

## **PENERAPAN KONSELING BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK MODELING UNTUK MENINGKATKAN PROAKTIF SISWA KELAS X BB SMA NEGERI 2 SINGARAJA**

Ni Luh Gede Menda Marta Yani, I Ketut Dharsana, Kadek Suranata  
Jurusan Bimbingan Konseling, FIP  
Universitas Pendidikan Ganesha  
Singaraja, Indonesia

e-mail: [luhgedemenda@gmail.com](mailto:luhgedemenda@gmail.com), [profdarsana@yahoo.com](mailto:profdarsana@yahoo.com), [sura@konselor.org](mailto:sura@konselor.org)

### **Abstrak**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian tindakan Bimbingan Konseling (*Action Research In Counseling*) yang bertujuan untuk mengetahui peningkatan proaktif siswa kelas X BB SMA Negeri 2 Singaraja setelah dilaksanakan penerapan konseling behavioral dengan teknik modeling. Subjek penelitian ini sebanyak 30 orang siswa kelas X BB SMA Negeri 2 Singaraja. Penelitian ini terdiri dari 2 siklus dimana masing-masing siklus melalui tahap identifikasi, diagnosa, prognosa, konseling, evaluasi/follow up, dan refleksi. Proses pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner proaktif pola skala linkert dan dianalisis secara deskriptif serta menggunakan buku harian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan proaktif siswa kelas X BB SMA Negeri 2 Singaraja melalui pemberian layanan bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu. Dari hasil penelitian siklus I siswa yang proaktifnya berada pada kategori rendah meningkat menjadi kategori sedang dan setelah pemberian layanan pada siklus II proaktif siswa meningkat dari kategori sedang menjadi tinggi dan sangat tinggi. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling behavioral dengan teknik modeling dapat meningkatkan proaktif siswa kelas X BB SMA Negeri 2 Singaraja.

Kata-kata kunci: konseling behavioral, teknik modeling, proaktif.

### **Abstract**

The study consist of action reseach in counseling which aims to determine proactive enhancement students of X BB SMA Negeri 2 Singaraja after the application of behavioral counseling conducted by the modeling techniques. The research subjects were students of X BB SMA Negeri 2 Singaraja. This study consisted of two cycles which each cycle through the identification, diagnosis, prognosis, counseling / treatment, evaluation / follow-up, and reflection. Process of data collection in this study used a questionnaire proactive linkert scale patterns and analyzed descriptively and using a diary. The results of the reseacrh showed proactive improvement students of X BB SMA N 2 Singaraja through giving classical guidance services, group guidance, group counseling and individual counseling. In cycle I the students with low proactive category increase to moderate category and after cycle II was conducted the students' proactive increase from the moderate category becomes high and very high. Based on the result of the research, it can be concluded that the implementation of behavioral counseling with modeling technique can improve the proactive students of X BB SMA N 2 Singaraja.

Key words: *behavioral counseling, modeling techniques, proactive.*

### **Pendahuluan**

Pengamatan peneliti di kelas X BB SMA Negeri 2 Singaraja, peneliti melihat beberapa siswa yang menunjukkan perilaku seperti siswa sangat aktif

bertanya maupun menjawab dalam mengikuti kegiatan pembelajaran di dalam kelas, tidak pernah mengeluh selalu berusaha dalam mengerjakan tugas, memiliki tanggung jawab yang tinggi

seperti selalu mengumpulkan tugas tepat waktu, memiliki sikap mandiri dalam membuat tugas atau pekerjaan rumah tidak pernah mengandalkan orang lain atau menyontek pekerjaan orang lain, memiliki keinginan untuk mengevaluasi diri, dan memiliki pandangan yang positif terhadap masa depannya.

Disisi lain ada beberapa siswa yang menunjukkan sikap seperti kurang aktif bertanya maupun menjawab dalam mengikuti kegiatan pembelajaran di dalam kelas, cenderung lebih suka mengeluh, mudah menyerah dan mudah berputus asa dalam mengerjakan tugas, tidak memiliki keinginan untuk bertanggung jawab dalam mengumpulkan tugas seperti tidak mengumpulkan tugas tepat waktu, tidak memiliki sikap mandiri selalu mengandalkan dan menyontek hasil pekerjaan orang lain, tidak memiliki keinginan untuk mengevaluasi diri, menyalahkan orang lain atas apa yang terjadi pada dirinya dan tidak memiliki pandangan yang positif terhadap masa depannya. Berdasarkan perilaku yang ditunjukkan oleh siswa tersebut diatas, maka siswa tersebut dapat dikatakan tidak memiliki proaktif.

"Proaktif adalah berupa keyakinan bahwa sumber atau penyebab tingkah laku berada dalam diri manusia sendiri", (E. Koswara, 1986: 24).

Menurut pendapat Stephen R. Covey (1997: 61) "Proaktif adalah sebagai manusia kita bertanggung jawab atas hidup kita sendiri. Perilaku kita adalah fungsi dari keputusan kita, bukan kondisi kita. Kita mempunyai inisiatif dan tanggung jawab untuk membuat segala sesuatunya terjadi".

Pendapat lain menurut Suharli (2009: 37), "proaktif adalah orang yang berinisiatif membentuk dirinya sendiri menuju tujuan hidup".

Berdasarkan atas beberapa definisi tersebut diatas, maka dapat disimpulkan bahwa proaktif adalah sikap manusia yang bersumber atau berada dalam diri manusia sendiri yang meliputi memiliki keinginan untuk bertanggung jawab, memiliki keinginan untuk melakukan evaluasi diri, keinginan untuk mandiri, berinisiatif untuk membentuk diri sendiri dan memiliki pandangan yang positif

terhadap masa depan. Maka dari definisi tersebut dalam hal ini proaktif mengandung 4 aspek yaitu: 1) Tanggung jawab; (2) Mandiri; (3) Berinisiatif dan (4) Berpandangan positif terhadap masa depan.

Untuk meningkatkan proaktif siswa, ada berbagai teori konseling yang dapat digunakan atau diterapkan yaitu "Teori Psikoanalitik Sigmund Freud; Teori Konseling Self Adler; Teori Konseling Kelompok Psikodinamika dalam Teori Asumsi Melanie Klein; Teori Konseling yang Berpusat pada Pribadi oleh Carl Roger; Teori Konseling Gestalt Fritz Perls; Teori Analisis Transaksional Eric Berne; Teori Reality Counselling (William Glasser); Teori Motivasi Manusia "Maslow's"; Teori Logo Konseling Victor Frankl; Teori Konseling Kognitif (Aaron Beck); Teori Melatih Konseling Tingkah Laku (Oleh Krumboltz); Teori *Behavioral* (Teori Tingkah laku); Teori Kognitif Sosial (Albert Bandura); Teori Rasional Emotive *Behavioral* Counselling Albert Ellis; Teori Konsepsi George Kelly; Teori Eklecticism; Teori Personologi Murray; Teori Pemilihan Jabatan John L.Holland; Teori Perkembangan Karir dan Perkembangan Hidup (Super); Teori Pemilihan Jabatan atau Karir menurut Anne Roe; Teori Perkembangan Karir oleh Ginzberg dan Konseling Karir Trait dan Faktor", (Dharsana, 2010).

Berdasarkan teori yang telah disebutkan di atas maka dalam penelitian ini, peneliti lebih menekankan pada perubahan tingkah laku. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk mengubah perilaku negatif menjadi perilaku yang lebih positif yaitu dengan pendekatan Teori *Behavioral* (Teori Tingkah laku). Karena seperti yang telah diketahui bahwa "konseling Behavioral adalah teori konseling yang menekankan pada tingkah laku manusia yang pada dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan dan segenap tingkah lakunya itu dipelajari atau diperoleh karena proses latihan", (Corey (dalam E. Koswara, 1988: 198)).

Teori Konseling Behavioral memiliki kelebihan dan juga kekurangan. Kelebihan dari teori konseling behavioral yaitu pendekatan behavior therapy merupakan suatu pendekatan terapi

tingkah laku yang berkembang pesat sangat populer. Dikarenakan memenuhi prinsip-prinsip kesederhanaan, kepraktisan, kelogisan, mudah dipahami dan diterapkan, dapat didemonstrasikan, menempatkan penghargaan khusus pada kebutuhan anak, serta adanya penekanan perhatian pada perilaku yang positif, sedangkan kekurangan dari teori konseling behavioral ini yaitu konseling atau terapi behavior bersifat dingin (kaku), kurang menyentuh aspek pribadi, bersifat manipulatif, dan mengabaikan hubungan antar pribadi, lebih terkonsentrasi pada teknik, meskipun konseling atau terapi behavior sering menyatakan persetujuan pada tujuan klien, akan tetapi pemilihan tujuan lebih sering ditentukan oleh konselor atau terapis, meskipun konselor atau terapis behavior menegaskan bahwa setiap klien adalah unik dan menuntut perilaku yang unik dan spesifik akan tetapi masalah salah satu klien sama dengan klien lainnya dan oleh karena tidak menuntut suatu strategi konseling atau terapi yang unik, perubahan klien hanya berupa gejala yang dapat berpindah kepada bentuk perilaku yang lain.

Konseling behavioral memiliki berbagai teknik diantaranya desensitisasi sistematis, relaksasi, modeling, terapi imajinasi dan pembiasaan, latihan asertif, terapi aversi, dan pengkondisian operan. Pengkondisian operan mencakup beberapa teknik yakni perkuatan positif, pembentukan respon, perkuatan intermitten, penghapusan, percontohan, dan *token economy*. Berdasarkan teknik-teknik tersebut, peneliti memilih menggunakan teknik modeling untuk meningkatkan proaktif siswa. Konseling behavioral menekankan pada percontohan (*modeling*).

Menurut Bandura (dalam Corey, 1988: 221) "teknik modeling merupakan observasi permodelan, mengobservasi seseorang lainnya sehingga seseorang tersebut membentuk ide dan tingkah laku, kemudian dijelaskan sebagai panduan untuk bertindak".

Berdasarkan pemikiran tersebut serta fakta yang ditemukan di lapangan, penelitian ini mengangkat tema proaktif dan konseling *behavioral* teknik *modeling* sebagai bidang kajian, dengan judul

Penerapan Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Proaktif Siswa Kelas X BB di SMA Negeri 2 Singaraja.

### Metode

Jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (*Action Research in Counseling*) yang sering disingkat dengan PTBK, yaitu "bentuk penelitian yang bersifat reflektif oleh pelaku tindakan, yang dilakukan untuk meningkatkan kemampuan rasional serta tanggung jawab dari tindakan-tindakan mereka dalam melaksanakan tugas, memperdalam pemahaman terhadap tindakan-tindakan yang dilakukan, serta memperbaiki kondisi dimana praktek-praktek pembelajaran tersebut dilaksanakan" (Dharsana, 2007: 5).

Rancangan penelitian bimbingan konseling terdiri dari langkah-langkah yaitu langkah identifikasi, langkah diagnosa, langkah prognosa, langkah konseling/treatment/training, langkah evaluasi dan langkah refleksi. Pengertian masing-masing langkah diuraikan pada rancangan penelitian.

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X BB yang bertempat di SMA Negeri 2 Singaraja, yang berjumlah sebanyak 30 siswa. Ditetapkan kelas X BB sebagai subjek penelitian karena dari pengamatan langsung peneliti didalam kelas bahwa siswa sulit mandiri dalam belajarnya, tidak mengumpulkan tugas tepat waktu, cenderung lebih suka mengeluh, mudah menyerah dan mudah berputus asa dalam mengerjakan tugas, tidak memiliki keinginan untuk bertanggung jawab dalam mengumpulkan tugas seperti tidak mengumpulkan tugas tepat waktu, tidak memiliki sikap mandiri selalu mengandalkan dan menyontek hasil pekerjaan orang lain, tidak memiliki inisiatif untuk bertanya maupun menjawab pertanyaan dari guru, dan tidak memiliki pandangan yang positif terhadap masa depannya. Dalam penelitian ini subjek yang diteliti hanya sebatas siswa yang proaktifnya rendah.

Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus yang masing-masing siklus terdiri dari beberapa tahap. Pertama tahap perencanaan terdiri dari (tahap

identifikasi, tahap diagnosis, dan tahap prognosis). Kedua tahap pelaksanaan (tahap konseling/treatment/treaning). Ketiga tahap observasi (tahap evaluasi). Keempat tahap refleksi (follow up). Untuk mengetahui tingkat pengembangan sikap empati siswa, digunakan teknik pengumpulan data dengan memakai metode kuesioner dan buku harian. Data dianalisis dengan menggunakan bantuan *microsoft office excel 2007*. Sedangkan untuk menguji kelayakan instrumen maka dilaksanakan pengujian validitas dan pengujian reliabilitas. Untuk mengetahui persentase perubahan perilaku berupa peningkatan proaktif siswa dipantau dengan kuesioner proaktif serta hasil pengisian buku harian, sehingga dapat diketahui seberapa besar manfaat konseling behavioran dengan teknik modeling untuk meningkatkan proaktif siswa. Untuk itulah skor hasil penyebaran kuesioner serta skor dari buku harian setelah teknik modeling dilaksanakan akan dianalisis secara deskriptif yaitu analisis data dengan membandingkan persentase yang dicapai.

### Hasil dan Pembahasan

Dari hasil pengujian validitas dengan menggunakan 30 butir pernyataan yang diujicobakan kepada 100 orang siswa, dari hasil analisis maka ke 30 butir pernyataan dinyatakan valid. Hal ini disebabkan nilai  $r_{hitung}$  dari setiap pernyataan bergerak dari **0,197-0,674** dan lebih besar dari nilai  $r_{tabel} = 0,195$  di

dapat dari  $N=100$  dengan taraf signifikan 5%. Jadi 30 butir pernyataan tersebut dapat dijadikan instrumen dalam penelitian. Setelah mendapatkan hasil dari uji validitas, kemudian dilanjutkan melakukan uji reliabilitas dari pernyataan-pernyataan proaktif yang berjumlah 30 butir. Bahwa hasil uji reliabilitas dari 30 pernyataan proaktif tersebut dinyatakan memiliki kualifikasi sangat tinggi.

Hasil dari uji validitas, kemudian dilanjutkan ke uji reliabilitas. Uji reliabilitas ini menggunakan metode kofesien Alpha ( $\alpha$ ) atau  $r$  Alpha. Dari hasil pengujian reliabilitas menggunakan program *Microsoft Excell* instrument tersebut dinyatakan reliabel karena  $r$  Alpha= $0,862$  lebih besar dari  $r_{tabel} = 0,195$  diperoleh dari  $N=100$  dengan taraf signifikansi 5%. Jadi instrument tersebut layak dan dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data dalam penelitian.

Penetapan siswa sebagai subjek yang dikenai tindakan adalah yang menunjukkan prosentase jawaban kurang dari 70% atau berkisar dari 0%-39%, 40%-54% dan 55%-69% yaitu sangat rendah, rendah dan sedang. Dengan mengacu pada ketentuan tersebut, didapatkan 9 orang siswa berada dalam katagori memiliki proaktif yang rendah, dan 1 orang siswa yang memiliki proaktif yang sangat rendah. Berikut akan disajikan secara ringkas mengenai persentase proaktif siswa pada tabel 1. berikut ini.

**Tabel 1. Skor, Persentase dan Kategori Awal Proaktif Siswa Yang Rendah**

No. Absen	Nama Siswa	Ket.	Skor	Persentase (%)	Kategori
6	AKP	L	66	44%	Rendah
8	AC	P	62	41%	Rendah
14	DRYK	P	60	40%	Rendah
15	ESP	L	68	45%	Rendah
18	IFP	P	62	41%	Rendah
19	MYK	L	60	40%	Rendah
21	RK	L	65	43%	Rendah
23	RRNP	P	52	35%	Sangat Rendah
24	RSIG	L	62	41%	Rendah
28	SK	P	62	41%	Rendah

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 30 jumlah siswa kelas X BB SMA Negeri 2 Singaraja, terdapat 9 orang siswa memiliki proaktif yang rendah dan 1 orang siswa memiliki proaktif yang sangat rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa masih banyak siswa yang kurang memiliki proaktif dan belum mencapai katagori tinggi ke atas.

Berdasarkan hasil analisis tersebut, diberikan layanan bimbingan klasikal dengan alasan 1) Dari hasil analisis kuesioner, 9 orang siswa berada pada kategori rendah dan 1 orang siswa berada pada kategori sangat rendah, sehingga belum mencapai katagori tinggi ke atas. 2) Skor siswa dirasa belum optimal. Oleh karena itu, perlu diberikan layanan secara keseluruhan dengan tujuan agar siswa mampu meningkatkan proaktifnya. 3) Memberikan informasi yang relevan yang berhubungan dengan upaya-upaya dalam mempertahankan proaktif siswa bagi siswa yang telah memperoleh skor yang tinggi/baik dan sebagai upaya untuk meningkatkan proaktif siswa bagi siswa yang memiliki skor rendah dan sangat rendah.

Siklus I dilakukan sebanyak enam tahap kegiatan. Adapun tahap-tahap tersebut antara lain identifikasi, diagnosa, prognosa, konseling/treatment/training, evaluasi, follow up, dan refleksi. Siklus I dilaksanakan dalam empat kali pertemuan dengan rincian pertemuan 1 untuk memberikan layanan bimbingan klasikal, pertemuan ke 2 untuk memberikan layanan bimbingan kelompok, pertemuan 3 untuk memberikan layanan konseling kelompok, pertemuan ke 4 untuk memberikan layanan konseling individu setelah itu dilaksanakan untuk mengadakan tes akhir di setiap akhir kegiatan pemberian layanan siklus I untuk mengetahui sejauh mana tingkat keberhasilan pemberian layanan konseling behavioral dengan teknik modeling.

Pemberian layanan secara klasikal pertemuan pertama berlangsung pada hari Kamis tanggal 3 April 2014, pertemuan kedua berlangsung pada hari Kamis tanggal 10 April 2014, dan pertemuan ketiga berlangsung pada hari Kamis tanggal 17 April 2014, serta

pertemuan keempat berlangsung pada hari Kamis tanggal 24 April 2014.

Tindakan siklus I dilaksanakan dalam empat kali pertemuan dengan rincian satu kali pertemuan untuk memberikan layanan secara klasikal, satu kali pertemuan untuk memberikan layanan bimbingan kelompok, satu kali pertemuan untuk memberikan layanan konseling kelompok dan satu kali pertemuan untuk memberikan layanan konseling individu.

Untuk layanan konseling kelompok dan konseling individu dikhususkan diberikan kepada siswa yang proaktifnya masih dalam kategori rendah. Di setiap akhir pertemuan pemberian layanan konseling, dilaksanakan tes akhir untuk mengetahui sejauh mana tingkat keberhasilan pemberian layanan konseling behavioral dengan teknik modeling, kemudian setelah diberikan tes di masing-masing pertemuan, setelah itu direkapitulasi menjadi skor akhir siklus I.

Sebelum dilakukan konseling, terlebih dahulu siswa diberikan informasi tentang pelaksanaan konseling termasuk tujuan mereka mendapat konseling behavioral dengan teknik modeling. Hal ini dilakukan agar siswa merasa siap dan tahu maksud pemberian konseling tersebut. Langkah selanjutnya mereka diajak untuk melihat permasalahan dari masing-masing individu dan menganalisis kemungkinan faktor-faktor penyebabnya. Setelah itu setiap siswa diminta untuk menceritakan permasalahan-permasalahan yang dihadapi dan kemungkinan jalan keluar yang dapat ditempuh untuk dapat lepas dari permasalahan yang dihadapinya.

Setelah mengetahui permasalahan yang dialami oleh siswa langkah selanjutnya adalah melaksanakan konseling/*treatment*/tindakan selama dua kali pertemuan terhadap siswa, dalam pelaksanaan konseling/*treatment*/tindakan siswa diberikan pertanyaan-pertanyaan yang terkait dalam permasalahan yang dialami dan memberikan layanan konseling behavioral dengan teknik modeling serta merencanakan hal-hal yang akan dilakukan siswa untuk mengentaskan permasalahan yang dialaminya selain itu siswa juga diberikan contoh-contoh atau model yang sesuai

untuk peningkatan proaktifnya dan juga berupa penguatan positif berupa dukungan, pujian dan *reinforcement* terhadap rencana yang dilakukannya.

Setelah melaksanakan konseling/*treatment*/tindakan, langkah selanjutnya adalah melakukan evaluasi terhadap hasil tindakan ini dimaksudkan untuk mengetahui seberapa jauh pemberian tindakan konseling individual mampu untuk meningkatkan proaktif siswa yang berada pada kategori rendah

dan sangat rendah. Dari hasil evaluasi siklus I dapat dikatakan bahwa, telah terjadi peningkatan proaktif siswa kelas X BB SMA Negeri 2 Singaraja. Untuk mendapatkan hasil dari pelaksanaan layanan konseling pada siklus I, digunakan kuesioner proaktif serta buku harian. Di bawah ini disajikan evaluasi persentase skor kuesioner proaktif siswa hasil pertemuan siklus I pada tabel 2. sebagai berikut.

**Tabel 2. Persentase Skor Akhir Proaktif Siswa pada Siklus I**

No. Absen	Nama Siswa	Persentase Skor Akhir Siklus I (%)	Kategori
6	AKP	70%	Tinggi
8	AC	70%	Tinggi
14	DRYK	46%	Rendah
15	ESP	71%	Tinggi
18	IFP	71%	Tinggi
19	MYK	46%	Rendah
21	RK	70%	Tinggi
23	RRNP	41%	Rendah
24	RSIG	46%	Rendah
28	SK	46%	Rendah

Dari hasil pemantauan siklus I, dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan proaktif pada kesepuluh siswa yang dijadikan sampel dalam penelitian ini. Peningkatan proaktif yang ditunjukkan tersebut dapat disajikan pada tabel 3. berikut ini.

**Tabel 3. Peningkatan Persentase Skor Akhir Proaktif Siswa dari Data Awal ke Siklus I**

No. Absen	Nama Siswa	Persentase Skor Awal (%)	Persentase Skor Akhir Siklus I (%)	Persentase Peningkatan (%)
6	AKP	44%	70%	26%
8	AC	41%	70%	29%
14	DRYK	40%	46%	6%
15	ESP	45%	71%	26%
18	IFP	41%	71%	30%
19	MYK	40%	46%	6%
21	RK	43%	70%	27%
23	RRNP	35%	41%	6%
24	RSIG	41%	46%	5%
28	SK	41%	46%	5%

Dalam proses pembelajaran pada siklus I ini menggunakan kuesioner untuk mengukur tingkat pemahaman siswa dan perubahan perilaku siswa. Jika dilihat secara klasikal proaktif siswa kelas X BB SMA Negeri 2 Singaraja pada siklus I masih ada beberapa siswa yang memiliki proaktif yang belum mencapai katagori tinggi ke atas yaitu kategori rendah 5

orang. Hal ini menunjukkan bahwa belum mencapai kriteria keberhasilan penerapan konseling behavioral dengan teknik modeling untuk meningkatkan proaktif siswa dari kriteria dan kategori yang diharapkan yaitu kriteria baik dengan katagori tinggi ke atas.

Kegiatan pelayanan konseling pada siklus I yang terbagi menjadi empat kali

pertemuan sudah berlangsung dengan cukup baik. Namun masih ditemukan beberapa permasalahan dalam proses pelayanan konseling yang masih perlu dijadikan refleksi untuk perbaikan pada siklus selanjutnya.

Secara umum permasalahan yang muncul pada siklus I adalah sebagai berikut. Cara yang digunakan untuk mengatasi hal tersebut pada pelayanan konseling siklus II adalah dengan melakukan konseling secara individu kepada beberapa siswa yang teridentifikasi mengalami masalah, yang dilihat dari hasil kuesioner belum berada dalam katagori tinggi ke atas sehingga belum mampu mencapai taraf peningkatan proaktif.

Alasan dilaksanakannya konseling individu pada siklus II yaitu: 1) Untuk mengoptimalkan konseling dan teknik kepada siswa yang bermasalah pada kegiatan konseling individu. Jadi, dengan pemberian layanan konseling individual tersebut dapat memberikan layanan secara optimal, khusus bagi kelima orang siswa tersebut yang proaktifnya masih berada pada kategori rendah, 2) Namun kegiatan layanan bimbingan klasikal, bimbingan kelompok dan konseling kelompok tetap diberikan bag siswa yang proaktifnya sudah beradda pada kategori tinggi keatas, hal ini dilakukan untuk tetap memberikan pemantauan terhadap mereka yang proaktifnya sudah berada pada kategori tinggi keatas agar tetap mempertahankannya dan tidak menurun.

Pemberian layanan konseling pertemuan pertama berlangsung pada hari Jumat tanggal 2 Mei 2014, pertemuan kedua berlangsung Kamis tanggal 8 Mei 2014, pertemuan ketiga berlangsung pada hari Rabu 14 Mei 2014 dan pertemuan ke empat berlangsung pada hari Sabtu 17 Mei 2014. Pada siklus II ini siswa diberikan teknik pemodelan sebagai media penerapan latihan tingkah laku dengan sasaran membantu individu-individu dalam mengembangkan cara-cara berhubungan yang lebih langsung dalam situasi interpersonal.

Fokusnya adalah menampilkan model-model yang memiliki kemampuan lebih dalam rangka merubah proaktif siswa sehingga siswa-siswa dapat

mengerti dan memahami pentingnya proaktif. Disamping itu juga, siswa diharapkan mampu mengatasi ketidakmemadaianya dan belajar bagaimana mengungkapkan perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran mereka secara lebih terbuka disertai keyakinan bahwa mereka berhak untuk mengambil keputusan sesuai dengan kemampuan yang dimiliki dalam kaitannya pemanfaatan model konseling behavioral.

Pelaksanaan tindakan siklus II dilaksanakan sebanyak enam tahap, adapun tahap tersebut antara lain identifikasi, diagnosa, prognosa, konseling/treatment/training, evaluasi/ Follow Up dan Refleksi. Siklus II dilaksanakan dalam empat kali pertemuan dengan rincian satu kali pertemuan untuk memberikan layanan secara klasikal, satu kali pertemuan untuk memberikan layanan bimbingan kelompok, satu kali pertemuan untuk memberikan layanan konseling kelompok dan satu kali pertemuan untuk memberikan layanan konseling individu.

Di setiap akhir pertemuan pemberian layanan konseling, dilaksanakan tes akhir untuk mengetahui sejauh mana tingkat keberhasilan pemberian layanan konseling behavioral dengan teknik modeling, kemudian setelah diberikan tes di masing-masing pertemuan, setelah itu direkapitulasi menjadi skor akhir siklus II.

Pelaksanaan tindakan konseling/*treatment* pada siklus II, lebih menekankan pada penanganan khusus yang masih menunjukkan proaktif rendah pada siklus I. Dalam pemberian konseling pada siklus II, peneliti lebih memperhatikan upaya dalam perbaikan siklus I terhadap siswa. Siswa yang belum ada peningkatan proaktifnya harus lebih serius diberikan konseling dan betul-betul dilaksanakan, dimengerti sehingga siswa dapat memperoleh peningkatan hasil yang maksimal.

Pelaksanaan proses konseling/*treatment* pada siklus II sudah berjalan sesuai dengan yang diharapkan, para siswa tidak lagi menunjukkan keraguan terhadap peneliti karena sudah terbiasa melaksanakan konseling pada siklus I, siswa tidak mengalami kesulitan dalam menyampaikan penyebab masalah

yang dihadapinya, sehingga lebih melancarkan proses pemberian layanan konseling.

Hal ini juga diketahui dari hasil penilaian konseli (siswa) terhadap proses konseling sangat positif. Siswa senang bekerjasama dengan peneliti dalam mendiskusikan masalah dan merasa puas pada awal dan selama wawancara konseling berlangsung. Penilaian terhadap hasil tindakan konseling/*treatment*/tindakan pada siklus II, dilakukan oleh peneliti melalui penyebaran kuesioner proaktif siswa. Sedangkan hasil perkembangan atau perubahan perilaku yang dialami oleh siswa dapat dilihat melalui hasil pengisian buku harian yang diisi oleh siswa tersebut sendiri.

Dapat disimpulkan bahwa secara umum siswa yang masih memiliki proaktif rendah pada siklus I menunjukkan bahwa

terjadi peningkatan motivasi belajar dan mencapai kriteria yang ditentukan yaitu 70% ke atas. Hal ini terlihat dari perilaku siswa ketika mengikuti pelajaran di kelas. Siswa menunjukkan peningkatan proaktif seperti mengumpulkan tugas lebih tepat waktu, mandiri dalam mengerjakan tugas maupun ulangan, inisiatif tinggi dalam bertanya maupun menjawab didalam kelas.

Dari hasil evaluasi siklus II menunjukkan bahwa terjadi peningkatan proaktif pada siswa yang belum memenuhi kriteria 70% ke atas pada siklus I. Prosedur yang dilakukan sama dengan evaluasi yang dilakukan pada siklus I yaitu menggunakan rumus statistik deskriptif. Untuk mengetahui berhasil atau tidaknya pelaksanaan layanan bimbingan konseling pada siklus II, maka berikut ini akan disajikan perbandingan hasil siklus I dan siklus II, sebagai berikut.

**Tabel 4. Perbandingan Persentase Skor Hasil Penelitian Siklus I dan Siklus II**

No. Absen	Nama Siswa	Persentase Skor Siklus I (%)	Persentase Skor Siklus II (%)	Persentase Peningkatan (%)
14	DRYK	46%	73%	27%
19	MYK	46%	73%	27%
23	RRNP	41%	73%	32%
24	RSIG	46%	73%	27%
28	SK	46%	73%	27%

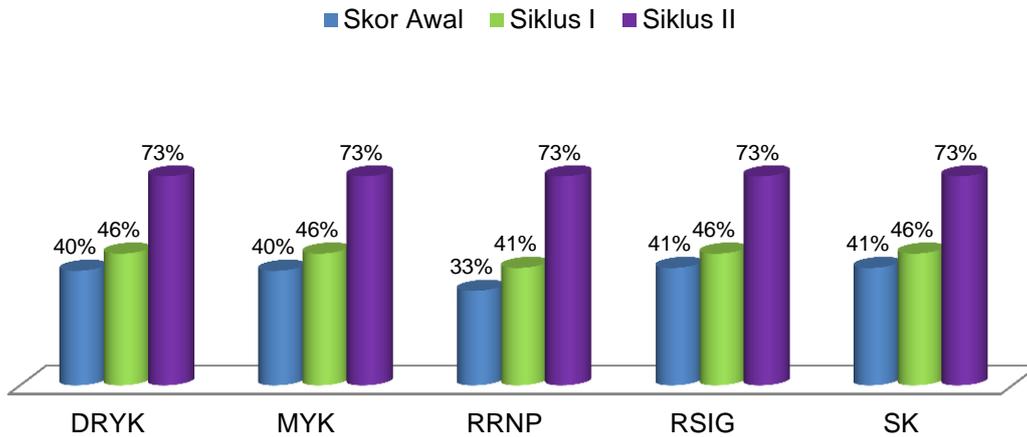
Hasil analisis kuesioner siswa kelas X BB dilihat dari perolehan skor awal, siklus I dan siklus II, terjadi peningkatan proaktif siswa pada tabel 5. sebagai berikut.

**Tabel 5. Peningkatan Persentase Skor Awal, Skor Siklus I dan Skor Siklus II**

No. Abs.	Nama Siswa	Persentase Skor Awal (%)	Persentase Skor Siklus I (%)	Persentase Skor Siklus II (%)
14	DRYK	40%	46%	73%
19	MYK	40%	46%	73%
23	RRNP	33%	41%	73%
24	RSIG	41%	46%	73%
28	SK	41%	46%	73%

Berdasarkan data awal dan proses tindakan bimbingan konseling pada siklus I dan siklus II dari pertemuan 1, 2, 3, dan 4 secara lebih rinci peningkatan proaktif siswa pada skor awal, skor siklus I dan skor siklus II, disajikan dalam bentuk grafik pada gambar 1. sebagai berikut.

### Peningkatan Skor Akhir Hasil Analisis Kuesioner Proaktif Siswa Kelas X BB Pada Skor Awal, Siklus I dan Siklus II



**Gambar 1. Grafik Peningkatan Skor Akhir Hasil Analisis Kuesioner Proaktif Siswa Kelas X BB Pada Skor Awal, Siklus I dan Siklus II**

Berdasarkan hasil yang diperoleh tersebut, menunjukkan bahwa konseling behavioral dengan teknik modeling jenis *live models* dan *symbolic models* dapat meningkatkan proaktif siswa. Semua itu tidak terlepas dari rancangan pemberian layanan konseling yang memberikan kesempatan dan peluang pada siswa untuk berani mengemukakan masalahnya, berani memberikan pemecahan, komitmen diri untuk meningkatkan dan mengembangkan diri ke arah yang lebih baik, melatih diri untuk meningkatkan proaktifnya dengan mengikuti kegiatan layanan bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu.

Berdasarkan uraian tersebut di atas, maka hasil yang diperoleh dalam penelitian ini telah sesuai dan didukung teori yang ada. Dengan demikian, hasil penelitian ini telah menunjukkan bahwa penerapan konseling behavioral dengan teknik modeling dapat meningkatkan proaktif siswa kelas X BB SMA Negeri 2 Singaraja.

#### Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian tersebut diatas, maka dapat disimpulkan bahwa Proaktif siswa kelas X BB SMA Negeri 2 Singaraja pada skor awal sebelum siklus I dan II tergolong rendah. Setelah diberikan treatment konseling behavioral dengan teknik modeling pada

siklus I (melalui bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu), proaktif siswa kelas X BB SMA Negeri 2 Singaraja meningkat menjadi sedang. Kemudian diberikan kembali treatment konseling behavioral dengan teknik modeling pada siklus II (melalui bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu), proaktif siswa kelas X BB SMA Negeri 2 Singaraja meningkat menjadi tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian siklus I dan siklus II pemberian treatment konseling behavioral dengan teknik modeling (melalui bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu) dapat dilihat dari peningkatan tingkat proaktif siswa kelas X BB SMA Negeri 2 Singaraja dari kategori sedang menjadi tinggi dan sangat tinggi.

Dari simpulan diatas dapat disampaikan beberapa saran mengenai bimbingan kelompok untuk menumbuhkan proaktif siswa: (1) Kepada guru pembimbing, disarankan untuk dapat menerapkan konseling behavioral dengan teknik modeling secara berkelanjutan untuk mengetahui perkembangan peserta didik atau siswa, baik yang memiliki masalah ataupun yang tidak memiliki masalah.

Selain itu, guru pembimbing hendaknya dapat lebih memahami karakteristik kepribadian siswa serta

permasalahan yang dialami siswa sehingga dapat memberikan perhatian dan penanganan yang tepat. (2) Kepada wali kelas dapat disarankan 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 atau memberikan bimbingan jika ada siswa yang memiliki proaktif yang kurang, rendah atau sedang. (3) Kepada siswa, diharapkan agar lebih meningkatkan proaktifnya dan dapat memanfaatkan layanan yang diberikan seperti konseling kelompok maupun konseling individu dimana sebagai wadah untuk meningkatkan proktifnya. (4) Kepada peneliti agar dapat menerapkan hasil penelitian ini ditempat dimana dia akan ditugaskan dan untuk peneliti berikutnya yang mungkin tertarik dengan penelitian ini diharapkan bisa lebih mengembangkan kajian yang lebih luas dan mendalam lagi yang terkait dengan masalah-masalah di dalam penelitian ini.

#### Daftar Pustaka

- Corey, Gerald (E. Koswara. Penerjemah). 1988. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Covey, Stephen R. 1997. *The 7 Habits Of Highly Effective People*. Jakarta: Binapura Aksara.
- Dharsana, I Ketut. 2010. *Diktat Konseling Karir dan Problematik Konseling*. Singaraja: Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.
- Koswara, E. 1986. *Teori-Teori Kepribadian*. Bandung: PT Eresco.
- Suharli, Michell. 2009. *Habit Delapan Kebiasaan yang Mengubah Nasib Anda*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.