

THE IMPLEMENTATION OF COUNSELING REALITY TO HELP IMPROVING THE DISCIPLINE LEARN

M. Miftachul Huda

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
email: mmiftachulhuda@gmail.com

Drs. Eko Darminto, M. Si.

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
email: podibk.unesa@yahoo.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji penerapan konseling kelompok realita untuk meningkatkan disiplin belajar siswa SMP Kemala Bayangkari I Surabaya. Penelitian ini termasuk jenis eksperimen *pre test-post test one group design*. Alat pengumpul data yang digunakan adalah angket. Subjek dalam penelitian ini adalah enam siswa yang memiliki disiplin belajar siswa rendah di kelas VII-E. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik non parametrik dengan menggunakan uji tanda. Hasil analisis menunjukkan bahwa $\rho = 0,016$ lebih kecil daripada $\alpha = 0,05$, jadi hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yang berbunyi "Ada perbedaan tingkat disiplin belajar siswa siswa di sekolah antara sebelum dan sesudah penerapan konseling kelompok realita" dapat diterima. Dengan demikian dengan adanya peningkatan skor pada subyek penelitian dari *pre-test* ke *post-test* menunjukkan bahwa penerapan konseling kelompok realita dapat meningkatkan disiplin belajar siswa di sekolah siswa

Kata kunci : Konseling Kelompok Realita, dan Disiplin belajar siswa Siswa di Sekolah

ABSTRACT

The purpose of this study was to test the application of reality group counseling to improve discipline learn in schools at Junior High School Kemala Bayangkari. This study included tests of pre-post test one group design. Data collecting tool in this research questionnaire. Subjects in this research were six students of class VIII-D with low discipline learn in schools. Data analysis techniques used was non-parametric statistics by using sign test. The results of the data analysis showed that $\rho = 0.016$ was smaller than $\alpha = 0.05$ so the hypothesis proposed in this research, which stated "There are different levels of discipline learn among students in schools before and after the application of reality group counseling" was accepted. This means that the application of reality group counseling can improve the students school discipline learn.

Keywords: Reality Group Counseling, and School discipline learn

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah aset yang tidak ternilai bagi individu dan masyarakat. Pendidikan tidak pernah dapat dideskripsikan secara gamblang dengan hanya mencatat banyak tugas, jumlah siswa, personel yang terlibat, harga bangunan, dan fasilitas yang dimiliki. Pendidikan memang menyangkut hal itu semua, namun lebih dari itu semuanya. Pendidikan merupakan proses yang esensial untuk mencapai tujuan dan cita-cita individu. Secara filosofis dan historis pendidikan menggambarkan suatu proses yang melibatkan

berbagai factor dalam upaya mencapai kehidupan yang bermakna, baik bagi individu sendiri maupun masyarakat pada umumnya..

Para peserta didik memandang lembaga sekolah sebagai lembaga yang bisa mendidik anak menjadi orang pintar, terampil dan berakhlak mulia. Apa yang diharapkan dalam pendidikan untuk perkembangan peserta didik, setiap negara atau bangsa memiliki orientasi dan tujuan yang relatif berbeda. Sekolah sebagai lembaga pendidikan formal yang harus memiliki ketahanan sekolah yang kokoh dan kuat, sehingga mampu menjaga dan mempertahankan

existensinya dari adanya tekanan-tekanan atau gangguan-gangguan baik dari dalam maupun luar sekolah. Dengan begitu sekolah dapat memberikan pengajaran kepada siswa secara nyaman, lancar dan terarah. Tapi pada kenyataan di lapangan hal itu tidak mudah diwujudkan apabila proses pendidikan yang ada belum bisa berjalan secara efektif dan sesuai peraturan yang ada, hal ini dikarenakan beberapa hal terutama pada keaktifan siswa untuk terlibat dan dalam hal disiplin belajar siswa, disiplin belajar ini sangat mempengaruhi terutama dalam mengumpulkan tugas, mengikuti pelajaran dan masuk sekolah.

Kenyataan yang ada menunjukkan adanya korelasi antara siswa yang tidak disiplin belajar, lebih banyak memperoleh prestasi yang kurang dibanding dengan siswa yang tepat waktu mengumpulkan tugas, mau mengikuti pelajaran yang diberikan.

Disiplin adalah kepatuhan seseorang dalam mengikuti peraturan dan tata tertib yang didorong pengaruh dari luar ataupun dari kesadaran dirinya sendiri Arikunto dalam Saputro (2010) Akan tetapi pada kenyataannya disiplin merupakan permasalahan yang sering muncul di setiap sekolah. Berdasarkan pengamatan dan pernyataan dari Sutrisno (2012) bahwa hampir setiap sekolah selalu ada saja peserta didik yang melakukan pelanggaran disiplin.

Penerapan disiplin dapat menciptakan perilaku yang baik dan menciptakan kondisi lingkungan sekitar yang baik pula. Sikap disiplin dapat ditunjukkan dengan tiga perilaku yaitu (1) perilaku kedisiplinan di dalam kelas, (2) perilaku kedisiplinan diluar kelas di lingkungan sekolah, dan (3) perilaku kedisiplinan di rumah. Bentuk-bentuk perilaku tersebut perlu diatur dengan menegakkan kedisiplinan saat belajar sehingga tujuan dari kedisiplinan belajar yaitu tujuan seluruh disiplin adalah membentuk perilaku sedemikian rupa, sehingga akan sesuai dengan peran-peran yang ditetapkan dalam kelompok budaya, tempat individu diidentifikasi (Hurlock (2003)) tujuan ini dapat tercapai.

Menurut Foerster disiplin belajar merupakan keseluruhan ukuran bagi tindakan-tindakan yang menjamin kondisi-kondisi moral yang diperlukan, sehingga proses pendidikan berjalan lancar dan tidak terganggu. Adanya kedisiplinan dapat menjadi semacam tindakan preventif dan menyingkirkan hal-hal yang membahayakan hidup kalangan pelajar serta mampu meningkatkan prestasi anak. Beberapa pendapat ada yang menyatakan menerapkan disiplin dapat diterapkan dengan pemberian sanksi atau hukuman. Baik hukuman fisik, sosial atau psikis. Padahal dengan memberikan hukuman atau sanksi kedisiplinan belum tentu dapat tertanam dalam diri anak karena, anak melakukan perilaku untuk disiplin karena keterpaksaan saja, sehingga perlu ada cara yang mampu menanamkan atau menumbuhkan sikap dan rasa disiplin yang tumbuh dari kesadaran diri siswa

Di lansir dari Kompas Kendari Selasa (2/10/2012). sebuah razia disiplin pelajar yang rutin dilakukan Disdik Kota Kendari ini berhasil menjaring 12 siswa yang sedang berkeliaran di luar sekolah. sedang duduk-duduk, tetapi belum jam istirahat.

Penerapan disiplin di sekolah juga dapat diterapkan tanpa menggunakan hukuman. Kegiatan konseling yang memberikan pengertian dan kesadaran kepada siswa tentang kedisiplinan dapat dilakukan atau bentuk pendekatan konseling yang menekankan tanggungjawab siswa sebagai terdidik untuk berdisiplin di lingkungan sekolah dapat diterapkan, dan bentuk-bentuk itu diharapkan dapat mengubah kesan-kesan dari penerapan disiplin di sekolah. Jika siswa sadar akan tata tertib di sekolah, maka tidak ada kasus seperti contoh di atas atau hukuman-hukuman terhadap siswa. Bayangkan siswa yang tahu dan mengerti tentang tata tertib tapi masih saja melanggar, alih-alih mematuhi karena takut terhadap konsekuensi dari pelanggaran kedisiplinan. bukankah hal ini siswa kurang memiliki kesadaran tentang kedisiplinan disekolah.

Perilaku yang kurang disiplin yang dimiliki oleh siswa siswi di SMP kemala bayangkari I Surabaya khususnya yang terjadi di kelas VII-E memerlukan perhatian khusus, perilaku-perilaku kurang disiplin yang sering muncul adalah Disiplin siswa dalam masuk sekolah sekitar 10 siswa dalam satu kelas yang sering terlambat ketika masuk sekolah, disiplin siswa dalam mengerjakan tugas juga perlu perhatian khusus hamper 30% dari jumlah total kelas VII-E siswa sering terlambat dalam mengumpulkan tugas, belum lagi disiplin yang berkaitan dengan disiplin dalam mengikuti pelajaran di sekolah yang masih ada siswa yang membolos ketika jam pelajaran terutama pada pelajaran , bahasa Indonesia, matematika dan bahasa inggris, beberapa bentuk perilaku tidak disiplin ini dilakukan oleh beberapa siswa di SMP kemala bayangkari I khususnya yang terjadi di kelas VII-E terdapat hampir 10 siswa yang melakukan perilaku kurang disiplin, sehingga untuk meningkatkan disiplin siswa perlu adanya sebuah pendampingan dari guru BK atau Guru mata pelajaran untuk meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya disiplin dalam menaati tata tertib di sekolah, namun layanan informasi yang telah diberikan oleh konselor sekolah belum mampu meningkatkan disiplin belajar siswa, prestasi siswa yang memiliki disiplin rendah juga malah menurun dibandingkan hasil prestasi semester sebelumnya. Perilaku tidak disiplin belajar siswa ini baru mengalami penurunan frekuensi tidak mengerjakan tugas, membolos saat kegiatan belajar mengajar hanya ketika mendekati ulangan semester saja.

Konselor sekolah berusaha keras untuk mengurangi perilaku tidak disiplin belajar ini dengan upaya, memberikan skors tidak masuk sekolah jika sudah mencapai poin yang ditentukan, upaya konseling

juga sudah dilakukan namun belum ada hasil yang signifikan, agar perilaku siswa berubah

Observasi juga dilakukan pada catatan yang tertulis dari buku pelanggaran siswa menyatakan bahwa perilaku siswa kelas VII-E SMP kemala bayangkari yang tercatat dalam buku pelanggaran yakni tidak mengerjakan PR, terlambat masuk kelas dan sering menunda-nunda dalam mengerjakan tugas. Sejalan dengan ini, didukung dengan pernyataan guru kelas dan guru mata pelajaran yang mengajar di kelas VII-E yang menyatakan bahwa siswa memiliki perilaku sering terlambat dalam mengumpulkan tugas, mengulur-ulur waktu yang diberikan saat mengerjakan tugas di dalam kelas, hal ini nampak dengan mengajak temannya untuk mengobrol atau bercanda jika tidak siswa akan bermain sendiri dan tidak menghiraukan terhadap tugas yang diberikan, selanjutnya tidak mau bertanya saat tidak mengerti, sering tidak mengerjakan PR dan datang terlambat saat masuk kelas.

Di sebuah Koran pendidikan yang dipublikasikan pada Kamis, 29 November 2012 memberikan informasi seringkali siswa yang tidak membawa pekerjaan rumah, jika ditanya oleh guru mereka beralasan lupa atau tertinggal di rumah. Siswa mengakui jika sebenarnya mereka telah berbohong kepada guru dengan beralasan lupa tidak membawa pekerjaan rumah, hal tersebut dilakukan karena tidak mau dihukum oleh gurunya. Karena tidak disiplin ini akhirnya anak memperoleh prestasi yang kurang, karena tidak mengumpulkan tugas-tugasnya.

Permasalahan di atas telah memberikan gambaran tentang disiplin belajar yang kurang yang dialami siswa saat ini, yang dikarenakan kurangnya tanggung jawab siswa terhadap dirinya sendiri maupun terhadap orang lain, hal ini akan sangat berpengaruh pada prestasi belajar siswa jika siswa tersebut tidak memiliki disiplin belajar yang baik..

Studi tentang peran kebiasaan dan perilaku belajar terhadap prestasi belajar yang dilakukan oleh Yusuf (Yusuf, 2007:56) memberikan sumbangan relatif sebesar 18,3% dibanding variabel IQ, kreativitas dan pola asuh orang tua. Pada anak-anak dengan kebiasaan dan perilaku belajar yang baik, 66,5% mampu mencapai prestasi tinggi di sekolahnya, sedangkan pada anak-anak dengan disiplin belajar yang kurang hanya ada sekitar 2% dari mereka yang mampu mencapai prestasi baik di sekolah. Lebih lanjut dijelaskan bahwa yang menarik hampir 70% dari anak dengan kebiasaan belajar yang baik, terjamin tingkat prestasi belajarnya juga tinggi. Ini menunjukkan bahwa disiplin belajar menjadi salah satu faktor kunci dari keberhasilan pendidikan

Menanamkan kesadaran tentang kedisiplinan di sekolah merupakan tantangan tersendiri bagi semua warga sekolah. Termasuk konselor yang tugasnya memberikan pelayanan kepada siswa agar proses belajar dapat berjalan dengan maksimal. Tugas

konselor adalah membantu siswa baik secara perorangan maupun kelompok agar mampu mandiri dan berkembang secara optimal dalam pengembangan kehidupan pribadi, sosial, belajar, karir melalui berbagai layanan dan kegiatan pendukung berdasarkan norma yang berlaku. Dalam teori-teori konseling terdapat pendekatan-pendekatan konseling yang digunakan sesuai dengan berbagai permasalahan yang timbul dari pengembangan diri siswa tersebut termasuk pendekatan konseling yang menekankan pada perilaku yang dialami oleh siswa. Konseling realita merupakan pendekatan konseling yang berfokus pada perilaku sekarang. Pandangan Glasser tentang hakikat manusia pada dasarnya adalah makhluk rasional yang memiliki kebutuhan dasar (*basic needs*), memerlukan hubungan atau keterlibatan dengan orang lain, makhluk yang memiliki disiplin belajar atas perilaku dan pemenuhan kebutuhan dirinya serta makhluk yang menilai terhadap tingkah lakunya (*value judgement*) dan makhluk yang realita maksudnya individu harus sadar akan keterbatasannya tidak selalu dapat memenuhi kebutuhannya (Rosdijan: 1994). Contoh yang dikemukakan oleh Glasser adalah seorang anak yang berbuat nakal, dimana hal itu dilakukan sebab ia berfikir dengan cara begitu ia akan memperoleh perhatian dari orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa anak tersebut memiliki pola pikir tidak rasional, memiliki keterlibatan dengan orang lain yang tidak rasional serta nilai perilaku yang buruk.

Demikian halnya dengan perilaku kedisiplinan siswa di sekolah, adanya pelanggaran disiplin yang dilakukan oleh siswa menunjukkan bahwa pola pikir siswa tersebut tidak rasional, adanya kesalahan hubungan atau keterlibatan dengan orang lain serta perilaku yang tidak disiplin belajardan merupakan perilaku yang salah. Oleh sebab itu dengan konseling kelompok realitas oleh Glasser, dapat diajukan sebagai model pemberian layanan bagi konselor untuk meningkatkan perilaku disiplin siswa yang bercorak konseling bukan menghukum. Model ini diharapkan memiliki aspek kepraktisan untuk menolong individu/siswa dalam mengontrol hidupnya agar menjadi lebih baik, dapat belajar bertingkah laku secara realistis dan bertanggungjawab

Disiplin belajar semuanya memberi pengertian atau makna yang sama pada hakekatnya yaitu : Pengendalian perilaku dan pengendalian diri. Dengan demikian jika seorang siswa dapat mengendalikan dirinya dan menurut Abu Ahmadi dan Widodo Supriyono, Psikologi Belajar , (Solo : Rineke Cipta, 1991).hal 130,131

perilakunya sehari-hari baik di rumah, sekolah maupun lingkungan sekitar maka ia telah mendisiplinkan diri. Disiplin ada dua macam yaitu yang dikolola secara eksternal dengan dipaksakan oleh orang lain serta yang dikelola secara internal dengan disiplin belajar. Disiplin belajar lebih berdasarkan atas kesadaran setiap orang sedangkan sebaliknya bila dipaksakan maka sangat

bergantung dengan kehadiran orang lain yang mengawasinya. Pada setiap siswa dapat digunakan dua macam pendekatan dalam penerapan disiplin yaitu dengan pendekatan positif yang lebih memaanusiakan dirinya dan menjadikannya sebagai seorang teman bukan lawan. Namun demikian pendekatan negatif yaitu berupa hukuman juga bisa dilakukan bila hal tersebut sangat terpaksa sekali.

Bila seorang siswa sudah memiliki kedisiplinan baik hal itu berasal dari dirinya maupun atas dorongan orang lain maka segala sesuatu yang dikerjakan akan menjadi maksimal. Seorang siswa yang berdisiplin di sekolah selalu masuk kelas tepat pada waktunya, tidak pernah membolos, memperhatikan keterangan guru di kelas, mengerjakan tugas yang diberikan guru baik hal tersebut berasal dari keinginan diri sendiri maupun atas dorongan orang lain. Maka pada akhirnya ia akan mendapatkan prestasi yang baik dalam proses belajarnya.

Siswa berdisiplin dalam belajarnya maka akan menghasilkan prestasi yang baik karena diantara faktor yang mempengaruhi keberhasilan belajar siswa adalah

faktor internal siswa dimana jika seorang siswa memiliki minat yang baik pada belajarnya maka ia akan berusaha untuk selalu berdisiplin demi mencapai hasil yang memuaskan dan akhirnya ia akan berhasil dalam studinya. Lain dari itu yang mempengaruhi prestasi belajar siswa adalah faktor eksternal diantaranya yaitu sekolah bila lingkungan sekolah sangat memperhatikan kebutuhan siswa untuk mencapai tujuan belajar yaitu keberhasilan studi maka segenap eksponen yang ada di sekolah akan selalu berusaha untuk membantu siswanya dalam mencapai tujuan itu diantaranya dengan selalu menekankan kedisiplinan belajar pada siswa.

Jadi siswa diberikan dorongan untuk selalu berdisiplin dalam belajarnya sebagai contoh siswa yang terlambat atau tidak masuk sekolah tanpa alasan yang jelas juga siswa yang tidak mematuhi tata tertib yang berlaku maka siswa tersebut akan dikenakan sanksi. Dengan adanya pemberian sanksi maka siswa akan terdorong untuk tidak melanggar peraturan dan berusaha selalu untuk menjalani proses belajar mengajar sebaik mungkin dan pada akhirnya akan memperoleh prestasi yang baik.

Diantara yang mempengaruhi prestasi belajar siswa adalah faktor psikologis yang mana bila siswa mampu mengendalikan dirinya maka ia akan mendisiplinkan kemauan, memacu sangat, mengikis keseganan dan mengarahkan energi untuk benar-benar melaksanakan apa yang harus dikerjakan hingga ia dapat memperoleh prestasi yang baik

Penerapan konseling kelompok realita ini dimulai dengan mengajak siswa yang indikasi kurang maupun tidak memiliki sikap disiplin belajar siswa untuk menjadi anggota dalam konseling kelompok realita, kemudian konselor menggunakan intervensi dalam konseling kelompok realita dengan model WDEP. Dengan menggunakan intervensi W-D-E-P akan

menyadarkan siswa mengenai realita yang terjadi dan diharapkan tujuan konseling kelompok realita untuk membentuk disiplin belajar siswa, dalam disiplin belajar yang kurang tingkat tanggungjawab siswa kurang, sehingga perlu ditingkatkan kesadaran siswa untuk lebih lagi meningkatkan tanggungjawabnya dalam hal belajar, sedangkan konseling realita adalah sebuah pendekatan yang memfokuskan pada 3 R yaitu (right =kebenaran, reality=kenyataan yang ada dan responsibility yaitu tanggungjawab) sehingga pendekatan ini akan sangat cocok untuk meningkatkan disiplin belajar siswa dengan meningkatkan tanggungjawab siswa, serta menimbang baik dan buruk dari sebuah perilaku yang dilakukan, ini akan sangat efektif menumbuhkan kesadaran siswa tersebut, karena tanpa ada paksaan dan semuanya dalam hal menimbang baik buruk sebuah perilaku, melihat kenyataan yang ada berasal dari pikirannya siswa tersebut sehingga akan mudah menumbuhkan kesadaran siswa untuk bertanggungjawab terhadap dirinya sendiri

Berikut ini adalah prosedur pelaksanaan penerapan konseling kelompok realita untuk disiplin belajar siswa dalam belajar

1. Keterlibatan dan penstrukturan kelompok

Hal pertama yang perlu dilakukan adalah menunjukkan kepada siswa bahwa ia terlibat dalam kegiatan konseling kelompok serta menumbuhkan kepercayaan diri dari siswa sebagai anggota kelompok terhadap peneliti yang berperan sebagai konselor. Selanjutnya konselor menerangkan lebih jelas tentang apa makna dan tujuan konseling kelompok beserta norma-norma yang perlu disepakati bersama, menjelaskan betapa pentingnya menyelesaikan masalah secara bersama-sama dan hal apa yang bisa dicapai dari kegiatan ini.

Dalam kegiatan ini peneliti mengarahkan siswa untuk fokus membahas masalah sikap disiplin belajar siswa. Peneliti mengajak siswa menemukan faktor penyebab yang melatar belakangi masalah yang sedang mereka alami, misalnya siswa yang tidak mengerjakan PR, siswa yang membolos karena tidak dalam disiplin belajar siswa, prestasi yang menurun karena tidak belajar, menjadi lebih boros, dsb. Seluruh anggota kelompok dibawa dalam suasana keakraban yaitu dengan cara memberikan permainan penghangat / pengakraban agar suasana kelompok lebih cair.

2. Eksplorasi data; perilaku konseli sekarang (apa yang dilakukan konseli akhir-akhir ini sehingga menimbulkan masalah)

Kaitannya dengan intervensi W-D-E-P, tahap ini merupakan langkah W atau *want* yang mana siswa diajak untuk mengetahui keinginan-keinginannya untuk menyelesaikan masalah yang sedang mereka hadapi saat ini yaitu kurangnya disiplin belajar dalam disiplin belajar siswa. Siswa diajak untuk melihat apa yang salah pada dirinya, menggali perilaku-perilaku yang salah dalam bertindak akhir-akhir ini yang siswa alami. Dalam hal ini peneliti selaku konselor mengajak siswa mengenal penyebab dari masalah mengapa siswa kurang bersikap disiplin belajar. Hal ini bisa dilakukan dengan menanyakan sesuatu kepada siswa seperti: "kondisi apa

yang anda inginkan?” “apa keinginan anda berikutnya?”.

Pada kegiatan ini peneliti mengajak siswa mencari apa yang sudah dilakukan saat ini, apa konsekuensi yang didapat siswa jika tidak bersikap disiplin belajar siswa dan bagaimana reaksi siswa sesudah mendapatkan konsekuensi atas perbuatannya tersebut. *W (want)* di sini berguna sebagai dasar atau acuan siswa agar siswa mau berubah menjadi pribadi yang lebih berdisiplin belajar.

3. Pertimbangan nilai atau evaluasi terhadap baik-buruk, untung-rugi perilaku yang sekarang

Kaitannya dengan teknik WDEP, tahap ini merupakan bagian dari *D (doing)*. Dalam hal ini peneliti yang bertindak sebagai konselor mengajak siswa untuk menilai perilakunya yang salah dengan mempertimbangkan baik-buruk, benar-salah, atau berdisiplin belajar-tidak berdisiplin belajar. Permasalahan yang dinilai adalah bagaimana siswa mengukur tingkat disiplin belajarnya dalam disiplin belajar siswa. Setelah siswa mengetahui penyebab dari ketidak berdisiplin belajarnya, peneliti mengajak siswa mengenali karakteristik permasalahannya tersebut.

Jika siswa sudah sadar bahwa perilakunya tersebut tidak berdisiplin belajar, konselor dapat mengarahkan siswa melalui konseling kelompok. Pada kegiatan ini, perilaku yang dinilai adalah bagaimana siswa menilai kebiasaan tidak bersikap disiplin belajar siswa

Setelah siswa sadar bahwa perilakunya tersebut salah, maka konseli diajak untuk berpikir, apa yang akan ia lakukan untuk memperbaiki kesalahannya itu sehingga siswa akan memiliki rencana untuk memperbaiki kesalahannya itu.

4. Rencana pengembangan perilaku baru dan pelaksanaannya

Tahap ini merupakan tahap lanjutan dari *Doing*, yang mana dalam tahap ini setelah siswa mampu memberikan penilaian dan membuat keputusan atas perilakunya yang tidak disiplin belajarkonselor membantu siswa untuk membuat perencanaan untuk mengubah perilakunya yang tidak berdisiplin belajar. Perencanaan dimulai dengan memantapkan pencapaian tujuan jangka pendek sebagai dasar pencapaian jangka panjang.

Perencanaan harus dibuat secara spesifik, kongkrit dan hasilnya dapat diukur. Tahap selanjutnya adalah tahap komitmen dimana peneliti selaku konselor meminta siswa untuk mengikat janji guna melaksanakan rencana. Perjanjian dari komitmen ini dilakukan secara tertulis dan ditanda tangnani siswa yang bersangkutan. Siswa diajak menemukan faktor penyebab permasalahan mengapa siswa tidak bersikap disiplin belajar siswa, apa konsekuensi yang didapatkan dari perilaku tersebut, apa yang sudah dilakukan siswa, dan rencana apa yang akan dibuat untuk memperbaiki kesalahan siswa.

5. Evaluasi pelaksanaan dan tindak lanjut, yang gagal tidak boleh dimaafkan namun juga tidak boleh diberi hukuman

Dalam kaitannya dengan intervensi WDEP, tahap ini merupakan tahap *E (evaluation)* dan *P (plan)*.

Yang mana dalam tahapannya, setelah siswa membuat rencana awal untuk memperbaiki kesalahannya, di sini dievaluasi apakah siswa mampu memenuhi rencana yang telah dibuatnya. Di sini akan diketahui apakah siswa mampu memperbaiki kesalahannya atau tidak. Peneliti selaku konselor melihat seberapa besar rencana dalam menyelesaikan permasalahannya itu dilaksanakan, ada beberapa siswa yang gagal melaksanakan, konselor di sini mengintruksikan untuk tetap melaksanakan rencana tersebut, konselor membantu memodifikasi rencana tersebut agar siswa lebih mudah dalam melaksanakan rencana yang telah dibuat.

Disini peneliti hanya berusaha mengajarkan pada siswa bahwa konsekuensi alamiah selalu ada dan akan menimpanya bukan dengan hukuman terhadapnya, seperti memperoleh nilai buruk jika tidak mau belajar.

Pada kegiatan ini, peneliti selaku konselor mengadakan penilaian terhadap konsep WDEP yang dibuat siswa untuk mencari rencana perbaikan dari perilaku tidak disiplin belajaryaitu dalam disiplin belajar siswa, siswa disadarkan bahwa apabila dia tidak mempunyai rasa disiplin belajar, maka secara tidak langsung dia akan menghancurkan dirinya sendiri secara pelan-pelan. Kegiatan ini adalah memberikan kenyataan kepada siswa mengenai apa konsekuensi yang akan didapatkan. Dalam konsep ini konselor penting untuk mengingatkan permasalahan siswa yang salah, tetapi tidak menjatuhkan hukuman.

METODE

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan penelitian, penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif dan dalam penelitian ini digunakan jenis pendekatan *pre experimental design* dengan *pre test* dan *post test one group design*, dengan rancangan satu kelompok subyek tanpa kelompok pembandingan

Subyek penelitian ini adalah siswa kelas VII di SMP Kemala Bayangkari Surabaya yang mengalami tingkat disiplin belajar yang rendah melalui pengisian angket disiplin belajar.

Teknik pengumpulan data sering disebut juga metode pengumpulan data yang diperlukan untuk mendapatkan data yang sesuai dengan variabel penelitian. Keberhasilan ini dapat diwujudkan dengan mendesain metode pengumpul data yang valid dan reliabel serta sesuai dengan apa yang dijadikan obyek penelitian. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket

Dari perhitungan di atas diperoleh r_{hitung} sebesar 0,863 kemudian dikonsultasikan dengan r_{tabel} dengan jumlah subyek $N= 32$ dengan taraf signifikan 5 % batas penolakan hipotesis nihil (H_0) yaitu 0,266 (tabel nilai r *Product Moment*). Dengan demikian r_{hitung} lebih besar r_{tabel} ($0,863 > 0,266$), sehingga instrumen angket disiplin belajar yang disusun dalam penelitian ini memiliki reliabilitas yang kuat/tinggi.1. Menghitung Skor disiplin belajar

Bagi setiap responden skor dengan jalan menjumlahkan skor item, skor keseluruhan merupakan skor dari disiplin belajar. Untuk mengukur tingkat disiplin belajar menggunakan kategori yaitu disiplin belajar tinggi, disiplin belajar sedang, dan disiplin belajar rendah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan angket disiplin belajar siswa pada pengukuran awal diketahui terdapat 6 siswa yang memiliki tingkat disiplin belajar yang rendah. Keenam siswa tersebut kemudian dijadikan subyek dalam penelitian

Selanjutnya keenam siswa itu mendapatkan perlakuan konseling kelompok realita untuk membantu siswa untuk mengembangkan perilaku bertanggungjawab yang tidak merugikan dirinya. Prosedur yang dilakukan dalam konseling kelompok realita adalah 5 tahapan dengan 6 sesi pertemuan yaitu pada pertemuan pertama merupakan sesi keterlibatan dan penstrukturan kelompok untuk membangun hubungan pribadi konselor dan anggota, pertemuan kedua merupakan sesi eksplorasi data, pertemuan ketiga dan keempat adalah tahap evaluasi perilaku konseli, pertemuan kelima yaitu merencanakan perilaku baru yang bertanggungjawab dan pertemuan keenam adalah evaluasi dan pemberian *post-test*.

Perbedaan skor *pre-test* dan *post-test* menunjukkan perubahan yang positif. Dari hasil analisis data dengan menggunakan uji tanda menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan tingkat disiplin belajar di kelas siswa sebelum dan sesudah penerapan konseling kelompok realita, diperoleh p (kemungkinan harga di bawah H_0) = 0,016. Bila taraf α (taraf kesalahan) sebesar 5% = 0,05, maka harga 0,016 lebih kecil daripada 0,05. Dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima. Berarti konseling kelompok realita dapat meningkatkan tingkat disiplin belajar siswa di sekolah. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh Rosyidan (1994) tentang tujuan konseling kelompok realita adalah : salah satu ancaman konseling yang bertujuan untuk membantu individu dalam mengubah perilakunya ke arah yang lebih baik, dimana salah satu perilaku yang tidak baik dalam kehidupan adalah pelanggaran disiplin di sekolah, karena dengan rendahnya disiplin belajar di kelas yang dilakukan siswa akan menimbulkan kesulitan pada siswa salah satunya tindakan sanksi yang tegas yang dilakukan oleh sekolah, kesan buruk yang disematkan guru pengajar dan temannya pada siswa tersebut. Menurut Glasser (2003) bahwa konsep inti dari konseling realita adalah mengajarkan tanggung jawab, konseli diharapkan dapat memenuhi kebutuhannya dengan membuat pernyataan dan saran mengenai cara-cara memecahkan masalah yang lebih efektif. Jadi konseling realita dapat berfungsi untuk mengajarkan tanggungjawab dan mengembangkan perilaku ke arah yang positif. Oleh karena itu dengan konseling realita ini diharapkan konseli dengan disiplin belajar rendah dapat ditingkatkan dengan membuat perencanaan perilaku bertanggungjawab yaitu disiplin belajar yang tinggi sehingga individu dapat berhubungan

sosial dengan baik dengan lingkungannya, terhindar dari permasalahan yang lain dan membentuk identitas sukses di masa depan.

Mereka pun menyadari bahwa perilaku yang tidak bertanggung jawab ini tidak mampu menunjang mereka untuk mencapai apa yang telah mereka inginkan. Dan mereka pun menyadari bahwa perilakunya telah menjadi penghambat pencapaian prestasi mereka di sekolah. Dari pemahaman baru ini, muncullah keinginan dari para anggota kelompok untuk berubah menjadi seseorang yang lebih bertanggung jawab dalam memenuhi segala keinginan mereka. Seperti yang dikemukakan oleh Glasser (Darminto, 2007:152) bahwa individu dapat mengubah perasaan, tindakan, dan nasib (kehidupannya) sendiri. Namun, itu dapat dilakukan jika manusia telah menerima tanggung jawab dan bersedia mengubah identitasnya.

Pemahaman baru yang dimiliki anggota kelompok dapat membantu mereka untuk mengatasi disiplin belajar mereka, sehingga pada akhirnya perasaan mereka dapat berubah. Dengan kesadaran yang mereka miliki tentang tanggung jawab, maka mereka dapat menghalau segala faktor-faktor yang dapat membuat mereka semakin disiplin belajar.

Selain itu, terdapat beberapa hasil penelitian terdahulu mengenai penerapan konseling kelompok realita yang mendukung, diantaranya adalah (1) Penelitian yang dilakukan Ristiningtias Indah Afrilliyah (2009) tentang mengurangi kebiasaan mencontek pada siswa dengan menggunakan konseling kelompok realita. Kesimpulan yang didapat dari penelitian ini adalah terjadi penurunan yang signifikan pada skor kebiasaan mencontek siswa sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok realita. Artinya siswa diajak untuk berpikir tentang kondisi yang harus dihadapi saat ini dan lebih fokus terhadap tingkah laku sekarang. Selain itu dalam penelitian ini siswa pun diajak untuk menilai benar atau salah tentang perilaku mereka dengan tujuan untuk membantu siswa untuk merencanakan tindakan untuk berubah dan memiliki keterampilan-keterampilan yang diperlukan untuk mengurangi rasa kebiasaan mencontek yang mereka miliki. (2) Penelitian Nova Mauluda (2011) mengenai penggunaan konseling kelompok realita untuk meningkatkan rasa disiplin belajar siswa dalam mengerjakan pekerjaan rumah di SMP Negeri 1 Kedungadem. Kesimpulannya adalah konseling kelompok realita efektif digunakan untuk meningkatkan rasa disiplin belajar. Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 1 Kedungadem dengan mengajak siswa untuk menilai perilaku kurang disiplin belajar benar atau salah, setelah mereka menyadari bahwa perilaku itu salah kemudian diajak merencanakan perilakunya yang bertanggung jawab, siswa diminta untuk berkomitmen melaksanakan rencana yang telah dibuat sendiri sehingga perilaku yang salah tersebut dapat diubah. Dengan demikian disiplin belajar dapat meningkat setelah dilakukan konseling kelompok realita. (3) Elly Nur Syavanah (2011) membuktikan bahwa konseling kelompok realita dapat meningkatkan disiplin belajar siswa. Kesimpulan yang diperoleh dari penelitian ini adalah terdapat perbedaan yang signifikan skor disiplin

belajar di sekolah siswa antara sebelum dan sesudah penerapan konseling kelompok realita. Hal ini berarti konseling kelompok realita dapat meningkatkan skor disiplin belajar siswa di sekolah sebab dengan konseling kelompok realita siswa diarahkan untuk menumbuhkan tanggung jawab bagi dirinya sendiri dengan memfokuskan pada tingkah laku sekarang dan lebih tertuju pada usaha membenahi kemajuan anggota dengan rencana-rencana untuk perubahan perilaku yang lebih bertanggung jawab dan realistis.

Dalam pelaksanaan strategi ini hambatan dalam pelaksanaan konseling kelompok realita ini adalah keterbatasan sarana ruang konseling kelompok yang kurang memadai, sehingga sekolah hanya menyediakan ruang perpustakaan untuk melaksanakan kegiatan konseling kelompok yang harus dimanfaatkan semaksimal mungkin dalam pelaksanaan penelitian.

Prosedur yang dilakukan dalam konseling kelompok realita adalah 5 tahapan dengan 6 sesi pertemuan yaitu pada pertemuan pertama merupakan sesi keterlibatan dan penstrukturan kelompok untuk membangun hubungan pribadi konselor dan anggota, pertemuan kedua merupakan sesi eksplorasi data, pertemuan ketiga dan keempat adalah tahap evaluasi perilaku konseli, pertemuan kelima yaitu merencanakan perilaku baru yang bertanggungjawab dan pertemuan keenam adalah evaluasi dan pemberian *pos-test*.

Perbedaan skor *pre-test* dan *post-test* menunjukkan perubahan yang positif. Dari hasil analisis data dengan menggunakan uji tanda menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan tingkat disiplin belajar di kelas siswa sebelum dan sesudah penerapan konseling kelompok realita, diperoleh p (kemungkinan harga di bawah H_0) = 0,016. Bila taraf α (taraf kesalahan) sebesar 5% = 0,05, maka harga 0,016 lebih kecil daripada 0,05. Dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima. Berarti konseling kelompok realita dapat meningkatkan tingkat disiplin belajar siswa di sekolah. Hal ini sesuai dengan yang di ungkapkan oleh Rosyidan (1994) tentang tujuan konseling kelompok realita adalah : salah satu ancangan konseling yang bertujuan untuk membantu individu dalam mengubah perilakunya ke arah yang lebih baik, dimana salah satu perilaku yang tidak baik dalam kehidupan adalah pelanggaran disiplin di sekolah, karena dengan rendahnya disiplin belajar di kelas yang dilakukan siswa akan menimbulkan kesulitan pada siswa salah satunya tindakan sanksi yang tegas yang dilakukan oleh sekolah, kesan buruk yang disematkan guru pengajar dan temannya pada siswa tersebut. Menurut Glasser (2003) bahwa konsep inti dari konseling realita adalah mengajarkan tanggung jawab, konseli diharapkan dapat memenuhi kebutuhannya dengan membuat pernyataan dan saran mengenai cara-cara memecahkan masalah yang lebih efektif. Jadi konseling realita dapat berfungsi untuk mengajarkan tanggungjawab dan mengembangkan perilaku ke arah yang positif. Oleh karena itu dengan konseling realita ini diharapkan konseli dengan disiplin belajar rendah dapat ditingkatkan dengan membuat perencanaan perilaku bertanggungjawab yaitu disiplin belajar yang tinggi sehingga individu dapat berhubungan sosial dengan baik dengan lingkungannya, terhindar dari

permasalahan yang lain dan membentuk identitas sukses di masa depan.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil uji coba dengan ahli media dan ahli materi diperoleh data kuantitatif dengan rerata prosentase dari validasi ahli media 84,5% dan rerata dari ahli materi 88,25%. Hal ini menunjukkan bahwa bahwa produk media video bahaya seks bebas di kalangan remaja berkategori sangat baik dan layak digunakan dalam kegiatan bimbingan untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang bahaya seks bebas bagi siswa kelas XI yang memiliki tingkat pemahaman bahaya seks bebas yang rendah. Hal tersebut diperkuat dengan analisis hasil data pretest dan posttest. Berdasarkan perhitungan menggunakan taraf 5% nilai t hitung yaitu (2,306) dan ternyata t hitung lebih besar dari t tabel yaitu (20,361 > 2,306).

Saran

Ada perbedaan tingkat disiplin belajar siswa di sekolah antara sebelum dan sesudah penerapan konseling kelompok realita” dapat diterima.

Hasil analisis per individu, diketahui ketujuh subjek penelitian mengalami peningkatan disiplin belajar. Mereka telah mampu mencurahkan perhatian penuh saat guru menerangkan, Membaca buku secara tekun, Mengikuti kegiatan pembelajaran dengan tertib, mencatat bahan bacaan secara rapi, Mengelola waktu belajar secara teratur, Mengendalikan diri agar dapat melaksanakan semua tugas belajar disekolah dengan baik.

Dengan demikian dengan adanya peningkatan skor antara *pre-test* dan skor *post-test* dapat disimpulkan bahwa penggunaan konseling kelompok realita dapat meningkatkan disiplin belajar di kelas pada subyek siswa kelas VII di SMP Kemala Bayangkari Surabaya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Charles. 2007. “ *Management Emosi* “. Yogyakarta: Think Press
- Corey, Gerald. 2009. “ *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* “. Bandung: PT.REFIKA ADITAMA
- Djamarah, Syaiful Bahri. 2002. “ *Psikologi Belajar* “. Jakarta: Rineka Cipta
- Djamarah, Syaiful bahri dan Aswan, Zain. 2002. *Strategi Belajar mengajar*. Jakarta: PT rineka Cipta.
- Djarwanto, PS. 2003. *Statistik Nonparametrik*. Yogyakarta: BPFE Yogyakarta.

- Djmhur, I dan Moh. Surya.1975.*Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*. Bandung: CV ilmu Bandung.
- Elly, Nur Syavanah 2011 *membuktikan bahwa konseling kelompok realita dapat meningkatkan disiplin belajar siswa yang ditandai dengan meningkatnya aspek pengendalian diri dan disiplin belajar*. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya: PPB FIP Unesa.
- Gie, Liang. 1984. “ *Cara belajar yang efisien* ”. Yogyakarta: Gajah Mada Unipress
- Gie, Liang. 2000. “ *Cara belajar yang efisien edisi keempat* ”. Yogyakarta: Gajah MadaUnipress
- Gunarsa, Singgih. 1995. *Psikologi Membimbing*. Jakarta : PT. BPK Gunung Mulia.
- Hadi, Sutrisno. 2004. *Statistik*. Jilid 2. Yogyakarta: Andi.
- Handayani, Nuri. 2008. *Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi Kelompok untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas UJP SMKN 4 Surabaya*. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya: PPB FIP Unesa.
- Hasibuan J.J, dan Moedjiono. 2006. *Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Hurlock, Elizabeth. 1993. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga
- Hurluck , B. Elizabeth. 2005. *Psikologi Perkembangan Anak*. Jakarta : PT. Gelora Aksara Pratama.
- Jurnal PPB Vol.11,2010:46. Surabaya: Unesa University Press.
- Kaluge, Laurens.2003. *Sendi-sendi Manajemen Pendidikan*. Surabaya: Unesa University Press.
- Kartono, Kartini. 1985. *Bimbingan dan Dasar-Dasar Pelaksanaannya*. Jakarta : CV. Rajawali
- Latipun. 2008. *Psikologi Konseling Edisi Keluarga*. UMM Press
- Mardiana, Tri. 2008. *Penggunaan Teknik Diskusi Kelompok dalam Bimbingna Kelompok untuk Meningkatkan Kemampuan 88 nunikasi Interpersonal Siswa Kelas X-H Cerme*. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya: PPB FIP Unesa.
- Mudjijo. 2001. *Kesehatan Mental*. Surabaya : UNESA University Press.
- Nugroho, Agung. *Sebab dan akibat pelanggaran tata tertib sekolah*. (online).(http ://obed_banget.by ethost.com/bkdept/STUDI%20 KASUS.doc,diakses 5 Mei 2012)
- 1) **Nurhayati, Siti. (2009). Pelaksanaan Tata Tertib Sistem Skoring Dalam Meningkatkan disiplin Siswa di SMP Negeri 20 Malang. (online).(http://karya-ilmiah.um.ac.id/index.php/PPKN/article/view/2721, diakses 10 April 2012)**
- Nursalim, M dan Suradi. 2002. *Layanan Bimbingan Dan Konseling*. Surabaya: Unesa University Press.
- Nova Mauluda 2011 *mengenai penggunaan konseling kelompok realita untuk meningkatkan rasa disiplin belajar siswa dalam mengerjakan pekerjaan rumah di SMP Negeri 1 Kedungadem*. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya: PPB FIP Unesa.
- Ristingintiyas Indah Afrilliyah 2009 *tentang mengurangi kebiasaan mencontek pada siswa dengan menggunakan konseling kelompok realita*. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya: PPB FIP Unesa.
- Roestiyah, N.K. 2001. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Saputro. Disiplin belajar (<http://digilib.unnes.ac.id> diakses tanggal 06 januari 2012).
- Singgih, Gunarsa.1982.” *Psikologi Untuk Membimbing*”.Jakarta:Gunung Mulia
- Slameto. 1995. “ *Belajar dan Faktor-Faktor yang mempengaruhinya* “. Jakarta: Rineka Cipta
- Schaefer, Charles. 1994. *Cara Efektif Mendidik dan Mendisiplinkan Anak*. Jakarta : Mitra utama
- Smanu1. *Tujuan dan manfaat tata tertib sekolah*, (online).(http://www. Smanu1-gresik. Sch. Id/new/profile ketertiban.htm, diakses 5 Mei 2012)
- Sobur, Alex. (2003). *Psikologi Umum*. Bandung : Pustak Setia
- Subari.1994. *Supervisi Pendidikan Dalam Rangka Perbaikan Situasi Mengajar*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Sudrajat, Ahmad. (2008). *Disiplin Siswa Di Sekolah*.(online). (<http://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/04/04/disiplin-siswa-di-sekolah/>, diakses 10 April 2012)
- Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.

- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sutrisno . Didiplin. (<http://jurnaljpi.files.wordpress.com> diakses tanggal 06 januari 2012)
- TIM MPDK. 1991. *Bimbingan dan Penyuluhan*. Surabaya: Univerity IKIP Surabaya.
- Tim Penyusun. 2006. *Panduan Penulisan dan Penilaian Skripsi*. Surabaya: Unesa University Press.
- Tu'u, Tulus. 2004." *Peran Disiplin pada perilaku dan Prestasi Siswa*". Jakarta : Grasindo
- Winkel, W.S dan Hastuti, Sri. 2006. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Yusuf, Syamsu dan Juntika Nurihsan. 2005. *Landasan bimbingan dan konseling*. Bandung.PT. Remaja Rosdakarya Offset.
- Zaini, Hisyam, dkk. 2008. *Strategi Pembelajaran Aktif*. Yogyakarta: Pustaka Insan Madani.