

Selanjutnya, Tidjan (1976 :71) minat adalah gejala psikologis yang menunjukkan pemusatan perhatian terhadap suatu objek sebab ada perasaan senang. Winkel (1988:53) merumuskan belajar sebagai "suatu aktivitas mental /psikis, yang

berlangsung dalam interaksi aktif dengan lingkungan, yang menghasilkan perubahan-perubahan dalam pengetahuan, pemahaman, ketrampilan, nilai dan sikap. Perubahan itu bersifat relatif konstan dan permanen". Selanjutnya Nana Syaodih Sukmadinata, dkk (2003:16) merumuskan belajar sebagai suatu perubahan dalam tingkah laku, perubahan itu dapat mengarah kepada tingkah laku yang lebih buruk atau lebih baik. Belajar merupakan suatu perubahan yang terjadi melalui latihan dan pengalaman, maka hal itu berarti bahwa perubahan yang disebabkan oleh pertumbuhan atau kematangan tidak dianggap sebagai belajar.

Minat belajar adalah kecintaan individu pada suatu obyek untuk dapat memperoleh perubahan perilaku baru secara keseluruhan, sebagai hasil dari pengalaman individu dalam berinteraksi dengan lingkungannya, sehingga ia akan tekun untuk melaksanakannya karna dilakukan atas kesadaran dari dalam dirinya tanpa paksaan dari pihak lain. Ada beberapa cara untuk meningkatkan minat belajar siswa yaitu : (1) Membandingkan adanya suatu kebutuhan pada diri anak didik, sehingga dia rela belajar tanpa paksaan, (2) Menghubungkan bahan pelajaran yang diberikan dengan persoalan pengalaman yang dimiliki anak didik sehingga anak didik mudah menerima bahan pelajaran, (3) Memberikan kesempatan kepada anak didik untuk mendapatkan hasil belajar yang baik dengan cara menyediakan lingkungan belajar yang kreatif dan kondusif (4) Menggunakan berbagai macam bentuk dan strategi mengajar dalam konteks perbedaan individual anak didik.

Minat belajar sangat berperan penting dalam proses pembelajaran, siswa yang memiliki minat belajar rendah akan berakibat pada prestasi yang didapatkan di sekolah, dan jika sebaliknya jika minat belajar yang tinggi akan secara aktif melibatkan diri dalam proses pembelajaran sehingga apa yang dipelajari dapat dipahami, maka siswa akan memperoleh prestasi yang lebih baik. Minat merupakan kecenderungan hati yang tinggi terhadap sesuatu yang timbul karena kebutuhan,

yang dirasa atau tidak dirasakan atau keinginan hal tertentu. Minat dapat diartikan kecenderungan untuk dapat tertarik atau terdorong untuk memperhatikan seseorang sesuatu barang atau kegiatan dalam bidang-bidang tertentu.

Belajar adalah serangkaian kegiatan jiwa raga untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku sebagai hasil dari pengalaman individu dalam interaksi dengan lingkungannya. Minat belajar adalah kecintaan individu pada suatu obyek untuk dapat memperoleh perubahan perilaku baru secara keseluruhan, sebagai hasil dari pengalaman individu dalam berinteraksi dengan lingkungannya, sehingga ia akan tekun untuk melaksanakannya karna dilakukan atas kesadaran dari dalam dirinya tanpa paksaan dari pihak lain.

Dari sekian banyak layanan konseling yang ada, maka perlu dipilih teknik/strategi yang tepat untuk menangani permasalahan siswa tersebut. Terkait dengan penelitian yang dilaksanakan maka peneliti menggunakan Penerapan konseling behavioral dengan strategi *self-management* yang diprediksikan dapat meningkatkan Minat belajar siswa. Diprediksikan demikian karena teori dan strategi konseling ini berupaya untuk menangani tingkah laku yang ditimbulkan oleh dorongan dari dalam dan dorongan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan hidup, yang dilakukan melalui proses belajar agar bisa bertindak dan bertingkah laku lebih efektif, lalu mampu menanggapi situasi dan masalah dengan cara yang lebih efektif dan efisien. Dengan demikian diharapkan dengan penerapan teori behavioral dengan strategi *self-management* mampu meningkatkan minat belajar siswa.

Penelitian ini tergolong penelitian tindakan atau *action research* yang dilakukan oleh seorang guru di sekolah dengan penekanan pada penyempurnaan atau peningkatan proses dan praktik pembelajaran. (Wardhani, dkk.2007 : 14). Jika dicermati penelitian tersebut secara seksama, akan ditemukan sejumlah ide pokok seperti: (1) Penelitian tindakan adalah satu bentuk inkuiri atau penyelidikan yang dilakukan melalui refleksi, (2)

Penelitian tindakan dilakukan oleh peserta yang terlibat dalam situasi yang diteliti, seperti guru, siswa atau kepala sekolah (3) Penelitian tindakan adalah memperbaiki pemikiran dan kepatutan dari praktik-praktik, dari pemahaman terhadap praktik tersebut, serta situasi atau lembaga tempat praktik tersebut dilaksanakan, (4) Tujuan penelitian tindakan adalah memperbaiki dasar pemikiran dan kepatutan dari praktik-praktik dari pemahaman terhadap praktik tersebut, serta situasi atau lembaga tempat praktik tersebut dilaksanakan.

Sejalan dengan penelitian tindakan, ada beberapa teknik pengumpulan data beserta masing-masing perangkat pengumpulan datanya, yaitu: (1) Angket (Kuesioner), (2) Wawancara, (3) Observasi (Umar, 2004 : 40). Penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data yaitu : kuesioner. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data dengan memberikan atau menyebarkan daftar pertanyaan/ Pernyataan kepada responden dengan harapan, responden memberikan respon atas daftar pertanyaan/ pernyataan tersebut. Daftar pertanyaan/ pernyataan dapat bersifat terbuka jika jawaban tidak ditentukan sebelumnya dan dapat bersifat tertutup jika alternatif-alternatif jawaban telah disediakan (Umar, 2004 :49). Untuk penelitian ini, peneliti menggunakan daftar pernyataan yang bersifat tertutup.

### Analisis Data

Hasil perubahan minat belajar dengan kuesioner , untuk melihat seberapa besar manfaat penerapan teori konseling behavioral dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan minat belajar siswa akan dianalisis deskriptif dengan mengikuti aturan sebagai berikut:

$$P = \frac{PostRate - BaseRate}{BaseRate} \times 100\%$$

Good-win and Coateeso (dalam Suweni, 2002: 30)

Keterangan:

P = Persentase Perubahan  
BaseRate = Skor Sebelum Tindakan  
PostRate = Skor Setelah Tindakan

Hasil peningkatan minat belajar siswa dengan menggunakan kuesioner untuk melihat seberapa besar manfaat teori konseling behavioral dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan minat belajar siswa akan dianalisis secara deskriptif.

Analisis data digunakan untuk melihat atau mengetahui perkembangan siswa yang memiliki minat belajar rendah ditentukan dengan membandingkan sikap siswa yang kurang memiliki minat belajar sebelum dilaksanakan tindakan dan sesudah dilaksanakan tindakan. Teknik analisis data adalah "statistika yang dilakukan untuk mengolah menyusun, secara sistematis dengan melakukan suatu tindakan sesuai obyek yang di amati dalam situasi tertentu" (Kanca, I Nyoman, 2006 : 37). Metode yang digunakan dalam menganalisis data hasil penelitian adalah analisis deskriptif.

Data dikumpulkan melalui kuesioner selanjutnya ditentukan rata-rata persentase minat belajar (X) dengan rumus sebagai berikut:

$$P = \left( \frac{X}{X_{Smi}} \right) \times 100$$

(Nurkencana, evaluasi belajar, 1990:90)

Keterangan :

P : persentase minat belajar  
X : skor yang dicapai siswa  
Smi : skor maksimal ideal

### Kriteria Keberhasilan

Kriteria keberhasilan penilaian tindakan ini disesuaikan dengan presentase pencapaian skor maksimal 80%. Subjek yang diberikan tindakan bila mencapai skor 80 % dinyatakan berhasil. Untuk menentukan tinggi rendahnya minat belajar siswa digunakan kriteria sebagai berikut :

90 % - 100 % = Sangat tinggi

80 % - 89 % = Tinggi

65 % - 79 % = Sedang

55 % - 64 % = Rendah

0 % - 54 % =Sangat rendah

(Sumber : Nurkencana, 1990 : 93)

Tabel 1. Skor Awal Siswa Kelas XI C AP

No	Nama Siswa	Skor Maksimal Ideal		
		Minat Belajar	Persentase (%)	Kategori
1	AP	137	91,33	Sangat Tinggi
2	AK	103	68,67	Sedang
3	ADK	105	70,00	Sedang
4	AK	110	73,33	Sedang
5	AAVA	94	62,67	Rendah
6	AAK	107	71,33	Sedang
7	AA	110	73,33	Sedang
8	ASA	104	69,33	Sedang
9	DESP	111	74,00	Sedang
10	EPF	123	82,00	Tinggi
11	EDP	107	71,33	Sedang
12	FKS	110	73,33	Sedang
13	HD	70	46,67	Sangat Rendah
14	JSD	92	61,33	Rendah
15	JAD	110	73,33	Sedang
16	MUD	113	75,33	Sedang
17	NK	124	82,67	Tinggi
18	PK	76	50,67	Sangat Rendah
19	RD	121	80,67	Tinggi
20	SDT	122	81,33	Tinggi
21	SAW	68	45,33	Sangat Rendah
22	SP	106	70,67	Sedang
23	SW	136	90,67	Sangat Tinggi
24	SK	111	74,00	Sedang
25	WK	102	68,00	Sedang
26	WL	122	81,33	Tinggi
27	WS	96	64,00	Rendah
28	WT	107	71,33	Sedang
29	BST	106	70,67	Sedang
30	RSU	101	67,33	Sedang
31	SN	132	88,00	Sedang
32	DA	79	52,67	Sangat Rendah
33	SAG	73	48,67	Sangat Rendah
34	SAN	116	77,33	Sedang
35	TM	114	76,00	Sedang
36	WL	101	67,33	Sedang
37	WK	112	74,67	Sedang

Secara singkat, data tersebut dapat disajikan dalam tabel 2 berikut ini:

Tabel 2. Presentase Hasil Tes Awal

No	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	Sangat tinggi	2	5,41 %
2	Tinggi	5	13,51 %
3	Sedang	22	59,45 %
4	Rendah	3	8,10 %
5	Rendah Sekali	5	13,51 %

Tabel 3. Peningkatan Minat Belajar Siswa Siklus I Kelas XI C AP

No	Nama	Siklus I Progres				Skor Akhir	Keterangan
		Bim. Klasikal	Bim. Kelompok	Kons. Kelompok	Kons. Individu		
1	AP	90,67	92,00	94,00	95,33	96,78	Meningkat
2	AK	69,33	71,33	80,67	90,67	92,13	Meningkat
3	ADK	70,67	72,00	80,67	84,67	86,21	Meningkat
4	AK	74,00	75,33	75,33	80,67	84,83	Meningkat
5	AAVA	63,33	64,00	66,67	66,67	67,13	Meningkat
6	AAK	72,00	74,00	76,67	80,67	81,73	Meningkat
7	AA	74,00	77,33	80,00	93,33	94,78	Meningkat
8	ASA	70,00	72,00	73,33	83,33	84,27	Meningkat
9	DESP	74,67	75,33	76,67	81,33	83,12	Meningkat
10	EPF	82,67	83,33	84,67	88,67	89,11	Meningkat
11	EDP	72,00	80,00	80,00	82,67	83,79	Meningkat
12	FKS	74,00	76,00	82,67	84,67	86,45	Meningkat
13	HD	56,67	58,67	60,00	66,67	68,14	Meningkat
14	JSD	62,67	64,00	65,33	69,33	71,71	Meningkat
15	JAD	74,00	77,33	80,67	85,33	86,52	Meningkat
16	MUD	76,00	80,67	82,00	86,67	87,18	Meningkat
17	NK	83,33	84,00	85,33	86,67	87,21	Meningkat
18	PK	52,67	55,33	58,67	66,67	68,98	Meningkat
19	RD	82,00	83,33	84,67	90,67	92,11	Meningkat
20	SDT	82,00	83,33	84,67	87,33	89,57	Meningkat
21	SAW	48,00	51,33	53,33	66,67	68,79	Meningkat
22	SP	71,33	80,00	81,33	84,00	86,70	Meningkat
23	SW	90,00	90,67	91,33	92,67	94	Meningkat
24	SK	74,67	78,67	80,67	82,67	84,01	Meningkat
25	WK	69,33	74,00	77,33	83,33	85,48	Meningkat
26	WL	82,00	83,33	84,67	87,33	88,29	Meningkat
27	WS	56,67	58,67	60,67	71,33	75,25	Meningkat
28	WT	72,00	74,00	76,67	80,67	83,21	Meningkat
29	BST	71,33	75,33	82,67	90,67	92,11	Meningkat
30	RSU	68,00	80,67	83,33	85,33	87,73	Meningkat
31	SN	88,67	90,00	92,67	93,33	95,87	Meningkat
32	DA	54,00	54,00	55,33	60,67	65,25	Meningkat
33	SAG	50,67	50,67	56,67	63,33	64,87	Meningkat
34	SAN	78,00	80,00	81,33	82,67	84,98	Meningkat
35	TM	77,33	78,67	80,67	82,00	83,21	Meningkat
36	WL	68,00	70,00	71,33	87,33	88,15	Meningkat
37	WK	76,00	78,00	80,67	83,33	85,54	Meningkat
	Rata-rata	2652,68	2747,32	2843,36	3029,35	3095,19	

Tabel 4. Presentase Hasil Tes

No	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	Sangat tinggi	8	21,7%
2	Tinggi	23	62,16%
3	Sedang	3	8,10%
4	Rendah	3	8,10%
5	Rendah Sekali	0	0%

Tabel 5. Peningkatan Minat Belajar Siswa Siklus II Kelas XI C AP SMK Negeri 1 Singaraja

No	Nama	Siklus I Progres				Skor Akhir	Keterangan
		Bim. Klasikal	Bim. Kelompok	Kons. Kelompok	Kons. Individu		
1	AP	96,00	96,67	97,33	98,67	99,21	Meningkat
2	AK	91,33	93,33	95,33	96,67	98,49	Meningkat
3	ADK	85,33	88,00	91,33	95,33	97,37	Meningkat
4	AK	81,33	85,33	90,67	93,33	95,78	Meningkat
5	AAVA	70,00	76,67	80,67	88,67	91,21	Meningkat
6	AAK	82,00	85,33	88,67	93,33	95,59	Meningkat
7	AA	94,67	95,33	96,67	97,33	99,01	Meningkat
8	ASA	84,67	87,33	88,67	91,33	95,31	Meningkat
9	DESP	82,67	84,00	85,33	90,67	93,67	Meningkat
10	EPF	90,00	92,00	92,67	93,33	96,59	Meningkat
11	EDP	83,33	84,67	88,67	92,00	97,21	Meningkat
12	FKS	86,67	92,00	94,67	95,33	98,67	Meningkat
13	HD	72,67	81,33	85,33	88,67	93,06	Meningkat
14	JSD	73,33	81,33	86,67	91,33	94,69	Meningkat
15	JAD	86,67	88,67	90,67	92,67	97,43	Meningkat
16	MUD	88,67	90,67	92,67	93,33	96,71	Meningkat
17	NK	87,33	90,67	92,67	94,67	97,09	Meningkat
18	PK	70,67	76,67	83,33	88,67	94,21	Meningkat
19	RD	92,00	92,67	94,67	97,33	99,01	Meningkat
20	SDT	90,00	91,33	93,33	94,00	96,31	Meningkat
21	SAW	73,33	77,33	78,67	88,67	95,51	Meningkat
22	SP	84,67	90,67	92,00	93,33	95,09	Meningkat
23	SW	93,33	94,67	95,33	96,67	98,21	Meningkat
24	SK	85,33	90,67	92,00	92,67	95,47	Meningkat
25	WK	84,67	86,67	91,33	92,67	96,47	Meningkat
26	WL	90,00	90,67	91,33	94,67	97,57	Meningkat
27	WS	76,67	78,67	82,67	88,67	95,09	Meningkat
28	WT	85,33	87,33	94,67	95,33	97,34	Meningkat
29	BST	92,67	93,33	95,33	96,00	98,54	Meningkat
30	RSU	88,00	90,00	91,33	92,67	95,21	Meningkat
31	SN	94,00	94,67	95,33	96,67	98,39	Meningkat
32	DA	72,67	78,67	83,33	88,67	94,07	Meningkat
33	SAG	73,33	77,33	78,67	86,67	89,99	Meningkat
34	SAN	87,33	90,67	91,33	95,33	97,31	Meningkat
35	TM	84,67	86,67	92,00	94,67	97,23	Meningkat
36	WL	88,67	90,67	92,67	94,67	96,06	Meningkat
37	WK	84,67	92,67	93,33	95,33	97,35	Meningkat
Rata-rata		3128,68	3245,36	3341,34	3450,02	3561,52	

Tabel 6. Presentase Hasil Tes Awal

No	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	Sangat tinggi	30	81,08%
2	Tinggi	7	18,91%
3	Sedang	0	0 %
4	Rendah	0	0 %
5	Rendah Sekali	0	0 %

Penelitian ini menggunakan empat bidang layanan dalam konseling diantaranya adalah bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu. Untuk mengetahui peningkatan minat belajar pada siswa kelas XI C AP SMK Negeri 1 Singaraja melalui penerapan teori konseling behavioral dengan teknik *Self-Management*. Pengelolaan diri (*self-management*) adalah prosedur dimana individu mengatur prilakunya sendiri. Pada teknik ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar yaitu : menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan digunakan, melaksanakan prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut (Sukadji, 1983, p. 96). Dalam pelaksanaan pengelolaan diri biasanya diikuti dengan pengaturan lingkungan untuk mempermudah terlaksananya pengelolaan diri. Pengaturan lingkungan dimaksudkan untuk menghilangkan faktor penyebab (*antecedent*) dan dukungan untuk perilaku yang akan dikurangi. Pengaturan lingkungan dapat berupa : (1) Mengubah lingkungan fisik sehingga perilaku yang tidak dikehendaki sulit dan tidak mungkin dilaksanakan, (2) Mengubah lingkungan sosial sehingga lingkungan sosial ikut mengontrol tingkah laku konseli, (3) Mengubah lingkungan atau kebiasaan sehingga menjadi perilaku yang tidak dikehendaki hanya dapat dilakukan pada waktu dan tempat tertentu saja (Sukadji, 1983, p. 97-98).

Dari hasil penyebaran kuesioner awal didapatkan subjek penelitian sebanyak 8 orang. Kedelapan orang inilah yang nantinya mendapatkan *treatment* dalam pemberian layanan konseling kelompok. Pada tahap awal peneliti melakukan observasi guna mengetahui penyebab rendahnya minat belajar siswa. Berdasarkan pengamatan tersebut, dapat disimpulkan bahwa secara umum siswa yang memiliki minat belajar yang rendah. Selanjutnya peneliti juga melakukan wawancara secara terstruktur dengan pedoman wawancara yang telah dibuat. Berdasarkan hasil wawancara peneliti, memperoleh data secara umum, seperti:

Tidak adanya motivasi untuk mendapatkan juara kelas, lebih suka mengandalkan teman dalam menyelesaikan tugas, tidak mau bersaing dengan teman-temannya di kelas dalam mendapatkan juara, tidak yakin dengan pendapatnya sendiri, merasa cepat bosan dalam menerima pelajaran, lebih sering menunda-nunda tugas atau pekerjaan yang diberikan, dan takut mengerjakan soal kedepan kelas. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara tersebutlah peneliti mendapatkan data-data pendukung untuk ditindaklanjuti dalam *treatment*.

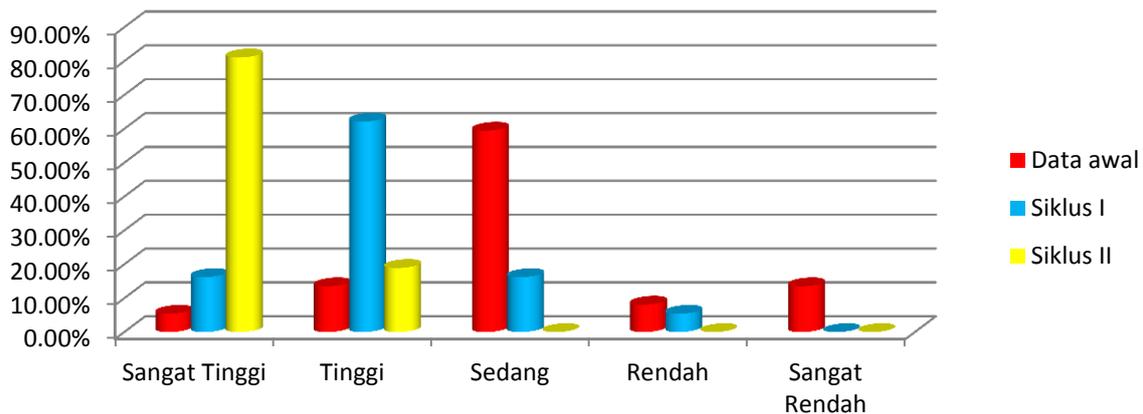
Berdasarkan hasil evaluasi pelaksanaan layanan bimbingan konseling yang terdiri dari bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok, dan konseling individu pada siklus I didapatkan hasil pelaksanaan layanan dalam capaian siklus I kelas XI C AP SMK Negeri 1 Singaraja. terdapat 8 siswa sudah mampu mencapai target keberhasilan dengan skor sangat tinggi, 23 siswa dengan skor tinggi, 3 siswa dengan skor sedang, 3 siswa dengan skor rendah, dan 0 orang siswa dengan skor sangat rendah. Maka dari itu dapat dikemukakan bahwa penerapan teori konseling behavioral melalui 4 layanan bimbingan konseling dalam semua pertemuan jika dilihat dari target keberhasilan yang ingin dicapai belum maksimal untuk beberapa siswa dalam meningkatkan minat belajar. Hal ini berarti bahwa penerapan teori konseling behavioral yang dilaksanakan melalui layanan bimbingan konseling dengan 4 layanan tersebut perlu dilaksanakan kembali untuk digunakan dalam meningkatkan minat belajar siswa kelas XIC AP SMK Negeri 1 Singaraja. Dan pada siklus II Terdapat 30 siswa sudah mampu mencapai target keberhasilan dengan skor sangat tinggi, 7 siswa dengan skor tinggi, 0 siswa dengan skor sedang, 0 siswa dengan skor rendah, dan 0 orang siswa dengan skor sangat rendah. Maka dari itu dapat dikemukakan bahwa penerapan teori konseling behavioral melalui 4 layanan bimbingan konseling dalam semua pertemuan jika dilihat dari target keberhasilan yang ingin dicapai sudah maksimal. Hasil evaluasi pada siklus II menunjukkan bahwa siswa yang mengalami

minat belajar yang rendah sudah menunjukkan perubahan setelah diberikan konseling *Behavioral* dengan teknik *Self-Management* secara tepat maka siswa yang

menunjukkan minat belajar yang rendah dapat menunjukkan perubahan peningkatan minat belajar yang lebih tinggi.

Tabel 7. Analisis Hasil Tingkatan Pencapaian Siklus I dan II

No	Nama	Hasil Analisis			
		Siklus I Presentase Skor Akhir	Keterangan	Siklus II Presentase Skor Akhir	Keterangan
1	AP	96,78	Meningkat	99,21	Meningkat
2	AK	92,13	Meningkat	98,49	Meningkat
3	ADK	86,21	Meningkat	97,37	Meningkat
4	AK	84,83	Meningkat	95,78	Meningkat
5	AAVA	67,13	Meningkat	91,21	Meningkat
6	AAK	81,73	Meningkat	95,59	Meningkat
7	AA	94,78	Meningkat	99,01	Meningkat
8	ASA	84,27	Meningkat	95,31	Meningkat
9	DESP	83,12	Meningkat	93,67	Meningkat
10	EPF	89,11	Meningkat	96,59	Meningkat
11	EDP	83,79	Meningkat	97,21	Meningkat
12	FKS	86,45	Meningkat	98,67	Meningkat
13	HD	68,14	Meningkat	93,06	Meningkat
14	JSD	71,71	Meningkat	94,69	Meningkat
15	JAD	86,52	Meningkat	97,43	Meningkat
16	MUD	87,18	Meningkat	96,71	Meningkat
17	NK	87,21	Meningkat	97,09	Meningkat
18	PK	68,98	Meningkat	94,21	Meningkat
19	RD	92,11	Meningkat	99,01	Meningkat
20	SDT	89,57	Meningkat	96,31	Meningkat
21	SAW	68,79	Meningkat	95,51	Meningkat
22	SP	86,70	Meningkat	95,09	Meningkat
23	SW	94	Meningkat	98,21	Meningkat
24	SK	84,01	Meningkat	95,47	Meningkat
25	WK	85,48	Meningkat	96,47	Meningkat
26	WL	88,29	Meningkat	97,57	Meningkat
27	WS	75,25	Meningkat	95,09	Meningkat
28	WT	83,21	Meningkat	97,34	Meningkat
29	BST	92,11	Meningkat	98,54	Meningkat
30	RSU	87,73	Meningkat	95,21	Meningkat
31	SN	95,87	Meningkat	98,39	Meningkat
32	DA	65,25	Meningkat	94,07	Meningkat
33	SAG	64,87	Meningkat	89,99	Meningkat
34	SAN	84,98	Meningkat	97,31	Meningkat
35	TM	83,21	Meningkat	97,23	Meningkat
36	WL	88,15	Meningkat	96,06	Meningkat
37	WK	85,54	Meningkat	97,35	Meningkat



Grafik 1. Peningkatan Minat Belajar Siswa Kelas XI C AP SMK Negeri 1 Singaraja Dari Data Awal, Siklus I Dan Siklus II.

Berdasarkan hasil evaluasi pelaksanaan layanan bimbingan konseling yang terdiri dari bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok, dan konseling individu pada siklus I didapatkan hasil pelaksanaan layanan dalam capaian siklus I kelas XI C AP SMK Negeri 1 Singaraja. terdapat 8 siswa sudah mampu mencapai target keberhasilan dengan skor sangat tinggi, 23 siswa dengan skor tinggi, 3 siswa dengan skor sedang, 3 siswa dengan skor rendah, dan 0 orang siswa dengan skor sangat rendah. Maka dari itu dapat dikemukakan bahwa penerapan teori konseling behavioral melalui 4 layanan bimbingan konseling dalam semua pertemuan jika dilihat dari target keberhasilan yang ingin dicapai belum maksimal untuk beberapa siswa dalam meningkatkan minat belajar. Hal ini berarti bahwa penerapan teori konseling behavioral yang dilaksanakan melalui layanan bimbingan konseling dengan 4 layanan tersebut perlu dilaksanakan kembali untuk digunakan dalam meningkatkan minat belajar siswa kelas XIC AP SMK Negeri 1 Singaraja. Dan pada siklus II Terdapat 30 siswa sudah mampu mencapai target keberhasilan dengan skor sangat tinggi, 7 siswa dengan skor tinggi, 0 siswa dengan skor sedang, 0 siswa dengan skor rendah, dan 0 orang siswa dengan skor sangat rendah. Maka dari itu dapat dikemukakan bahwa penerapan teori konseling behavioral melalui 4 layanan bimbingan konseling dalam semua pertemuan jika dilihat dari target

keberhasilan yang ingin dicapai sudah maksimal. Hasil evaluasi pada siklus II menunjukkan bahwa siswa yang mengalami minat belajar yang rendah sudah menunjukkan perubahan setelah diberikan konseling *Behavioral* dengan teknik *Self-Management* secara tepat maka siswa yang menunjukkan minat belajar yang rendah dapat menunjukkan perubahan peningkatan minat belajar yang lebih tinggi.

### Saran

Dari simpulan diatas dapat disampaikan beberapa saran mengenai teori konseling behavioral dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan minat belajar siswa: 1) Kepada siswa, sebaiknya sebagai seorang pelajar lebih meningkatkan minat belajarnya untuk pencapaian prestasi belajar secara maksimal, 2) Kepada guru BK, sebaiknya lebih aktif dalam pemberian konseling maupun bimbingan kepada siswa, agar siswa tidak terjerumus dalam hal-hal yang dapat mengurangi minat siswa dalam belajar, 3) Kepada wali kelas sebaiknya agar terus memantau perkembangan siswa, baik dari segi pergaulannya maupun aktifitas belajarnya dan selalu berkoordinasi dengan guru BK di sekolah dengan melakukan kerjasama agar dapat memberikan penanganan secara dini bilamana terdapat siswa yang terindikasi mengalami penurunan minat belajar. atau memberikan bimbingan jika ada siswa yang memiliki minat belajar rendah.

**Daftar Pustaka**

- Slameto. Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya. Cet. II; Jakarta: Rineka Cipta. 1995.
- Sukadji, S. (1983). *Modifikasi Prilaku: penerapan sehari-hari dan penerapan profesional*. Yogyakarta: Liberti.
- Nurkancana, Sunartana. 1990. *Evaluasi Hasil Belajar*. Surabaya : Usaha Nasional.
- Dharsana, K. 2010. *diktat Konseling dan problematika konseling*. Singaraja. Jurusan Bimbingan Konseling.
- Wardhani, dkk. 2007. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Universitas Terbuka.