

**EFEKTIFITAS KONSELING BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK
PENGUATAN INTERMITEN UNTUK MEMINIMALISIR PERILAKU
INTROVERT PADA SISWA KELAS VIII SMP LABORATORIUM
UNDIKSHA SINGARAJA TAHUN PELAJARAN 2013/2014**

MAgusSantiPurnama, NiKetutSuarni, DewiArumWidhiyantiMertaPutri

Jurusan Bimbingan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Pendidikan Ganesha
Singaraja, Indonesia
e-mail:

aguzbodzz@gmail.com, tu_arni@yahoo.com, , dawmp_80@yahoo.com

Abstrak

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas konseling behavioral dengan teknik penguatan intermiten untuk meminimalisir perilaku *introvert* pada siswa kelas VIII SMP Laboratorium Undiksha Singaraja tahun pelajaran 2013/2014. Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan desain "*Pretest-Posttest Only Control Group Design*". Populasi penelitian adalah siswa kelas VIII SMP Laboratorium Undiksha Singaraja tahun pelajaran 2013/2014 dengan N=140 Metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode kuesioner, dianalisis dengan teknik *statistik t-test* dan SPSS 16.0. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa Kelompok Konseling Behavioral dengan Teknik Penguatan *Intermiten* efektif untuk meminimalisir perilaku introvert, ini terlihat dari kelompok eksperimen lebih tinggi dari rata-rata nilai kelompok kontrol ($0.240 > 0.186$). Dari hasil analisis nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} dengan $df = 4$ dan taraf signifikansi 5% ($t = 3.182$ $p < 0,05$). Semakin tinggi pemahaman siswa tentang konseling behavioral dengan teknik penguatan intermiten semakin rendah perilaku introvert pada siswa.

Kata-kata kunci : konseling behavioral, teknik penguatan *intermiten*, perilaku *introvert*

Abstract

Purpose of this research is to find out. Effectivity counseling behavioral with increase intermiten techini to minimize introvert behavior to member class VIII SMP Laboratorium Undiksha Singaraja year 2013/2014. Type this research is *eksperimental* research with design "*pretest-posttest only control group design*". Object this research is member of class VIII SMP Laboratorium Undiksha Singaraja year 2013/2014 with N=140. Method to collecting data using quisionaire, analyze be technique statistik T-Test and SPSS 16.0. Result of this research shows that group of counseling behavioral with reinforcement technique intermiten effective to minimize introvert behavior. This show from eksperimental group score taghen and average score from controlled group ($0.240 > 0186$). From this analyze score t_{hitung} higher than t_{tabel} with $df = 4$ and of the significance of standart 5% ($t = 3.182$ $p < 0.05$). Higher score of understanding student regarding counseling behavioral with technique enforcement in intermiten, lower introvert behaviour from student.

Key Words : counseling behavioral, increase technique *intermiten*, *introvert* behaviour

PENDAHULUAN

Meningkatkan kualitas sumber daya manusia merupakan suatu upaya yang harus dilakukan dalam menghadapi era globalisasi dewasa ini bangsa Indonesia memerlukan sumber daya manusia yang berkualitas dalam membangun dunia pendidikan Indonesia. Salah satu usaha penting yang mendukung tumbuh kembangnya sumber daya manusia yang dimaksud adalah pendidikan.

Dalam Undang-Undang Pendidikan No.20 Tahun 2003 Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermanfaat dalam mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Jadi pendidikan tidak cukup terfokus pada aspek kognitif semata tetapi juga aspek non kognitif. Kedua aspek ini memberi pengaruh yang cukup besar terhadap perkembangan peserta didik. Pendidikan kognitif mengembangkan aspek intelektual, sedangkan aspek non kognitif membantu mengembangkan sikap dan keterampilan. Pendidikan juga memiliki dua bagian, pertama pendidikan non formal diantaranya keluarga, masyarakat yang sangat berpengaruh kepada pendidikan. Selain mempengaruhi tingkah laku, masyarakat berperan juga sebagai pemberi masukan dalam mengembangkan pendidikan, serta membantu menyediakan sarana dan prasarana belajar. Seperti yang kita ketahui bersama bahwa pendidikan non formal juga sangat mempengaruhi tumbuh kembang anak. Gunarsa (1976 : 9) menyatakan bahwa, "keluarga merupakan sumber pendidikan utama, karena segala pengetahuan dan kecerdasan intelektual manusia diperoleh pertama-tama dari orang tua dan anggota keluarganya sendiri".

Kedua, bagian formal yaitu pendidikan yang di berikan di sekolah.

Sekolah adalah tempat dimana para siswa mendapat kesempatan mengaktualisasikan dirinya, baik itu dalam berkomunikasi, dalam bertingkah laku, dalam bergaul dan lain sebagainya. Namun tidak banyak siswa mampu melakukan hal tersebut. Berbagai upaya telah dilakukan pihak sekolah untuk dapat meningkatkan keinginan siswa mengaktualisasikan dirinya seperti memberikan siswa tugas kelompok agar siswa mampu bertukar pikiran antara teman yang satu dengan teman yang lainnya. Namun kenyataan yang ada di lapangan masih banyak siswa yang terkesan tertutup, kurang mampu bergaul, malu untuk mengungkapkan pendapatnya. Jika ini dibiarkan, akan berkembang menjadi prilaku introvert.

Jung mengatakan (dalam Suryabrata, 1978 : 125) bahwa introvert adalah kepribadian yang lebih dipengaruhi oleh dunia subjektif, orientasinya tertuju ke dalam. Menurut Eysenck, introvert adalah satu ujung dari dimensi kepribadian introversi dengan karakteristik watak yang tenang, pendiam, suka menyendiri, suka termenung, dan menghindari resiko (dalam Pervin, 1993 : 302).

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan, dalam kehidupan kita, banyak ditemukan bahwa individu dalam kehidupan yang introvert kurang mampu mengeksplorasi diri sehingga seorang introvert tersebut sangat tertutup. Dan seperti yang ditemukan di sekolah, siswa yang memiliki prilaku introvert sangat jarang mengeksplorasi dirinya terhadap temannya. Karena itu prilaku introvert ini harus diminimalisir tetapi tidak menghilangkan perilaku aslinya.

Mengurangi prilaku introvert artinya seseorang akan memiliki kemampuan untuk mengenal, menghadapi bermacam-macam karakter orang, menginterpretasikan dan memberikan tanggapan diberbagai situasi sosial dan mampu bersosial dengan orang banyak tidak terfokus kepada dirinya sendiri

saja. Berbeda dengan anak yang memiliki prilaku introvert, yang lebih senang diam diri dan tidak mampu menarik perhatian dari orang lain. Biasanya anak yang memiliki

Prilaku introvert itu mengalami kesulitan untuk beradaptasi dan berinteraksi dalam berbagai situasi sosial dan sering mengalami penolakan dari lingkungannya.

Mengurangi prilaku introvert ini memegang peranan penting dalam kehidupan, hal ini merupakan salah satu aspek non kognitif yang seringkali dilupakan peranannya. Orang yang cerdas secara intelektual apabila didukung oleh percaya diri yang baik, maka orang tersebut akan dapat menerapkan sikap seperti cinta diri, memahami diri, mampu berpikir positif, punya tujuan yang jelas, mampu berkomunikasi, tegas, mampu menampilkan diri serta mampu mengendalikan perasaan akan mudah untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Sebaliknya, orang yang cerdas secara intelektual akan tetapi tidak merasa yakin akan dirinya, maka orang yang demikian akan selalu merasa bahwa dirinya tidak berarti apa-apa di lingkungannya.

Berdasarkan hasil pengamatan selama mengadakan kegiatan Praktik Lapangan Bimbingan Konseling Sekolah (PLBKS) di SMP Laboratorium Undiksha Singaraja. Diketahui bahwa pada siswa kelas VIII yang berjumlah 140 orang siswa terdapat 8 siswa yang menunjukkan prilaku introvert. Sikap-sikap yang mereka tunjukkan secara umum yaitu saat proses tanya jawab, anak yang berperilaku introvert akan diam, dan tidak mau mengajungkan tangan atau tidak aktif di dalam kelas. Mereka jarang berinteraksi dengan teman sebangku atau teman kelasnya. Tetapi saat ditunjuk oleh guru, ia bisa menjawab pertanyaan dengan tepat dan benar, hal inilah yang perlu dikaji, akan tetapi anak introvert tersebut sangat jarang untuk membuat masalah dengan temannya, jadi guru BK menganggap mereka tidak perlu bantuan. Disinilah mengapa guru BK disekolah jarang memberikan layanan khusus bagi anak yang mengalami introvert.

Berkaitan dengan permasalahan yang muncul maka ditawarkan cara penanganan dengan menggunakan konseling Behavioral dengan teknik penguatan intermiten. Konseling Behavioral adalah suatu model konseling yang menyatakan bahwa tingkah laku manusia merupakan hasil belajar sehingga perilaku manusia dapat diubah dengan mengkreasikan kondisi-kondisi belajar. Menurut konseling Behavioral, manipulasi yang dilakukan yaitu dengan cara memberikan latihan-latihan sedemikian rupa sehingga perilaku negatifnya bisa diminimalisir dan tidak menghilangkan sifat asli. Sesuai dengan faktor penyebab anak jarang untuk menonjolkan dirinya atau introvert, maka digunakan teknik penguatan intermiten dalam teknik pengkondisian operan yang dikembangkan oleh Skinner. Penguatan intermiten adalah suatu penguatan yang diberikan setiap tingkah laku yang diinginkan muncul dan setelah frekuensi kemunculan perilaku yang diharapkan dapat meningkat maka penguatan akan dikurangi. Penguatan tidak diberikan secara terus menerus seperti halnya dengan penguatan positif. Penguatan intermiten diberikan sewaktu-waktu saja dengan melihat tingkat pencapaian siswa. Pada dasarnya penguatan intermiten dipergunakan untuk memelihara tingkah laku yang telah terbentuk.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Efektifitas Konseling Behavioral Dengan Penguatan Intermiten Untuk meminimalisir Prilaku Introvert Pada Siswa Kelas VIII SMP Laboratorium Undiksha Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014. Rosjidan (1988:230) yang merupakan pelopor behaviorisme radikal menyatakan bahwa reaksi-reaksi dan refleks-refleks bisa dikondinir dan di-rekondisioner sehingga semua kebiasaan yang keliru bisa di-rekondisioner lagi. Sesuai dengan pernyataan di atas, maka perilaku sosialpun bisa dirubah atau dikembangkan dari perilaku sosial rendah menjadi perilaku sosial yang lebih tinggi.

yang dimaksud dengan konseling behavioral adalah suatu model konseling yang meliputi perubahan tingkah laku kearah yang lebih adaptif serta studinya terbatas pada pengamatan dan perubahan tingkah laku. Atau dengan kata lain, Konseling Behavioral adalah proses

Macmillan (1973:94) menyatakan "*all such schedules, in which some responses are followed by reinforcers and some are not, are called, collectively, intermittent schedules of reinforcement.*" Dari pernyataan tersebut, dapat diketahui bahwa dalam penjadwalan, yang mana beberapa respon diikuti dengan penguatan dan yang lain tidak disebut dengan jadwal penguatan intermiten atau sebagian. Pada masing-masing pertemuan dalam kegiatan konseling individu, topik yang dibahas disesuaikan dengan aspek atau dimensi perilaku introvert siswa. Pertemuan 1, topik yang dibahas adalah perilaku introvert dengan indikator kemampuan berpola pikir, sub indikator tidak berpikiran negatif dengan orang lain. Melalui konseling individu yang dilaksanakan pada pertemuan 1, diharapkan siswa dapat mengurangi cara berpikir negatif terhadap orang lain, mengetahui tingkah laku yang negatif dan memahami cara-cara mengurangi pikiran negatif serta mengimplementasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Pertemuan 2, aspek atau dimensi yang dibahas keteraturan dengan indikator yaitu tingkah laku seorang introvert diantaranya yaitu siswa bisa mengacungkan tangan saat proses belajar berlangsung dan mau aktif/ikut serta dalam proses belajar mengajar. Setelah dilaksanakan pertemuan 2 diharapkan siswa dapat bereinteraksi dengan teman sekelasnya ataupun di masyarakat. Kegiatan konseling individu dikategorikan sukses apabila mampu meningkatkan pemahaman tentang perilaku introvertsesuai dengan aspek dan indikator dan sub indikator yang dijelaskan di atas. Beragam aliran psikologi memiliki definisi introvert berbeda-beda. Definisi menurut Cain adalah orang introver memilih lingkungan sunyi dan minim stimulasi.

Introver cenderung menikmati konsentrasi sepi, lebih banyak mendengar daripada berbicara, berpikir sebelum berbicara, dan memiliki pendekatan yang lebih menyeluruh dan hati-hati terhadap suatu risiko. Introver berpikir lebih banyak, tidak terlalu gegabah dan berfokus pada hal-hal yang lebih penting, seperti hubungan dan pekerjaan yang bermanfaat. Sebaliknya, ekstrover disemangati oleh kondisi sosial dan cenderung menjadi seorang pekerja multitugas yang asertif yang berpikir lantang dan cepat. Cain mengatakan bahwa antara sepertiga dan setengah warga Amerika Serikat dapat dikelompokkan sebagai introver, walaupun orang-orangnya tersebar di seluruh *spektrum* introver-ekstrover. Orang yang berada di dekat tengah spektrum disebut "*ambivert*". Selanjutnya introvert adalah orang yang membutuhkan privasi untuk mengisi ulang energy mereka, orang yang tidak mendapatkan energy dari aktifitas eksternal dan orang biasanya membutuhkan waktu untuk merenung dan berpikir sebelum mereka berbicara. (Marti, 2002 : 43)

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa, introvert adalah sebuah sifat dan karakter yang cenderung menyendiri. Mereka adalah pribadi yang tertutup dan mengesampingkan kehidupan sosial. suatu orientasi kedalam diri sendiri yaitu orang yang cenderung menarik diri dari kontak sosial. Minat dan perhatiannya lebih terfokus pada pikiran dan pengalamannya sendiri. Rendahnya pemahaman siswa terhadap perilaku introvert dinyatakan sebagai salah satu penyebab mudahnya siskurangnya bersosial pada orang introvert. Siswa yang kualitas pemahamannya rendah tentang pemahaman perilaku introvert cenderung tertutup, pesimis dan tidak memiliki komitmen ketika di lingkungannya sosial sangat berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari. Sebaliknya siswa yang kualitas pengetahuan dan pemahamannya lebih tinggi tentang efek dari perilaku introvert tersebut cenderung akan sadar akan terbuka, memiliki komitmen dan tahu

menempatkan diri di hubungan sosial di masyarakat dan di lingkungan di sekitarnya, sehingga siswa tersebut mengetahui sisi negative dari perilaku introvert tersebut. Rendahnya pengetahuan pemahaman, kesadaran diri, keoptimisan, Komitmen dan hubungan sosial tersebut terjadi karena kurangnya atau terbatasnya informasi yang didapatkannya tentang karakteristik perilaku introvert.

Mengingat pengetahuan pemahaman, kesadaran diri, keoptimisan, Komitmen dan hubungan sosial siswa terhadap perilaku introvert masih rendah, maka Konseling behavioral dengan teknik penguatan intermiten yang paling tepat untuk menangani masalah ini karena teknik ini tidak menghilangkan kepribadian ia sebagai introvert tersebut, melainkan hanya mengkondisikan dimana seorang introvert

METODE

Populasi adalah keseluruhan subjek yang akan diteliti. Menurut Sutrisno (2000:220) yang dimaksud dengan populasi penelitian adalah seluruh penduduk yang dimaksudkan untuk diselidiki. Penduduk tersebut mencakup individu yang berwujud manusia, binatang, dan sebagainya. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Kelas VIII SMP Laboratorium Undiksha Singaraja. Sampel adalah sebagian dari populasi dan sampel dapat didefinisikan sebagai sembarang himpunan yang merupakan bagian dari populasi. Jadi sampel merupakan bagian integral yang tidak dapat dipisahkan dengan populasi dan merupakan cermin dari populasi, "potret" sampel seharusnya itulah "wajah" populasi (Riyanto, 2001:65). Berdasarkan uraian di atas maka yang dimaksud sampel dalam penelitian ini adalah siswa yang dapat mewakili keseluruhan populasi yang menunjukkan gejala yang diukur dalam hal ini adalah perilaku *introvert* siswa.

Karena jumlah anggota populasi dalam penelitian ini cukup banyak maka penelitian ini dilakukan terhadap sampel. Sampel adalah bagian dari populasi yang dipilih

itu berada tanpa menghilangkan sifat/ kepribadian bawaannya sejak lahir

Memandang bahwa banyaknya siswa kurang memahami perilaku introvert, sehingga perlu dilakukan penelitian mengenai Efektifitas Konseling Behavioral dengan Teknik Penguatan Intermiten untuk Meminimalisir Perilaku Introvert pada Siswa Kelas VIII SMP Laboratorium Undiksha Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014 untuk mengurangi hal negatif dari perilaku introvert tersebut.

Berdasarkan uraian tersebut, merupakan kesempatan yang sangat baik untuk mengadakan penelitian yang berjudul "Efektivitas Konseling Logo Melalui *Alkohol Management* Untuk Meminimalisir Tingkat Kecenderungan Penyalahgunaan Napza Pada Siswa Kelas XI SMKN 3 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014" dengan prosedur tertentu, untuk di ukur karakteristiknya dan dianggap mewakili populasi. Sutrisno (2000:221) menyatakan sampel adalah sejumlah penduduk yang jumlahnya kurang dari jumlah populasi.

Adapun populasi penelitian ini adalah 56 siswa kelas VIII SMP Laboratorium Undiksha Singaraja. Adapun metode pengambilan sampel yang dipakai pada penelitian ini adalah menggunakan teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2011 : 124) teknik *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Cara menentukan sampel melalui teknik ini yaitu dengan observasi dan mencari informasi kepada guru BK. Setelah mencari informasi dari guru BK maka di dapatkan sampel, yaitu Kelas VIII SMP Laboratorium dengan jumlah sampel sebanyak 8 siswa. Penelitian ini tergolong penelitian "*eksperimental*" untuk meminimalisir perilaku introvert siswa SMP Laboratorium Undiksha Singaraja. Yang dimaksud dengan penelitian eksperimental adalah "penelitian yang dilakukan dengan memberikan perlakuan (*treatment*) tertentu terhadap subjek penelitian yang bersangkutan" (Agung. 2001:17). Kartono (1996:268) menyatakan "metode

eksperimen adalah suatu prosedur penelitian yang sengaja dipakai untuk mengetahui pengaruh suatu kondisi yang sengaja diadakan terhadap suatu gejala sosial yang berupa kegiatan dan tingkah laku seorang individu atau kelompok individu". Perlakuan atau manipulasi yang diberikan pada penelitian ini adalah konseling behavioral dengan teknik penguatan intermiten.

Pada analisis statistik digunakan rumus t-test. Karena *Paired Two Sample for Means* t-test dimaksudkan untuk mengetahui efektifitas atau pengaruh dari variabel bebas (VB) terhadap variabel terikat (VT) dilihat dari posttest pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dimana dalam penelitian ini ingin mengetahui "Efektifitas Konseling Behavioral dengan Teknik Penguatan Intermiten untuk meminimalisir Perilaku Introvert pada Siswa Kelas VIII SMP Laboratorium Undiksha Singaraja," sebagaimana dalam rumusan hipotesis penelitian. Yang berbunyi H0 tidak ada perbedaan efektifitas antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol untuk meminimalisir perilaku introvert. Dan Ha ada perbedaan efektifitas antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol untuk meminimalisir perilaku introvert. Untuk mencapai tujuan itu data hasil penelitian dianalisis dengan teknik analisis statistik inferensial t-test. Dengan formula sebagai

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Data

Adapun data yang diperoleh dalam penelitian ini disajikan dalam table 01.

Tabel 01. Rekapitulasi Data *Pretest*, *Posttest*, kelompok eksperimen dan kontrol

Interval	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	Kelompok Kontrol		
	Pretest Eksperimen	Posttest Eksperimen		Pretest Kontrol	Posttest Kontrol	
$130 \leq \bar{X} \leq 150$	-	-	0,00	-	-	0,00
$110 \leq \bar{X} \leq 130$	-	1	12,5%	-	-	0,00
$70 \leq \bar{X} \leq 110$	1	2	37,5%	2	-	25%
$50 \leq \bar{X} \leq 70$	2	1	37,5%	1	2	37,5 %

berikut:

$$t = \frac{M_1 - M_2}{\sqrt{\left(\frac{\sum X_1^2 + \sum X_2^2}{N_1 + N_2 - 2}\right) \times \left(\frac{N_1 + N_2}{N_1 \times N_2}\right)}}$$

(Guilford, 1973:160)

Keterangan :

M_1 dan M_2 : Rata - rata dari kedua sampel

$\sum X_1^2$ dan $\sum X_2^2$: Jumlah kuadrat pada kedua sampel

N_1 dan N_2 : Jumlah kasus pada kedua sampel

Kriteria pengambilan keputusan :

Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$, dalam taraf signifikansi 5% maka H_0 ditolak.

Jika $t_{hitung} < t_{tabel}$, dalam taraf signifikansi 5% maka H_0 diterima.

Berdasarkan nilai probabilitas

Jika probabilitas $> 0,05$ maka H_0 diterima

Jika probabilitas $< 0,05$ maka H_0 ditolak

Karena keterbatasan kemampuan peneliti maka dalam analisis data statistik *correlated data/paired sampel t-test* dan *Paired Two Sample for Means t-test* dibantu dengan *Mirosoft Exel 2007 for windows*.

$30 \leq \bar{X} \leq 50$	1	-	12,5%	1	2	37,5%
---------------------------	---	---	-------	---	---	-------

Table 01 di atas menunjukkan pada kelompok eksperimen hasil posttest mengalami peningkatan, lebih besar dari pada prettest dengan persentase dari 36%-61%. Pada kelompok kontrol hasil posttest mengalami penurunan dengan persentase 86%-65%.

Sebelum melakukan uji hipotesis maka harus dilakukan beberapa uji prasyarat terhadap sebaran data yang meliputi uji normalitas terhadap data hasil kecendrungan penyalahgunaan napza pada siswa. Uji normalitas ini dilakukan untuk membuktikan bahwa kedua sampel tersebut berdistribusi normal. Dalam penelitian ini uji normalitas dilakukan sebanyak empat kali pengujian dengan menggunakan SPSS 16.0, dengan hasil yaitu (1) Uji normalitas pretest kelompok eksperimen output Kolmogorov-Smirnov menunjukkan nilai 0,266 dan nilai diatas $\alpha = 0,05$. Hal ini berarti pretest kelompok eksperimen berdistribusi secara normal. (2) Uji normalitas posttest kelompok eksperimen, dari output analisis SPSS menunjukkan bahwa skor signifikan Kolmogorov-Smirnov sebesar 0,240 dan nilai diatas $\alpha = 0,05$. Hal ini berarti variabel perilaku introvert pada posttest kelompok eksperimen berdistribusi

secara normal. (3) Uji normalitas pretest kelompok kontrol, dari output analisis SPSS menunjukkan bahwa skor signifikan Kolmogorov-Smirnov sebesar sebesar 0,251 dan nilai diatas $\alpha = 0,05$. Hal ini berarti pada posttest kelompok eksperimen berdistribusi secara normal. (4) Uji normalitas posttest kelompok kontrol, dari output analisis SPSS menunjukkan bahwa skor signifikan Kolmogorov-Smirnov sebesar sebesar 0,186 dan nilai diatas $\alpha = 0,05$. Hal ini berarti pada posttest kelompok eksperimen berdistribusi secara normal.

Penelitian ini dirancang menggunakan model "Pretest-Posttest Control Group Design". Analisis data dalam penelitian ini termasuk analisis data kuantitatif, yaitu analisis yang didasarkan pada nilai kuantitatif variabel bebas (Konseling Behavioral dengan teknik Penguatan Intermiten) terhadap variabel terikat (Perilaku Introvert). Pada proses analisis data menggunakan bantuan program Microsoft Excel 2007 Adapun hasil analisis data perbedaan skor posttest kelompok eksperimen dan kelompok kontrol melalui Paired Two Sample for Means t-test, dapat dilihat pada table 02

Tabel 02 Hasil Analisis Data Perbedaan Gain Score Kelompok Eksperimen Dengan Kelompok Kontrol

t-Test: Paired Two Sample for Means

	Eksperimen 1	Eksperimen 2
Mean	82,5	57
Variance	507,6666667	151,3333333
Observations	4	4
Pearson Correlation	-0,485851432	
Hypothesized Mean	0	

Difference	
Df	3
t Stat	1,673856425
P(T<=t) one-tail	0,09637617
t Critical one-tail	2,353363435
P(T<=t) two-tail	0,192752339
t Critical two-tail	3,182446305

Sumber : Output SPSS 16.0

Pada tabel hasil analisis *Paired Two Sample for Means* t-test di atas. Didapatkan $t_{hitung} = 3.182$, dan dengan $df = 4$ pada taraf signifikansi 5% didapatkan t_{tabel} sebesar 2.776. Berdasarkan pada hasil tersebut dapat dilihat bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 di tolak.

Dengan demikian karena H_0 ditolak H_a diterima, H_a berbunyi “ada perbedaan efektifitas antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol untuk meminimalisir perilaku introvert.”

Persepsi Siswa Terhadap Introvert

Persepsi siswa terhadap teknik penguatan intermiten untuk meminimalisir perilaku introvert meningkat dari 55% setelah diberikan teknik *alcohol management* menjadi 85% hal tersebut dapat dilihat dari penilaian persepsi siswa terhadap proses pemberian teknik *Penguatan intermiten*

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis diketahui bahwa siswa yang telah diberikan konseling Behavioral dengan Teknik Penguatan Intermiten memiliki pemahaman dan sikap yang lebih tinggi untuk memahami dirinya seorang introvert khususnya pada saat berinteraksi sosial. Hal ini menunjukkan bahwa konseling Behavioral dapat membantu siswa dalam mengubah tingkah laku sosial perilaku introvert. Dapat disimpulkan bahwa adanya perbedaan kelompok eksperimen dengan

kelompok kontrol untuk meminimalisir perilaku. Bukti lain yang mendukung penelitian ini menunjukkan bahwa pada awal pemberian layanan banyak siswa yang belum memahami dan belum memiliki kesadaran diri, optimisme dan komitmen. Perilaku sosial terhadap perilaku introvert. Setelah diberikan teknik Penguatan Intermiten siswa menunjukkan perubahan yaitu bisa memahami perilaku sosial seorang introvert, siswa yang dikategorikan berperilaku introvert sudah bisa memahami bahwa pentingnya bersosial di lingkungan masyarakat ataupun di sekolah dan pentingnya kebutuhan atas sesuatu dengan orang lain. Hal tersebut dapat dilihat dari peningkatan pemahaman siswa tentang perilaku introvert dan tingkah laku siswa di sekolah.

PENUTUP

Berdasarkan hasil di atas diketahui bahwa: terdapat perbedaan signifikan perilaku introvert antara kelompok siswa yang mengikuti dengan kelompok siswa yang tidak mengikuti konseling behavioral dengan teknik penguatan intermiten.(2) Persepsi siswa kelas VIII SMP Laboratorium Singaraja tentang penguatan intermiten bahwa siswa berhasil memosisikan dirinya jika ia sedang di lingkungan masyarakat, tetapi tidak menghilangkan sifat aslinya yaitu seorang introvert, dan dapat meminimalisir tingkat perilaku introvert, yakni dengan sadar berperilaku sosial dan mampu meninjau dan

menilai dirinya ia dulu seorang introvert dan sekarang bisa bertindak sosial dan mengubah tingkah lakunya di bidang sosial.(3) Berdasarkan hasil pengujian hipotesis diketahui bahwa “Efektifitas Konseling Behavioral dengan Teknik Penguatan Intermiten untuk Meminimalisir Perilaku Introvert pada Siswa Kelas VIII SMP Laboratorium Undiksha Singaraja Tahun Ajaran 2013/2014

Kepada Siswa dengan diadakannya penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi siswa serta dapat bertanggung jawab dan tetap menjadi kepribadian yang berguna bagi orang lain. Menjadi seorang introvert tidaklah berbahaya, tetapi harus bisa menyesuaikan pada lingkungan dimana kita berada.. Kepada Guru Bk agar mampu menerapkan dan mengimplementasikan menerapkan dan mengimplementasikan Konseling Behavioral dengan Teknik Penguatan Intermiten untuk meminimalisir Perilaku Introvert.

Kepada Sekolah, dapat digunakan sebagai informasi untuk untuk membuat kebijakan guna memfasilitasi penyusunan program bimbingan dan konseling untuk memberikan layanan kepada siswa guna meminimalisir perilaku introvert pada siswa. Yang berminat untuk meneliti dengan pokok permasalahan perilaku introvert dan menggunakan model konseling behavioral agar mampu mengembangkannya lagi

DAFTAR RUJUKAN

Amti, Erman & Marjohan. 1992/1993. *Bimbingan dan Konseling*. Singaraja : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Corey, Gerald. 2003. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*.

e-journal Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling

Volume: 2 No 1, Tahun 2014

Terjemahan oleh E. Koeswara.
Bandung:PT Refika Aditama.

-----, 1998. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung:PT Refika Aditama.

Gunarsa, Singgih. 2012. *Konseling dan Psikoterapi*. Cetakan ke Enam. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.

Komalasari & Wahyuni.2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta:PT. Indeks.

Konseling4us. 2011. *Tujuan Konseling Behavioral*. Dalam (Jumat, 20-12-2013.)

MacMillan, Donald L. 1973. *Behavior Modification in Education*. New York: The Macmillan Company

Nurkencana. 1990. *Evaluasi hasil belajar*. Surabaya : Usaha Nasional

Olsen, Marti. 2013. *The Introvert Advantage Berkembang dan Berhasil di Dunia Ekstrover*. Terjemahan oleh Meita Lukitawati. Jakarta:PT Elex Komputindo.

Rosjidan.1998. *Pengantar Teori-teori Konseling*

Sarwono.2010. *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: PT. RajaGrafinfo Persada.

Sedanayasa, Gede. 2011. *Teori-teori Konseling*. Bahan Perkuliahan (tidak

diterbitkan). Jurusan Bimbingan
Konseling. FIP UNDIKSHA.

Suarni.2011.Modul *Teori Kepribadian*.
Bahan Perkuliahan (tidak diterbitkan).
Jurusan Bimbingan Konseling FIP
Undiksha.

Sujini, Anas. 2008. *Pengantar Statistika
Pendidikan*. Jakarta : Raja Grafindo
Persada

Sukardi.2004.*Metodelogi Penelitian
Pendidikan Kompetensi dan
Praktiknya*. Jakarta :Bumi Aksara.

Supratiknya. 2002. *Teori-teori Sifat dan
Behavioristik*. Jakarta:Kanisius.

Suryabrata, Sumadi.2004. *Psikologi
Pendidikan*, Jakarta: PT. Raja
Grafindo Persada.