

Pengaruh Model Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Self Autonomy

Umi Jamilah^{1*)}, Ni Ketut Suarni², I Ketut Gading³

^{1,2,3} Universitas Pendidikan Ganesha

*Corresponding author, e-mail: umijamilah740@gmail.com

Received 05, 27, 2019;
Revised 06, 19, 2019;
Accepted 06, 27, 2019;
Published Online 06, 2019

Conflict of Interest Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.

Abstract: The purpose of this reseach was to know the effect of behavioral counseling modeing technique to improve the student's self-autonomy of class X Akomodasi Perhotelan 5 at SMK Negeri 2 Singaraja. This reseach was designed as a quasi-experimental design, which used posttest-only control group design as the resach design. Population in this reseach was the student's of class X at SMK Negeri 2 Singaraja. the sample of this reseach was taken by using purposive sampling. Self autonomy data was collected throught questionnaire method, and the data obtained was in the from of interval data. To conduct the hypothesis test it was analyzed by using non-parametric statistical analysis technique (Mann-Whitney test). The result of Mann-Whitney test showed that the significance value which obtained was 0,001. This showed that the significane value obtained can be said as significane. Therefore, it can be concluded taht "ther was an effect of behavioral counseling modeling technique to improve the student's self-autonomy of class X Akomodasi Perhotelan 5 at SMK Negeri 2 Singaraja.

Keywords: Behavioral Counseling Model, Modeling technique, Self-Autonomy



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2017 by author

How to Cite: Jamilah, U., Suarni, N., K., Gading, I., K., 2019. Pengaruh Model Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Self Autonomy. JIBK Undiksha, V10 (N1): pp. 24-31, DOI: 10.24036/XXXXXXXXXX-X

Introduction

Seiring perkembangan zaman problematika peserta didik di sekolah semakin beragam. Jalan pikiran mereka menjadi terbagi dengan masalah diluar sekolah dan di dalam sekolah. Suatu tindak layanan sekolah pada peserta didik dengan bimbingan konseling yang mengarahkan para peserta didik untuk mengetahui bakat dan potensi dalam diri mereka. Bimbingan konseling biasanya berbicara mengenai aspek psikologis, ini akan sangat penting jika ada banyak gangguan psikis pada peserta didik yang biasanya tertekan masalah dan tidak mampu menangkap pelajaran dengan baik. Bimbingan konseling juga sangat penting posisinya untuk membimbing siswa untuk memotivasi diri bahwa mereka adalah suatu pribadi yang unik dan mampu bersaing. Perlunya bimbingan konseling dapat berfungsi sebagai pemantau masalah-masalah siswa yang berkaitan tentang masalah kelainan tingkah laku dan adaptasi. Sulitnya salah satu siswa untuk bergaul dan

cenderung mengasingkan diri dari teman-temannya memiliki akar permasalahan yang biasanya beruntun, tidak dapat mempercayai kemampuannya sendiri dan cenderung untuk mencontek pekerjaan temannya yang dianggap lebih pintar, dan bahkan selalu berfikir dirinya tidak akan mampu dalam mengerjakan segala hal. Gejala tersebut mengacu pada jenis perilaku self autonomy.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan di kelas X di SMK Negeri 2 Singaraja, terdapat sebagian siswa yang menunjukkan berbagai gejala yang ditunjukkan ketika proses pembelajaran di sekolah. Gejala tersebut mengacu kepada berbagai jenis kepribadian yang ditunjukkan, peneliti mengambil salah satu bidang kepribadian berdasarkan gejala yang dominan ditunjukkan oleh siswa-siswi yaitu self-autonomy. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan terdapat siswa yang memiliki gejala perilaku seperti tidak mampu untuk berdiri sendiri, tidak percaya dengan dirinya sendiri atau lebih mementingkan perkataan orang lain daripada dirinya, dan seseorang yang kurang mampu dalam mengambil keputusannya sendiri. Berdasarkan gejala diatas, maka siswa dapat dikatakan menunjukkan gejala self-autonomy yang rendah.

Namun disisi lain terdapat siswa yang menunjukkan gejala seperti mampu untuk berdiri sendiri, percaya dengan diri sendiri dan tidak mementingkan perkataan orang lain, dan seseorang yang sudah mampu dalam mengambil keputusan sendiri. Berdasarkan gejala yang ditunjukkan oleh siswa di atas, maka siswa tersebut dapat dikatakan menunjukkan gejala self-autonomy yang tinggi. Dalam hal ini, siswa yang dijadikan sebagai sampel eksperimen penelitian adalah siswa kelas X Akomodasi Perhotelan 5 dan kelas kontrol pada siswa kelas X Akomodasi Perhotelan 2 di SMK Negeri 2 Singaraja.

Menurut Dharsana (2016), Self autonomy adalah kebutuhan untuk bisa berdiri sendiri, tidak bergantung pada orang lain dalam mengambil keputusan. Berdasarkan definisi tersebut maka self autonomy mengandung 3 aspek yaitu: (1) Seseorang untuk mampu berdiri sendiri dalam (2) seseorang untuk percaya dengan apa yang dipikirkan (3) seseorang untuk tidak bergantung pada orang lain.

Menurut Stephen Brookfield 2000 (dalam budiarini putu desak 2013:63, Utama Agus Gede 2014) mengemukakan bahwa kemandirian belajar merupakan kesadaran diri, digerakkan oleh diri sendiri, kemampuan belajar untuk mencapai tujuannya. Definisi tersebut mengandung aspek-aspek : (1) kesadaran diri, (2) kemampuan belajar. Dalam kamus besar Bahasa Indonesia (KBBI) arti kemandirian adalah keadaan dapat berdiri sendiri tanpa bergantung kepada orang lain Definisi tersebut mengandung aspek-aspek: (1) berdiri sendiri (2) tanpa tergantung. (dalam Utama Agus Gede 2014)

Murray (dalam Alwisol, (2005) "Otonomy Personal adalah kebutuhan untuk membuat keputusan untuk diri sendiri dan mengejar tindakan dalam kehidupan seseorang dan sering terlepas dari beban moral tertentu".

Menurut steinberg (2002, h. 209) kemandirian merupakan kemampuan individu untuk bertingkah laku secara seorang diri. Kemandirian merupakan bagian dari pencapaian otonomi diri pada remaja. Untuk mencapai kemandirian pada remaja melibatkan 3 aspek yaitu: (1) aspek emotional autonomy, yaitu aspek kemandirian yang dengan perubahan hubungan individu, terutama dengan orang tua. (2) aspek behavioral autonomy, yaitu kemampuan untuk membuat suatu keputusan sendiri dan menjalankan keputusan tersebut. (3) aspek value autonomy, yaitu seperangkat prinsip-prinsip tentang mana yang benar dan mana yang salah, mengenai mana yang penting dan yang tidak penting.

Berdasarkan definisi diatas maka dapat disimpulkan self autonomy (kemandirian) adalah kebutuhan seorang individu untuk memiliki kesadaran diri sendiri dan dapat berdiri sendiri untuk mencapai suatu tujuan.

Berdasarkan hasil pengamatan data hasil observasi yang dilakukan peneliti saat mengikuti PPL-Real (praktek pengalaman lapangan) dan PLBKS (praktek lapangan bimbingan konseling di sekolah) terhadap siswa-siswi kelas X di SMK Negeri 2 Singaraja. peneliti melihat bahwa self autonomy yang ditunjukkan sebagian besar siswa dalam kategori rendah. Seperti, selalu bergantung dengan orang lain, tidak dapat berdiri sendiri, tidak mampu dalam mengganti keputusan, dan tidak percaya dengan apa yang dipikirkan dirinya. Perilaku tersebut tentunya harus segera diatasi agar tidak menjadi perilaku yang permanen dalam diri siswa, dan dampak yang timbul dari perilaku tersebut anak cenderung menjadi manja, tidak bisa hidup sendiri karena terbiasa dibantu oleh orang lain dalam segala hal.

Oleh karena itu, perlu adanya solusi dalam mengentaskan perilaku siswa-siswi yang kurang mandiri tersebut dengan diberikan beberapa penanganan, salah satunya pemberian layanan bimbingan konseling. Dalam penelitian ini model konseling yang tepat digunakan untuk membantu siswa dalam meningkatkan self autonomy yaitu model konseling behavioral yang dipadukan dengan teknik modeling.

Menurut Gerald Corey (dalam E. Koswara, 1988: 198) 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.

Teori konseling behavioral adalah teori menyeluruh dan juga suatu usaha berdasarkan percobaan untuk menjelaskan prinsip – prinsip dan kaidah – kaidah bagaimana tingkah laku manusia dipelajari (Dharsana 2015: 258)

Dalam hal peningkatan self-autonomy siswa, (Dharsana, 2015a) menjelaskan langkah-langkah pelaksanaan konseling behavioral sebagai berikut: a) Memperkenalkan konsep self-autonomy kepada siswa. Dalam langkah ini, siswa yang mengalami self-autonomy tinggi dan rendah diberikan pemahaman terlebih dahulu mengenai konsep self autonomy melalui bimbingan klasikal (fase permulaan). Dalam proses ini siswa juga diberikan penjelasan terkait buku harian self-autonomy untuk mengetahui tingkat siswa terhadap konsep “self-autonomy yang dilaksanakannya dalam kehidupan sehari-harinya dan kemudian nantinya ditulis dalam buku harian. Kemudian evaluasi tetap dilakukan melalui pengamatan, wawancara, dan catatan di buku harian. Selanjutnya dilakukan konseling kelompok (fase pendalaman I) untuk lebih memperdalam konsep self-autonomy. Kemudian evaluasi tetap dilakukan melalui pengamatan, wawancara, dan catatan di buku harian. Terakhir, konseling individual (fase pendalaman tahap II) untuk menyelesaikan persoalan yang terjadi pada individu terkait self-autonomy. b) Memberikan contoh-contoh orang yang memiliki self-autonomy. Dalam hal ini, siswa yang mengalami self-autonomy tinggi dan rendah diberikan pemahaman terlebih dahulu mengenai contoh-contoh self-autonomy melalui bimbingan klasikal (fase permulaan). Dalam proses ini siswa juga diberikan penjelasan terkait buku harian self-autonomy untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa terhadap contoh-contoh self-autonomy yang dilaksakannya dalam kehidupan sehari-hari dan kemudian nantinya ditulis dalam buku harian. Kemudian evaluasi tetap dilakukan melalui pengamatan, wawancara, dan kelompok (fase peralihan), untuk memperdalam contoh-contoh self-autonomy. Kemudian evaluasi tetap dilakukan melalui pengamatan, wawancara, dan catatan di buku harian. Selanjutnya, dilakukan konseling kelompok (fase pendalaman tahap I) untuk lebih memperdalam contoh-contoh self-autonomy. Kemudian evaluasi tetap dilakukan melalui pengamatan, wawancara, dan catatan di buku harian. Terakhir, konseling individu (fase pendalaman II) untuk menyelesaikan persoalan yang terjadi pada individu terkait self-autonomy. c) Menerapkan atau melakukan perilaku-perilaku self-autonomy dalam kehidupan sehari-hari. Dalam hal ini, siswa yang mengalami self-autonomy rendah dan tinggi diberikan pemahaman terlebih dahulu mengenai cara menerapkan self-autonomy dalam kehidupan sehari-hari melalui bimbingan klasikal (fase permulaan). Dalam proses ini siswa juga diberikan penjelasan terkait buku harian self-autonomy untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa terhadap cara menerapkan self-autonomy dalam kehidupan sehari-hari dan kemudian nantinya ditulis di buku harian. Kemudian evaluasi tetap dilakukan melalui pengamatan, wawancara, dan catatan di buku harian. Setelah itu, lanjut dilakukan bimbingan kelompok (fase peralihan), untuk memperdalam cara menerapkan self-autonomy dalam kehidupan sehari-hari. Kemudian evaluasi tetap dilakukan melalui pengamatan, wawancara, dan catatan di buku harian. Selanjutnya dilakukan konseling kelompok (fase pendalaman tahap I) untuk lebih memperdalam cara menerapkan self-autonomy dalam kehidupan sehari-hari. Kemudian evaluasi tetap dilakukan melalui pengamatan, wawancara, dan catatan di buku harian. Terakhir yaitu konseling individu (fase pendalaman tahap II) untuk menyelesaikan persoalan yang terjadi pada individu terkait self-autonomy.

Model Konseling Behavioral memiliki kelebihan dan juga kekurangan. Kelebihan dari model 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, 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 terkonsentasi 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.

Menurut Perry dan Furukawa (dalam Abimanyu dan Manrihu 1996) mendefinisikan modeling sebagai proses belajar melalui observasi dimana tingkah laku dari seorang individu atau kelompok, sebagai model, berperan sebagai rangsangan bagi pikiran-pikiran, sikap-sikap, atau tingkah laku sebagai bagian dari individu yang lain yang mengobservasi model yang ditampilkan. Modeling merupakan belajar melalui observasi dengan menambahkan atau mengurangi tingkah laku yang teramati, menggeneralisir berbagai pengamatan sekaligus, melibatkan proses kognitif (Gantina Komalasari, dkk 2011:17).

Dari definisi diatas dapat disimpulkan bahwa teknik modeling adalah suatu teknik konseling melalui observasi atau pengamatan dengan mengurangi atau menambahkan tingkah laku seseorang yang berperan sebagai model yang ditampilkan. Teknik modeling merupakan suatu komponen dari suatu strategi dimana konselor menyediakan demonstrasi tentang tingkah laku yang menjadi tujuan. Model dapat berupa model sesungguhnya (langsung) dan dapat pula simbolis. Model sesungguhnya adalah orang, yaitu konselor, guru, atau teman sebaya. Di sini konselor bisa menjadi model langsung dengan mendemonstrasikan tingkah laku yang dikehendaki dan mengatur kondisi optimal bagi konseli untuk menirunya. Model simbolis dapat disediakan melalui material tertulis seperti: film, rekaman audio dan video, rekaman slide, atau foto. Teknik modeling ini juga bisa dilakukan dengan meminta konseli mengimajinasikan seseorang melakukan tingkah laku yang menjadi target seperti yang dilakukan dalam 'modeling terselubung.

Menurut Suarni dalam (modul konsep dasar Implementasi Lesson Study dalam Pembelajaran: 2018) Secara sederhana Lesson Study dapat diartikan sebagai suatu kegiatan pengkajian pembelajaran secara kolaboratif dan berkelanjutan untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran. Menurut beberapa ahli, Lesson Study adalah suatu proses sistematis yang digunakan oleh guru-guru Jepang untuk menguji keefektifan pengajarannya dalam rangka meningkatkan hasil pembelajaran (Garfield, 2006). Proses sistematis yang dimaksud adalah kerja guru-guru secara kolaboratif untuk mengembangkan rencana dan perangkat pembelajaran, melakukan observasi, refleksi dan revisi rencana pembelajaran secara bersiklus dan terus menerus. Walker (2005) menyatakan bahwa Lesson Study merupakan suatu cara pengembangan profesional guru. Jadi jelas, selain untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran, Lesson Study juga akan bermanfaat untuk meningkatkan kompetensi guru, yang pada akhirnya meningkatkan profesionalisme guru.

Lesson study merupakan proses yang dilakukan guru atau guru bimbingan konseling yang secara progresif berusaha untuk meningkatkan metode pemberian layanan konseling, dengan cara bekerja sama dengan guru-guru lainnya. Sedangkan Sukirman memandang lesson study sebagai model pembinaan profesi pendidik melalui pengkajian pembelajaran/ pemberian layanan konseling secara kolaboratif dan berkelanjutan.

Penelitian ini dilakukan melalui lesson study. Harapan mendasar dari pelaksanaan lesson study adalah membentuk terjadinya komunitas belajar (learning community). Komunitas belajar adalah suatu komunitas di lingkungan sekolah yang didalamnya berlangsung proses saling belajar membelajarkan antara siswa dengan siswa, antara guru dengan guru, antara guru dengan kepala sekolah, dan antara civitas sekolah dengan masyarakat. (suarni, 2018)

Lesson study bertujuan untuk meningkatkan kualitas pembelajran melalui pengkajian pembelajaran yang telah dirancang secara kolaboratif atau individual oleh guru model dimaksudkan untuk mengakses dan mengevaluasi efektivitas dan efisiensi pembelajaran. Jika kegiatan lesson study dilakukan secara berkala dan berkelanjutan maka diharapkan akan dapat meningkatkan keprofesionalan secara bertahap, khususnya yang terkait dengan kompetensi profesional dan pedagogis. Hal ini dapat terjadi karena dalam kegiatan lesson study selalu terjadi kolaborasi mulai dari tahap perencanaan, pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran yang diobservasi (open lesson), dan sampai refleksi dan revisi rencana pembelajaran (suarni, 2018)

Lesson study dilaksanakan dalam tiga tahapan yaitu Plan (perencanaan), bertujuan untuk menghasilkan rancangan pembelajaran yang mampu untuk membelajarkan peserta didik. Do (pelaksanaan), yaitu menerapkan rancangan pembelajaran yang telah dirumuskan pada tahap sebelumnya. See (merefleksikan),

yaitu cara untuk menemukan kelebihan dan kekurangan dalam pelaksanaan pembelajaran. Tahapan yang dilaksanakan tersebut secara bersiklus dan berkelanjutan.

Berdasarkan pemikiran tersebut, adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh model konseling behavioral dengan teknik modeling untuk meningkatkan self autonomy siswa kelas X Akomodasi perhotelan 5 di SMK Negeri 2 Singaraja.

Method

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah quasi eksperimen dengan rancangan penelitian yaitu posttest control group design, hal ini dikarenakan peneliti membandingkan hasil posttest kelas eksperimen dan kelas kontrol.

Populasi dapat didefinisikan sebagai sejumlah kasus yang memenuhi seperangkat kriteria tertentu, yang ditentukan peneliti. (Dantes. 2017:37) Dalam penelitian ini yang dimaksud populasi penelitian adalah siswa kelas X SMK Negeri 2 Singaraja.

Sampel merupakan bagian dari populasi, yang dapat mempresentasikan karakteristik populasi yang ada (Azwar, 1998, h. 79). Menurut (sugiyono, 1999, h. 56) sampel harus memiliki paling sedikit satu sifat yang sama, baik sifat kodrat maupun sifat pengkhususan. Populasi yang terlibat dalam penelitian ini cukup banyak, sehingga digunakan teknik pengambilan sampel. Karakteristik tersebut diperoleh dari hasil pretest. Pretest yang digunakan berupa kuesioner self autonomy yang terdiri dari 35 butir pernyataan.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ilmiah dimaksudkan untuk memperoleh bahan-bahan yang relevan, akurat dan dapat dipercaya. Dalam penelitian ini metode pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner kuesioner merupakan sejumlah pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang diketahui subjek. Metode kuesioner dalam penelitian ini merupakan metode pengumpulan data utama yang digunakan untuk menggali data tentang self autonomy siswa.

Adapun prosedur penyusunan instrumen penelitian meliputi: (1) konsepsi instrumen, (2) merumuskan aspek, (3) penyusunan kisi-kisi instrumen, (4) menyusun butir-butir kuesioner dan (5) menentukan validitas dan reabilitas isi instrumen.

Results and Discussion

Penelitian dilakukan bulan April sampai Juni tahun 2018. Penelitian ini ditunjukkan untuk mengetahui apakah ada pengaruh model konseling behavioral teknik modeling untuk meningkatkan self autonomy. Siswa yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah siswa kelas X Akomodasi Perhotelan 5 sebagai kelas eksperimen dan kelas X Akomodasi Perhotelan 2 sebagai kelas kontrol yang jumlah total 68 siswa SMK Negeri 2 Singaraja. kelompok eksperimen diberikan treatment selama delapan kali. Setelah itu dilakukan pertemuan untuk mengadakan posttest. Posttest dilakukan melalui lesson study. Setelah itu dilanjutkan dengan pemberian kuesioner self autonomy yang terdiri 35 butir pernyataan

Setelah dilakukan posttest langkah selanjutnya adalah menganalisis hasil posttest. Nilai posttest tersebut dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk mencari mean, standar deviasi, nilai maksimum, dan nilai minimum dari masing-masing kelompok. Berikut adalah hasil analisis statistik deskriptif.

Tabel 1 Hasil Analisis Deskriptif

Deskripsi Data	Kelas Eksperimen	Kelas Kontrol
Mean	132,125	48,5
Skor Max	143	131
Skor Min	119	0

Dari hasil analisis pada tabel 1 dapat diketahui nilai rata-rata kelas eksperimen yaitu 132,125 lebih besar dari nilai rata-rata kelas kontrol 48,5. Nilai maksimum kelas eksperimen yaitu 143 lebih besar dari kelas kontrol yaitu 131. Nilai minimum kelas eksperimen yaitu 119 lebih besar dari kelas kontrol yaitu 0. Maka

dapat disimpulkan bahwa self autonomy kelompok eksperimen yang diberikan treatment mengalami peningkatan daripada kelas kontrol yang tidak diberikan treatment. Maka dapat disimpulkan bahwa self-autonomy kelas eksperimen yang diberikan treatment mengalami peningkatan lebih banyak dari pada kelompok kontrol yang tidak diberikan treatment.

Analisis data dalam penelitian ini termasuk analisis data kuantitatif. Perhitungan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan bantuan aplikasi statistik IBM SPSS 21. Untuk menganalisis data pada penelitian ini, digunakan uji Mann-Whitney sehingga dapat diketahui pengaruh variabel terikat.

Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh konseling behavioral dengan teknik modeling terhadap self-autonomy siswa kelas X Akomodasi perhotelan 5 di SMK Negeri 2 Singaraja. berikut adalah hasil analisis uji Mann-Whitney tercantum pada tabel.02 yaitu sebagai berikut:

Tabel 2 Hasil Uji Mann-Whitney

	Group	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest	E	8	12.38	99.00
	K	8	4.63	37.00
	Total	16		

Hasil uji Mann-Whitney dalam penelitian ini menunjukkan. Pada tabel Rank, kolom sum of Rank, diperoleh jumlah ranking kelompok eksperimen yaitu 99.00 dan ranking kelompok kontrol yaitu 37.00. selanjutnya pada tabel test statistic, nilai Z adalah -3,258 kemudian, baris Exact sig diperoleh p-value yaitu 0,001. Hal tersebut menunjukkan bahwa p-value < alpha (0,05) yang berarti Ho ditolak dan Ha diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh model konseling behavioral dengan teknik modeling terhadap self-autonomy siswa kelas X Akomodasi Perhotelan 5 di SMK Negeri 2 Singaraja.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada pengaruh model konseling behavioral dengan teknik modeling terhadap self-autonomy siswa kelas X Akomodasi Perhotelan 5 di SMK Negeri 2 Singaraja.

Hasil analisis menunjukkan bahwa konseling behavioral dapat diterapkan karena adanya pengaruh untuk meningkatkan self-autonomy dengan teknik modeling. Model konseling behavioral adalah model konseling yang menekankan pada tingkah laku manusia yang pada dasarnya dibentuk oleh lingkungan dan segenap tingkah lakunya itu dipelajari atau diperoleh karena proses latihan. Gerald Corey (dalam E. Koswara, 1998:198)

Dalam penelitian ini, teknik yang digunakan untuk memberikan treatment terhadap self-autonomy siswa yang rendah yaitu teknik modeling. Teknik modeling merupakan salah satu metode dari model konseling behavioral yang bertujuan untuk menunjukkan terjadinya proses belajar melalui pengamatan terhadap orang lain dan perubahan terjadi melalui peniruan. Peniruan menunjukkan bahwa perilaku orang lain yang diamati. Dalam hal ini konselor menunjukkan pada konseli tentang tingkah laku model, dapat menggunakan model audio, model fisik, model hidup, dan lain sebagainya yang dapat diamati dan dipahami jenis tingkah laku yang hendak dicontoh.

Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Gede Agus Sutama pada tahun 2014 dengan judul "Penerapan teori behavioral dengan teknik modeling untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa kelas AK C AMK Negeri 1 Singaraja" Pada tahap identifikasi awal, bahwa terdapat 10 orang siswa yang menunjukkan masih memiliki kemandirian belajar yang masih rendah. Pada siklus I dari 10 orang siswa yang masih memiliki kemandirian belajar yang rendah sudah menunjukkan peningkatan kemandirian belajar, namun pada siklus pertama belum berhasil dengan maksimal karena masih ada 3 orang siswa yang belum menunjukkan kemandirian belajar.

Berdasarkan hasil penelitian dari siklus II menunjukkan telah terjadi peningkatan kemandirian belajar pada siswa hal ini terlihat dari penyebaran tes akhir atau evaluasi yang menunjukkan bahwa semua siswa sudah mampu memperoleh skor dengan kategori tinggi.

Oleh karena itu diharapkan model konseling behavioral dengan teknik modeling dapat mengubah tingkah laku konseli yang awalnya maladaptif menjadi adaptif. Dapat meningkatkan percaya diri konseli

untuk melakukan suatu tindakan yang awalnya berperilaku negatif agar menjadi positif, sehingga tingkah laku yang negatif dapat dirubah berperilaku positif dalam meningkatkan self-autonomy.

Conclusion

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh model konseling behavioral dengan teknik modeling terhadap self-autonomy siswa kelas X khususnya kelas X Akomodasi Perhotelan 5 di SMK Negeri 2 Singaraja. hal ini dapat dilihat dari peningkatan skor self-autonomy dengan hasil posttest uji Mann-Whitney, yaitu pada tabel Rank, kolom sum of Rank, diperoleh jumlah ranking kelompok eksperimen yaitu 99.00 dan ranking kelompok kontrol yaitu 37.00. selanjutnya pada tabel test statistic, nilai Z adalah -3,258 baris Exact sig diperoleh p-value yaitu 0,001. Hal tersebut menunjukkan bahwa p-value < alpha (0,05) yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh model konseling behavioral dengan teknik modeling untuk meningkatkan self-autonomy siswa kelas X Akomodasi Perhotelan 5 di SMK Negeri 2 Singaraja.

Berdasarkan hasil penelitian sebagaimana disimpulkan diatas, berikut dikemukakan beberapa saran. Antara lain: (1) Kepada semua siswa dan siswi SMK Negeri 2 Singaraja disarankan agar dapat memahami dan menghayati bagaimana cara agar dapat meningkatkan self -autonomy (kemandirian) sehingga akan adanya perubahan pada diri siswa dan dapat memberikan manfaat bagi diri siswa. Karena temuan ini menunjukkan pengaruh model konseling behavioral dengan teknik modeling dalam pelayanan BK di sekolah. (2) Kepada guru BK SMK Negeri 2 Singaraja agar menggunakan model konseling behavioral khususnya teknik modeling untuk meningkatkan self-autonomy (kemandirian) siswa dalam proses pembelajaran di sekolah, ataupun kegiatan di luar sekolah. (3) Kepada Kepala Sekolah disarankan agar lebih meningkatkan kinerja guru dalam menggunakan model konseling behavioral dengan teknik modeling sebagai satu upaya untuk meningkatkan self-autonomy siswa yang rendah.

Acknowledgment

-

References

- Azwar, S. 1998. Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bathi H.K, Educational Psychology (New Delhi: The Macmillen company or India limited, 1977), h: 28.
- Budiarini, Desak. 2013. Skripsi. Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha
- Corey, Gerald. 2003. Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi. Bandung: PT Refika Aditama
- Dantes, Nyoman. 2014. Analisis dan Desain Eksperimen. Singaraja: Unversitas Pendidikan Ganesha
- Dantes, Nyoman. 2012. Metode Penelitian. Yogyakarta: C.V Andi OFFSET, h. 34, 37
- Dantes, Nyoman. 2012. Metode Penelitian. Yogyakarta: C.V Andi OFFSET, h. 166
- Dantes, Nyoman. 2016. Statistik NonParametrik. Singaraja: Undiksha Press, h. 38
- Dharsana, Ketut. 2010. Diktat Konseling Karier dan Problematika Konseling. Singaraja: Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Undiksha.
- Dharsana, Ketut. 2015. Teori-Teori Konseling. Singaraja: Jurusan Bimbingan Konseling Universitas Pendidikan Ganesha
- Dharsana, Ketut. 2016. Seri RPBK. Singaraja: Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha.
- Gantina, dkk. 2011. Teori dan Teknik Konseling. Jakarta: PT Indeks
- Hasan Basri, Remaja Berkualitas Problematika Remaja dan Solusinya (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1996), h. 53.
- Hidayat, Rahmat, Dede. 2011. Psikologi Kepribadian. Bogor: Ghalia Indonesia
- Lindzey G and Aronson E, The Handbook of Social Psychological (New Delhi: The Macmillan Limited Publishing, 1968), h. 218.
- Santrock, W John. 2003. Adolescence Perkembangan Remaja. Jakarta: Erlangga.
- Spencer and Koss, Persperctive in Child Psychology (New York: Mc.Grow Hill Book Company, 1970), h. 17.

-
- Steinberg, L. 2002. *Adolescence*, sixth edition. New York: McGraw-Hill
- Suarni, 2018. *Makalah Implementasi Lesson Study dalam Pembelajaran*. Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha
- Sugiyono, S. 1984. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: IKAPI
- Sukma, Agus. 2014. *Skripsi*. Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha
- Sutama, Agus. 2014. *Skripsi Penerapan Teori Behavioral dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas AK C SMK Negeri 1 Singaraja*. Singaraja: Undiksha
- Steven J. Stein and Howard E. Book, *Ledakan EQ*, Terjemahan Trinanda Rainy Januarsari dan Yudhi Murtanto (Bandung: Kaifa, 2000), h. 105.
- Padmi. Diah. 2017. *Skripsi*. Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha

Article Information (Supplementary)

Conflict of Interest Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.

Copyrights Holder: <Jamilah> <2019>

First Publication Right: JIBK Undiksha

<https://doi.org/10.xxxx/xxxxx>

Open Access Article | CC-BY Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Word Count: 4215

