

PENERAPAN MODEL KONSELING BEHAVIORAL TEKNIK PEMBIASAAN MELALUI KONSELING KELOMPOK MENANGGULANGI KESULITAN BELAJAR SISWA X.AP4 SMKN 2 SINGARAJA TAHUN PELAJARAN 2012/2013

Ni Md Wirnawati¹, Ni Md Sulastri², Kd Suranata³

^{1,2,3}Jurusan Bimbingan Konseling, FIP

Universitas Pendidikan Ganesha

Singaraja, Indonesia

e-mail (wirnanimade@yahoo.co.id, sulastri.made@yahoo.com, sura@konselor.org)

Abstrak

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan layanan bimbingan konseling yang bertujuan mengetahui penerapan konseling behavioral teknik pembiasaan untuk menanggulangi kesulitan belajar siswa.

Subjek dalam penelitian sebanyak 12 siswa kelas X.AP4 SMK Negeri 2 Singaraja tahun pelajaran 2012/2013 yang memiliki kesulitan belajar. Hasil tersebut diperoleh dari data primer atau data utama yaitu tes AUM PTSDL2 dari pra siklus sampai siklus II. Metode observasi dan wawancara digunakan sebagai metode komplementer yang mendukung data primer. Data primer dalam bentuk tes AUM PTSDL2 yang diperoleh dari responden dikumpulkan dan diolah dengan software AUM PTSDL2.

Hasil penelitian siklus I sampai siklus II menunjukkan peningkatan mutu belajar sehingga dapat menanggulangi kesulitan belajar. Pada siklus I terjadi peningkatan mutu belajar dari skor awal di bawah 181 sampai 200 menjadi di atas 181 sampai 200 yang dicapai oleh 8 orang siswa sedangkan 4 siswa masih berada di bawah skor 181 sampai 200 sehingga dilanjutkan ke siklus II. Pada siklus II 4 siswa yang masih memiliki skor di bawah 181 sampai 200 diberikan kembali konseling kelompok dengan teknik pembiasaan. Proses konseling kelompok di siklus II terjadi peningkatan pada 4 siswa tersebut yang sudah mencapai skor di atas 181 sampai 200 dengan kategori masalah rendah mutu belajar tinggi. Artinya siswa sudah dapat menanggulangi kesulitan belajarnya ditunjukkan peningkatan perilaku siswa sudah bisa berkonsentrasi, tidak mengantuk, menunjukkan motivasi belajar serta keseriusan untuk bersekolah, dan sudah bisa mengatur waktu belajar dengan baik. Hasil penelitian ini disarankan agar siswa menyadari kewajibannya sebagai siswa agar belajar dengan baik dan siswa dapat belajar sesuai dengan potensi yang dimiliki.

Kata kunci : behavioral, pembiasaan, kesulitan belajar

Abstract

This research is a counseling action research which aim at knowing the implementation of behavioral counseling conditioning technique to cope with students' learning difficulties.

The subjects of this research were 12 students of X AP4 class SMK Negeri 2 Singaraja in the academic year 2012/2013 who had learning difficulties. The result was obtained in the form of primary data from AUM PTSDL 2 test from pre cycle until cycle II. Observation and interview methods were also used as complementary methods which supported the primary data. The primary data in the form of AUM PTSDL 2 gathered from the participants were analyzed by using AUM PTSDL 2 software.

The result of the study from cycle I until II showed an improvement of learning quality to cope with learning difficulties. In cycle I, the improvement of learning quality was obtained from the score below 181 until 200 until above 181 until 200 achieved by 8 students meanwhile 4 students were still below 181 until 200 so that it was continued to cycle II. In cycle II, the 4 students who still had the score below 18 until 200 were given group counseling with conditioning technique again. From the process of group counseling, there was an improvement on their score which reached above 181 until 200 with the category of low problem high learning quality. It means that students had been able to cope with their learning difficulties showed by the improvement of students' behavior in which they could concentrate, they were not sleepy, they showed good learning motivation and seriousness at school, and they had been able to organize their learning time well. From this research, it is advised that students be aware of their obligations as students to study well and learn based on their own potential.

Key words: behavioral, conditioning, learning difficulties

PENDAHULUAN

Di 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. Pendidikan merupakan salah satu upaya untuk menumbuh kembangkan segenap potensi yang terdapat dalam diri manusia secara individual dalam segenap dimensi kemanusiaanya, agar ia menjadi manusia yang seimbang antara kehidupan individual dan sosialnya, jasmaniah dan rohaniyah, serta kehidupan dunia dan akhiratnya. Manusia yang dapat berkembang seperti itu pada akhirnya akan menjadi warga masyarakat yang berfungsi sebagai sumber daya manusia yang efektif bagi kehidupan kemanusiaan yang dinamis dan maju.

Sekolah adalah tempat dimana para siswa mendapat kesempatan mengaktualisasikan dirinya, baik itu dalam berkomunikasi, dalam bertingkah laku, dalam bergaul dan belajar. Belajar merupakan proses perubahan tingkah laku yang relatif tetap. Dalam proses ini perubahan tidak terjadi sekaligus tetapi terjadi secara bertahap tergantung pada faktor-faktor pendukung belajar yang mempengaruhi siswa. Faktor-faktor ini umumnya dapat dibagi menjadi dua kelompok yaitu faktor intern dan faktor ekstern. Faktor intern berhubungan dengan segala sesuatu yang ada pada diri siswa yang menunjang pembelajaran, seperti inteligensi, bakat, kemampuan motorik panca indra, dan skema berpikir. Faktor ekstern merupakan segala sesuatu yang berasal dari luar diri siswa yang mengkondisikannya dalam pembelajaran, seperti pengalaman, lingkungan sosial, metode belajar-mengajar, strategi belajar-mengajar, fasilitas belajar dan dedikasi guru.

Beberapa ciri tingkah laku yang merupakan pernyataan manifestasi gejala kesulitan belajar yaitu: menunjukkan hasil belajar yang rendah di bawah rata-rata nilai yang dicapai oleh kelompoknya atau dibawah potensi yang dimiliki, hasil yang dicapai tidak simbang dengan usaha yang

telah dilakukan, lambat dalam mengerjakan tugas-tugas kegiatan belajar selalu tertinggal dari kawan-kawanya dalam menyelesaikan tugas-tugas sesuai dengan waktu yang disediakan, menunjukkan sikap-sikap yang kurang wajar (acuh tak acuh,menentang,berpura-pura,dan sebagainya), menunjukkan tingkah laku yang berlainan seperti (membolos,datang terlambat,tidak mengerjakan pekerjaan rumah,mengganggu teman diluar atau didalam kelas,tidak mau mencatat pelajaran,tidak teratur dalam kegiatan belajar,mengasingkan diri, tersisihkan tidak mau bekerja sama, dan sebagainya.) dan menunjukkan gejala emosional yang kurang wajar seperti pemurung, mudah tersinggung,pemarah.Kesulitan belajar peserta didik tidak selalu disebabkan oleh inteligensinya yang rendah. Begitu juga kecenderungan peningkatan nilai siswa akan bervariasi pada setiap semester atau setiap akhir tahun pelajaran, jika hal ini dibiarkan atau tidak ditangani segera maka akan menyebabkan nilai siswa menjadi menurun atau prestasi belajarnya tidak maksimal.

Kesulitan belajar merupakan gabungan dari dua kata yaitu kesulitan dan belajar. Menurut Poerwadarminta (1984:37) mengemukakan,"Arti dari kesulitan adalah kesusahan dan kesukaran, sedangkan belajar adalah berusaha memperoleh kepandaian".

Tingkat kesulitan yang dialami setiap siswa tidaklah sama antara siswa yang satu dengan siswa yang lain. Perbedaan siswa inilah menyebabkan perbedaan tingkah laku belajar di kalangan anak didik.

Berdasarkan hasil pengamatan setelah mengadakan kegiatan Praktik Lapangan Bimbingan Konseling Sekolah (PLBKS) di SMK Negeri 2 Singaraja yang dimulai pada tanggal 4 Februari 2013. Dapat diketahui ada beberapa siswa yang memiliki kesulitan dalam belajar. Kesulitan-kesulitan yang mereka alami dapat dilihat dari hasil belajar yang dicapai siswa rendah atau tidak sesuai dengan potensi yang dimiliki siswa atau di bawah KKM dan siswa juga menunjukkan gejala-gejala kesulitan belajar. Sekaligus pada studi awal telah dilaksanakan observasi kesulitan belajar siswa melalui data Alat Ungkap Masalah

PTSDL-2 pada tanggal 20 februari 2013 terhadap siswa kelas X AP4 masih banyak siswa X AP4 memiliki skor mutu belajar rata-rata per siswa 151,2 berada pada kategori mutu belajar yang sedang dan rata-rata masalah per-siswa 40,9 atau masalah tinggi.

Agar kesulitan belajar siswa dapat ditanggulangi maka adapun solusi yang akan diberikan dengan penerapan model konseling behavioral teknik pembiasaan melalui konseling kelompok untuk menanggulangi kesulitan belajar siswa. Dengan menerapkan konseling model behavioral melalui konseling kelompok secara efektif individu dapat mengembangkan kemampuan atau mengoptimalkan potensi yang dimiliki oleh siswa.

Keunggulan dari konseling behavioral lebih menekankan pada perubahan tingkah laku individu, model konseling behavioral digunakan karena lebih menekankan perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik melalui teknik-teknik yang akan digunakan nantinya. Corey (dalam Koeswara 1988 : 197) menterjemahkan bahwa 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. Behaviorisme menitik beratkan pada perilaku individu.

Menurut Corey (1999:197) menyebutkan terapi Behavioral adalah penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar. Ia menyertakan penerapan yang sistematis tentang prinsip-prinsip belajar pada perubahan tingkah laku ke arah cara-cara yang lebih adaptif konsep pokok terapi behavioral mengatakan bahwa perilaku manusia merupakan hasil belajar, sehingga dapat diubah dengan manipulasi dan mengkreasi kondisi-kondisi belajar.

Dalam penelitian ini, akan menggunakan satu diantara beberapa teknik tersebut yaitu teknik pengkondisian operan, karena teknik ini di anggap sangat cocok digunakan untuk menanggulangi

kesulitan belajar siswa terutama dalam proses pembelajaran. Menurut Skinner (dalam Corey 1988 : 2123) "jika tingkah laku diberikan ganjaran, kemunculannya berubah kembali tingkah laku tersebut akan lebih tinggi". Dari beberapa teknik konseling behavioral di atas, pada penelitian ini akan digunakan teknik pengkondisian *operant* dalam menanggulangi kesulitan belajar siswa. Dipilihnya teknik ini karena teori ini memandang bahwa tingkah laku operant merupakan tingkah laku yang paling berarti dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Skinner (E. Koeswara, 1988:223) "jika tingkah laku diganjar maka probabilitas kemunculan berubah kembali tingkah laku tersebut akan lebih tinggi". Metode perkuatan positif merupakan pembentukan suatu pola tingkah laku dengan memberikan ganjaran atau perkuatan segera setelah tingkah laku yang diharapkan muncul, cara ini adalah cara yang cukup ampuh dalam mengubah tingkah laku. Pemerkuat-pemerkuat, baik primer maupun sekunder, diberikan untuk rentang tingkah laku yang luas. Pemerkuat-pemerkuat primer memuaskan kebutuhan-kebutuhan fisiologis. Contoh pemerkuat primer adalah makanan dan tidur atau istirahat. Pemerkuat-pemerkuat sekunder, yang memuaskan kebutuhan-kebutuhan psikologis dan sosial, memiliki nilai karena berasosiasi dengan pemerkuat-pemerkuat primer. Contoh-contoh pemerkuat sekunder yang bisa menjadi alat yang ampuh untuk membentuk tingkah laku yang diharapkan antara lain adalah senyuman, persetujuan, pujian, bintang-bintang emas, medali atau tanda penghargaan, uang, dan hadiah-hadiah. Penerapan pemberian pemerkuat positif pada psikoterapi membutuhkan agen memperkuat bagi individu, dan penggunaan perkuatan positif secara sistematis guna memunculkan tingkah laku yang diinginkan.

Berdasarkan pemikiran tersebut akan dilakukan penelitian dengan maka Penerapan Model Konseling Behavioral teknik pembiasaan melalui konseling kelompok untuk menanggulangi kesulitan belajar siswa kelas X AP4 di SMK Negeri 2 singlaraja tahun pelajaran 2012/2013.

Sesuai dengan permasalahan yang dirumuskan maka yang menjadi tujuan pokok penelitian ini adalah untuk

meningkatkan mutu belajar siswa agar dapat menanggulangi kesulitan belajar yang dialami siswa kelas X AP4 SMK Negeri 2 Singaraja tahun pelajaran 2012/2013. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan alternatif-alternatif pelaksanaan layanan BK sesuai dengan teori dan model konseling serta pengaplikasian teknik-teknik konseling yang tetap sesuai dengan permasalahan yang dialami siswa untuk memecahkan masalah siswa di sekolah pada khususnya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (*action research in counseling*), yaitu suatu *Action Research* yang dilakukan oleh seorang guru BK di sekolah dengan pengenalan pada penyempurnaan atau peningkatan proses dan praktik pembelajaran. Menurut Elliot, 1982 (dalam Wina Sanjaya, 2009: 25), penelitian tindakan adalah kajian tentang situasi dengan maksud untuk meningkatkan kualitas tindakan melalui proses diagnosis, perencanaan, pelaksanaan, pemantauan, dan mempelajari pengaruh yang ditimbulkannya.

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas X AP4 SMK Negeri 2 Singaraja Tahun pelajaran 2012/2013. Dari hasil penyebaran awal AUM PTSDL2 tersebut ternyata 12 orang siswa mengalami kesulitan belajar yang berada pada kategori masalah sedang mutu belajar sedang terdapat 4 orang, masalah tinggi mutu belajar rendah terdapat 6 orang dan masalah sangat tinggi mutu belajar sangat rendah terdapat 2 orang. Alat Ungkap Masalah (AUM PTSDL 2). Alat ungkap ini bukanlah sebuah tes atau pun ujian, melainkan alat ungkap untuk mendapat gambaran tentang berbagai aspek yang dapat mempengaruhi proses dan keberhasilan siswa dalam belajar, khususnya yang menyangkut Persyaratan Penguasaan Materi Pelajaran, Keterampilan Belajar, Sarana Belajar, Keadaan Diri Sendiri, dan keadaan Lingkungan Fisik serta Lingkungan Sosio Emosional. Adapun kategori kesulitan belajar atau masalah belajar siswa yang sesuai dengan AUM PTSDL yaitu,

rentangan skor mutu belajar dari 241-280 kategori masalah sangat rendah mutu belajar sangat tinggi, rentangan skor mutu belajar dari 181-240 berada pada kategori masalah rendah mutu belajar tinggi, rentangan skor mutu belajar 141-180 berada pada kategori masalah sedang mutu belajar sedang, rentangan skor mutu belajar dari 81-140 berada pada kategori masalah tinggi mutu belajar rendah dan rentangan 21-80 berada pada kategori masalah sangat tinggi mutu belajar sangat rendah. Dalam penelitian ini digunakan analisis AUM PTSDL 2 dalam bentuk software baku yang disusun oleh Prayitno,dkk.

Penelitian ini dirancang dalam dua siklus, setiap siklus terdiri dari enam tahapan. Siklus penelitian ini mengikuti pola Dharsana (2007) yang terdiri dari enam tahapan yaitu (1) tahap identifikasi, (2) tahap diagnosa, (3) tahap prognosa, (4) tahap treatment/konseling, (5) tahap evaluasi, dan (6) tahap refleksi. Data kesulitan belajar siswa dikumpulkan dengan menggunakan metode pengumpulan data primer berupa kuesioner dan dilengkapi data dari metode observasi dan wawancara.

Data penelitian ini berupa data kuantitatif dan data deskriptif kualitatif. Analisis deskriptif digunakan dalam penelitian yang bertujuan untuk menganalisis dengan membandingkan persentase yang dicapai sebelum dan sesudah diadakan tindakan.

Data kuantitatif dalam penelitian siswa dikatakan sudah mencapai peningkatan mutu belajar berada pada rentangan skor mutu belajar 181-240 yang berada pada kategori masalah rendah mutu belajar tinggi. Disamping itu dalam penelitian peningkatan mutu belajar siswa dilihat dari data kualitatif yang dilihat dari aspek-aspek seperti siswa sudah bisa berkonsentrasi dalam mengikuti pelajaran, siswa tidak mengantuk dan sudah menunjukkan keseriusan dalam proses pembelajaran, siswa sudah menunjukkan motivasi dalam belajar serta keseriusan untuk bersekolah dan siswa sudah bisa mengatur waktu belajar dengan baik dan sudah membuat jadwal kegiatan.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

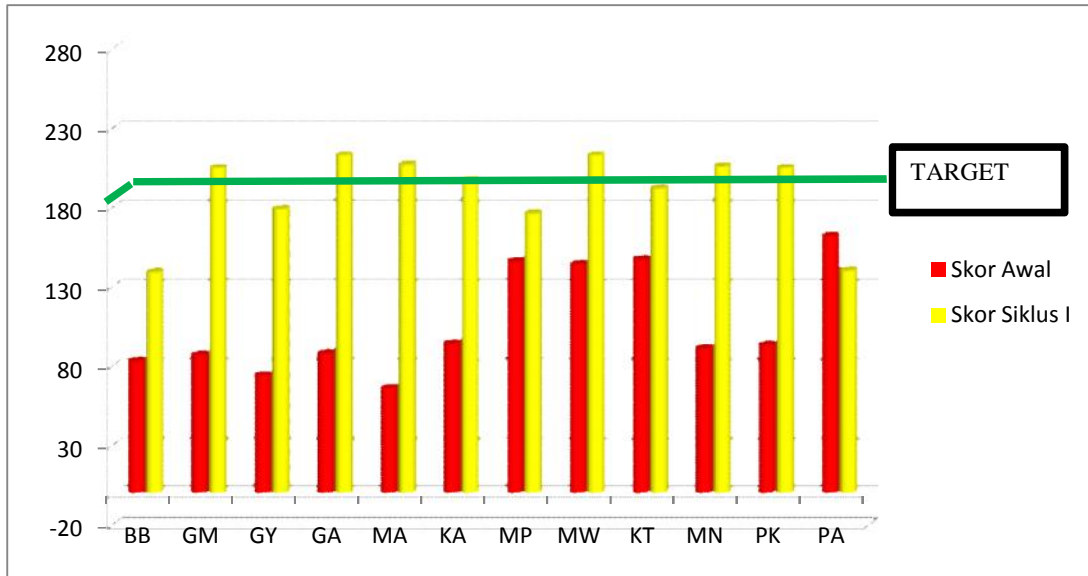
Hasil penelitian yang didapat dari 12 orang siswa yang dievaluasi, semua siswa yang mengalami peningkatan, namun baru 8 orang yang memenuhi target keberhasilan yang berada pada kategori masalah rendah mutu belajar tinggi dengan rentangan skor 181-240. Dan 4 orang belum mencapai target keberhasilan yang berada pada kategori masalah sedang mutu belajar sedang dengan rentangan skor 141-180. Ini berarti

dari analisis tersebut dapat diartikan bahwa pelaksanaan model konseling behavioral teknik pembiasaan yang diberikan dapat menanggulangi kesulitan belajar siswa. Hasil peningkatan mutu belajar siswa ditampilkan pada tabel dan grafik sebagai berikut:

Berdasarkan tabel 0.1 dapat dilihat peningkatan skor mutu belajar dan penurunan masalah belajar 12 orang siswa dari data awal sampai siklus I.

Tabel 0.1 Data Awal Dan Siklus I

No	Nama Siswa	Awal		Kategori	Siklus I		Kategori
		Skor Mutu	Jumlah Masalah		Skor Mutu	Jumlah Masalah	
1	BB	84	81	Masalah tinggi mutu belajar rendah	140	48	Masalah sedang mutu belajar sedang
2	GM	88	58	Masalah tinggi mutu belajar rendah	206	22	Masalah rendah mutu belajar tinggi
3	GY	75	45	Masalah sangat tinggi mutu belajar sangat rendah	180	38	Masalah sedang mutu belajar sedang
4	GA	89	72	Masalah tinggi mutu belajar rendah	214	16	Masalah rendah mutu belajar tinggi
5	MA	67	44	Masalah sangat tinggi mutu belajar sangat rendah	208	20	Masalah rendah mutu belajar tinggi
6	KA	95	55	Masalah tinggi mutu belajar rendah	198	21	Masalah rendah mutu belajar tinggi
7	MP	147	33	Masalah sedang mutu belajar sedang	177	37	Masalah sedang mutu belajar sedang
8	MW	145	48	Masalah sedang mutu belajar sedang	214	19	Masalah rendah mutu belajar tinggi
9	KT	148	30	Masalah sedang mutu belajar sedang	193	26	Masalah rendah mutu belajar tinggi
10	MN	92	63	Masalah tinggi mutu belajar rendah	207	21	Masalah rendah mutu belajar tinggi
11	PK	94	69	Masalah tinggi mutu belajar rendah	206	22	Masalah rendah mutu belajar tinggi
12	PA	163	45	Masalah sedang mutu belajar sedang	141	48	Masalah sedang mutu belajar sedang



Gambar. 01
Grafik diagram peningkatan mutu belajar siswa
Siklus I

Dari grafik di atas Terjadi peningkatan dari awal sebelum tindakan sampai siklus I yang ditandai dengan peningkatan indikator-indikator kesulitan belajar yaitu siswa sudah mampu meningkatkan perilaku seperti sudah bisa berkonsentrasi dalam mengikuti pelajaran, siswa tidak mengantuk dan menunjukkan keseriusan ketika proses pembelajaran, siswa sudah menunjukkan motivasi dalam belajar serta keseriusan untuk bersekolah, dan siswa sudah bisa mengatur waktu belajar dengan baik dengan membuat jadwal kegiatan.

Pada siklus II Hasil tes akhir menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kesulitan belajar pada kategori masalah sedang mutu belajar sedang berkurang dari 4 orang menjadi 0. Hal ini menunjukkan dari 12 orang siswa kelas X AP4 yang mengikuti kegiatan konseling kelompok yang dilakukan di SMK Negeri 2 Singaraja semua siswa sudah mampu untuk meningkatkan mutu belajarnya maka

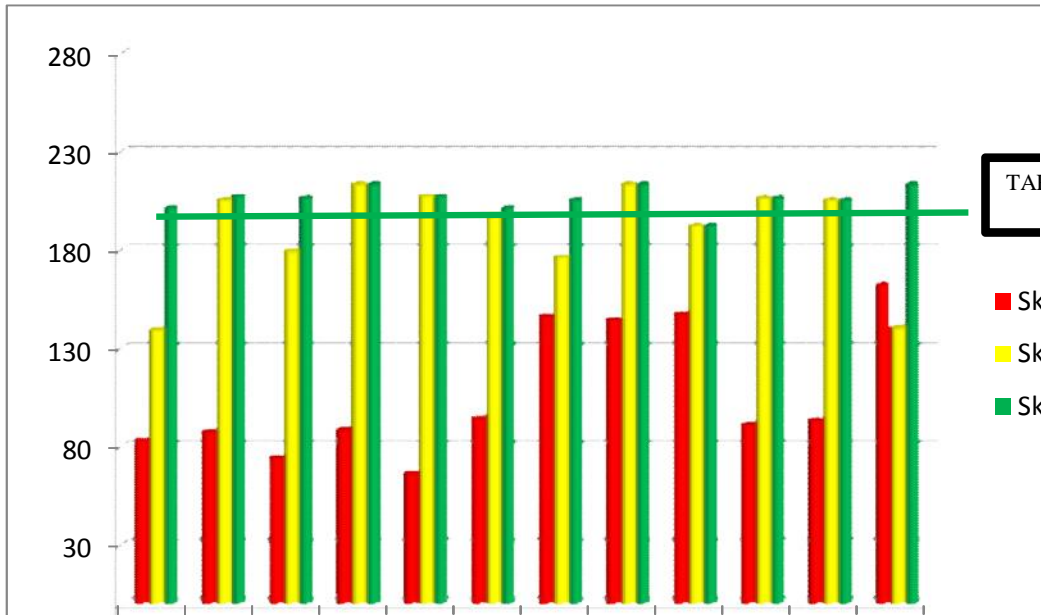
kesulitan belajar yang dialami siswa sudah ditanggulangi dengan kategori masalah rendah mutu belajar tinggi.

Dari hasil pemantauan siklus II dapat dilihat, terjadi peningkatan mutu belajar siswa dan penurunan pada tingkat masalah pada empat orang siswa yang dijadikan subjek dalam penelitian ini dan siswa yang sudah mengalami peningkatan mutu belajar pada siklus I yang kembali diberikan tindakan bertujuan untuk memantau, memelihara dan menjaga mutu belajarnya yang sudah meningkat. Peningkatan mutu belajar tersebut dapat dilihat pada tabel dan grafik berikut:

Berdasarkan tabel 0.2 dapat dilihat peningkatan mutu belajar ke-4 siswa BB, GY, MP, PA pada siklus I ke-4 siswa tersebut belum mencapai peningkatan mutu belajarnya, sedangkan pada siklus II ke-4 siswa tersebut sudah mencapai peningkatan mutu belajar dengan kategori masalah rendah mutu belajar tinggi.

Tabel 0.2 Data Siklus I dan Siklus II

No	Nama Siswa	Siklus I			Siklus II		
		Skor Mutu	Jumlah Masalah	Kategori	Skor Mutu	Jumlah Masalah	Kategori
1	BB	140	48	Masalah sedang mutu belajar sedang	202	24	Masalah rendah mutu belajar tinggi
2	GM	206	22	Masalah rendah mutu belajar tinggi	208	24	Masalah rendah mutu belajar tinggi
3	GY	180	38	Masalah sedang mutu belajar sedang	207	21	Masalah rendah mutu belajar tinggi
4	GA	214	16	Masalah rendah mutu belajar tinggi	214	16	Masalah rendah mutu belajar tinggi
5	MA	208	20	Masalah rendah mutu belajar tinggi	208	20	Masalah rendah mutu belajar tinggi
6	KA	198	21	Masalah rendah mutu belajar tinggi	202	18	Masalah rendah mutu belajar tinggi
7	MP	177	37	Masalah sedang mutu belajar sedang	206	21	Masalah rendah mutu belajar tinggi
8	MW	214	19	Masalah rendah mutu belajar tinggi	214	19	Masalah rendah mutu belajar tinggi
9	KT	193	26	Masalah rendah mutu belajar tinggi	193	26	Masalah rendah mutu belajar tinggi
10	MN	207	21	Masalah rendah mutu belajar tinggi	207	21	Masalah rendah mutu belajar tinggi
11	PK	206	22	Masalah rendah mutu belajar tinggi	206	22	Masalah rendah mutu belajar tinggi
12	PA	141	48	Masalah sedang mutu belajar sedang	214	19	Masalah rendah mutu belajar tinggi



Selanjutnya dilakukan wawancara secara terstruktur dengan pedoman wawancara yang telah dibuat. Berdasarkan hasil wawancara diperoleh data secara umum, seperti: dalam proses pembelajaran belum menguasai materi yang diberikan, masih kurang percaya diri dalam menyampaikan pendapatnya, belum memiliki sarana dan prasarana penunjang belajar yang lengkap dirumah, belum menunjukkan keaktifan dalam proses pembelajaran dikelas, belum bisa belajar baik dirumah. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara tersebut didapatkan data-data pendukung untuk ditindaklanjuti dalam *treatment*.

Treatment diberikan sebanyak 3 kali pada siklus I dan 3 kali pada siklus II. Ketika siswa memenuhi kriteria secara kuantitatif dan kualitatif, maka ia telah memiliki peningkatan mutu belajar. Pada siklus I ternyata terjadi peningkatan mutu belajar dari skor awal di bawah 181-200 menjadi di atas 181-200 yang dicapai oleh 8 orang siswa diantaranya GM,GA,MA,KA,MW,KT,MN,PK pada siklus I mereka sudah menunjukkan keaktifan di kelas dan sudah menyadari kewajibannya sebagai siswa, sedangkan 4 orang yaitu BB,GY,MP,PA pada siklus I masih menyadari kewajibannya sebagai siswa BB dan Gy masih sering mengantuk ketika mengikuti pelajaran di kelas karena sering begadang belum bisa mengatur waktu belajar dan waktu bermain dan MP dan PA belum bisa mengatur waktu belajar dengan baik sehingga ke 4 siswa masih berada di bawah skor 181-200 sehingga dilanjutkan ke siklus II. Pada siklus II 4 orang siswa yaitu BB,GY,MP,PA yang masih memiliki skor di bawah 181-200 diberikan kembali konseling kelompok dengan teknik pembiasaan. Dari proses konseling kelompok di siklus II terjadi peningkatan pada 4 orang siswa BB,GY,MP,PA yang sudah mencapai skor di atas 181-200 dengan kategori masalah rendah mutu belajar tinggi.

Dari hasil penyebaran lembar penilaian layanan konseling kelompok yang diberikan, dapat diketahui bahwa konseling behavioral dengan teknik pembiasaan sangat efektif digunakan untuk meningkatkan mutu belajar siswa sehingga

kesulitan belajar siswa dapat ditanggulangi. Siswa mengakui bahwa layanan konseling kelompok yang diberikan sangat membantunya dalam mengentaskan permasalahan yang dialami sehingga terjadi peningkatan mutu belajarnya. Hasil ini bisa tercapai karena adanya kesadaran diri akan kewajibannya sebagai siswa dan niat dari siswa itu sendiri untuk meningkatkan mutu belajarnya untuk menanggulangi kesulitan belajar yang dialami, dengan mengikuti kegiatan konseling kelompok dengan serius dan antusias. Selain itu, konseling behavioral dapat memberikan pemahaman pada siswa bahwa keyakinan terhadap perubahan tingkah laku siswa itu sendiri sangat bermanfaat dan berguna bagi kehidupan selanjutnya ketika berada dilingkungan sekolah ataupun di luar sekolah. Berdasarkan hasil yang dicapai tersebut, dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif dalam penelitian diterima. Atau dengan kata lain konseling behavioral dengan teknik pembiasaan mampu meningkatkan mutu belajar siswa guna menanggulangi kesulitan belajar siswa.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian pada bab IV, maka dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling behavioral dengan teknik pembiasaan dapat menanggulangi kesulitan belajar siswa kelas X AP4 SMK Negeri 2 Singaraja tahun pelajaran 2012/2013.

Hasil dari peningkatan mutu belajar dilihat dari hasil penyebaran tes AUM PTSDL-2. Ketika siswa memenuhi kriteria secara kuantitatif dan kualitatif, maka ia telah memiliki peningkatan mutu belajar. Pada siklus I ternyata terjadi peningkatan mutu belajar dari skor awal dibawah 181-200 menjadi di atas 181-200 yang dicapai oleh 8 orang siswa sedangkan 4 orang siswa masih berada di bawah skor 181-200 sehingga dilanjutkan ke siklus II. Pada siklus II 4 orang siswa yang masih memiliki skor di bawah 181-200 diberikan kembali konseling kelompok dengan teknik pembiasaan. Dari proses konseling kelompok di siklus II terjadi peningkatan pada 4 orang siswa tersebut yang sudah

mencapai skor di atas 181-200 dengan kategori masalah rendah mutu belajar tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian dan simpulan penelitian maka dapat diajukan beberapa saran sebagai berikut:

Siswa sekarang cenderung kurang memahami kewajibannya sebagai siswa hal ini terlihat dari siswa sendiri tidak bisa mengatur waktu belajar dan waktu bermain dan ketika belajar siswa sering mengantuk sedangkan jika bermain siswa tidak pernah mengantuk. Untuk itu hendaknya ditanamkan sejak dini kepada siswa mengenai tugas-tugas seorang siswa agar siswa itu sendiri mampu memahami kewajibannya sebagai siswa belajar dengan baik dan bersungguh-sungguh dalam mengikuti pelajaran disekolah.

Siswa sekarang hendaknya tidak terlalu serius dalam masalah berpacaran karena dilihat dari umur mereka yang sangat-sangat labil tentunya pengaruh-pengaruh yang bersifat negatif cepat diterima dan berpengaruh terhadap prestasi belajarnya. tentang bagaimana cara berpacaran yang sehat dan baik agar tidak mempengaruhi prestasi belajar. Maka dari itu diharapkan kepada orang tua agar lebih memperhatikan anaknya ketika dirumah, dan agar guru pembimbing lebih memberikan pemahaman- pemahaman tentang bagaimana cara untuk berpacaran yang baik agar tidak mempengaruhi prestasi/proses belajar hal ini dilihat dari bagaimana siswa bisa berfikir yang positif sehingga pacar bisa sebagai motivasi dalam belajarnya sehingga masalah berpacaran tidak mempengaruhi proses belajar disekolah.

Masih banyak siswa yang belum mampu mengatur waktu belajar di rumah dan malamnya sering begadang. Oleh karena itu diharapkan siswa mampu mengubah cara belajarnya di rumah agar tidak selalu begadang, berdasarkan hal tersebut maka diharapkan kepada guru pembimbing, guru mata pelajaran, wali kelas, maupun orang tua untuk memberikan bimbingan kepada siswa baik disekolah maupun dirumah agar siswa tidak lagi melakukan hal-hal yang tidak berguna bagi diri siswa itu sendiri dan siswa agar memiliki pribadi yang mandiri dan bertanggung jawab atas

kewajibannya. Bagi guru pembimbing diharapkan dapat lebih memahami karakteristik kepribadian siswa serta permasalahan yang dialami siswa sehingga dapat memberikan perhatian dan pengamatan yang tepat.

DAFTAR RUJUKAN

- Corey, Gerald. (E. Koeswara. Penerjemah) 1988. *Teori Praktek dan konseling dan psikoterapi*. Bandung : PT . Refika Aditama.
- Dharsana. 2008. *Teori-Teori Konseling (Diktat)*. Singaraja: Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.
- Djamarah, Syaiful Bahri. 2002. *Psikologi Belajar* Jakarta : PT. Rhineka Cipta
- Prayitno, Mudjiran, Sano Afrizal, Daharnis. 2005. *Alat Ungkap Masalah PTSDL*. Padang : Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP Universitas Negeri Padang