

PENERAPAN KONSELING KELOMPOK *SELF-MANAGEMENT* TERHADAP RENDAHNYA PERILAKU SOPAN SANTUN SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 1 PAPAR

KARTIKA PURNAMININGTYAS

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
Email : kartikapurnamingtyas16010014028@mhs.unesa.ac.id

EVI WININGSIH, S.Pd.,M.Pd.

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
Email : eviwiningasih@unesa.ac.id

Abstrak

Sopan santun adalah perilaku seseorang yang menjunjung tinggi hubungan akrab antar masyarakat, saling pengertian, saling menghormati, dan berakhlak mulia yang dianggap sebagai tuntunan perilaku sehari-hari masyarakat itu. Pada penelitian ini, peneliti meneliti rendahnya perilaku sopan santun di sekolah, yaitu meneliti siswa yang memiliki tingkat sopan santun yang rendah. Penelitian ini berfokus pada kelas VIII-D dan VIII-E di SMPN 1 Papar. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan perilaku sopan santun bagi siswa di sekolah agar dapat menggugah kesadaran siswa tentang pentingnya penanaman perilaku sopan santun agar dapat berupaya menjadi insan yang berkualitas setelah diberikan strategi *self management*.

Desain penelitian ini menggunakan pendekatan *Single Subject Design* dengan menggunakan desain A-B. teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu berupa observasi yang ditujukan pada empat subyek. Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan menunjukkan keempat subyek mengalami perubahan perilaku sehingga terdapat penurunan rata-rata skor untuk fase baseline maupun fase intervensi dan penurunan tersebut bersifat positif bagi subyek. Dapat disimpulkan terjadi perubahan perilaku sopan santun dari keempat subyek ME, VP, MZF, dan SAA setelah diberikan perlakuan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *self management*.

Kata Kunci: sopan santun, *self management*, konseling kelompok

Abstract

Polite is the behavior of a person who upholds intimate relations between people, mutual understanding, mutual respect, and noble character which is considered as a guide to the daily behavior of the community. In this study, researchers examined the low behavior of courtesy in schools, namely examining students who have a low level of courtesy. This research focuses on class VIII-D and VIII-E at SMPN 1 Papar. The purpose of this study is to improve the behavior of courtesy for students in schools in order to arouse student awareness about the importance of planting polite behavior so that they can strive to become quality human beings after beings given a self management strategy.

The design of this research uses the Single Subject Design approach using A-B design. The data collection techniques used are observations aimed at four subjects. Based on the results of the studies that have been conducted shows the four subjects experiencing a change in behavior so that there is a decrease in the average score for the baseline phase or the intervention phase and the decline is positive for the subject There may be a change in the manners of all four subjects of ME, VP, MZF, and SAA after being given group counseling treatment using self management Negeri Surabaya techniques.

Keywords: politeness, *self management*, counseling group

PENDAHULUAN

Bangsa Indonesia adalah bangsa yang memiliki beberapa keragaman, seperti perbedaan agama, suku, bahasa, ras. Dari ragam tersebut, terkadang dapat menimbulkan konflik atau permasalahan yang dapat mempengaruhi keharmonisan bangsa ini. Permasalahan yang sering muncul tersebut disebabkan adanya perbedaan sosial, politik, bahkan ekonomi. Sebagai contoh, banyak sekali masyarakat yang melakukan main hakim sendiri, tawuran pelajar, diskriminasi, bertutur kata jorok, kasar, arogan, kecurangan, dan berpakaian yang tidak sopan atau tidak pantas.

Pendidikan memiliki kontribusi dalam memulihkan kembali norma-norma yang sudah dibangun bangsa ini. Di era globalisasi saat ini, pendidikan masih belum sesuai untuk membangun dan memperkuat kualitas sumber daya manusia. Globalisasi ini memberikan pengaruh baik dan buruk bagi manusia. pengaruh baik globalisasi yang dapat mengakses apapun dengan mudah dan dapat meningkatkan pendidikan, namun ada beberapa pengaruh buruk dari globalisasi yaitu terjadinya perubahan akhlak yang menjadikan menurunnya nilai keimanan dan ketaqwaan dari beberapa individu, hal itu terjadi karena individu dapat dengan mudah mengakses konten negatif serta masuknya budaya luar.

Salah satu aspek yang dapat dilaksanakan agar karakter sumber daya manusia dipersiapkan sesuai dengan nilai-nilai bangsa Indonesia adalah melalui pendidikan. Menurut Maksudin (2013:45) pendidikan adalah usaha yang sudah disiapkan dalam proses pembimbingan dan pembelajaran agar individu dapat bertumbuh dan berkembang menjadi individu yang berilmu, mandiri, bertanggung jawab, kreatif, sehat, dan berakhlak mulia.

Namun pengaruh dari sekolah juga dapat memberi pengaruh baik dan tidak baik pengaruh baik dari sekolah ialah siswa mendapatkan pelajaran tentang pengetahuan umum, agama, budi pekerti luhur, kreatifitas, organisasi dan pendidikan formal dan informal lainnya. Namun ada juga pengaruh tidak baik dari sekolah yaitu dari pergaulan antar teman, siswa yang bergaul dengan teman yang berperilaku negatif maka ia akan terpengaruh oleh perilaku negatif temannya.

Menurut Suharti (2004:99) faktor lingkungan intern maupun ekstern yang mengelilingi individu dapat menentukan keberhasilan pendidikan sopan santun. Hal tersebut dikarenakan pendidikan sopan santun selalu berkaitan dengan hal lainnya dan tidak dapat berdiri sendiri. Hal yang sudah diakui oleh banyak orang, yaitu mengenai dugaan terkaitnya perilaku sopan santun di lingkungan keluarga dapat muncul perilaku tersebut di dalam lingkungan masyarakat, dan perilaku yang muncul

di lingkungan masyarakat dapat berpengaruh dengan perilaku dan hasil belajar di sekolah.

Dilihat dari dalam diri anak terdapat faktor perubahan yang mendorong anak agar lebih tertarik dalam pergaulan yang lebih luas. Semakin berkurangnya intensitas orang tua dan anak, serta lebih terasahnya bahasa dan pertumbuhan fisik anak yang membuat anak terdorong untuk memperluas pergaulan sosialnya. Dan juga minat anak untuk memperluas pergaulannya didapat saat anak mendapatkan pengalaman-pengalaman yang menyenangkan dengan teman sebayanya. Pada jenjang sekolah menengah pertama sangat perlu untuk membentuk perilaku anak, karena hal ini berpengaruh pada perkembangan pendidikan selanjutnya dan juga pada masa itu anak mengalami masa pubertas hingga rasa keingin taunya yang luas. Begitu pula perilaku sopan santun yang juga harus ditumbuhkan pada anak di jenjang sekolah menengah pertama, karena dalam berbagai kegiatan perlu adanya sosialisasi antar manusia. Perilaku sopan santun yang harus ditumbuhkan berupa berbudi pekerti luhur, tata karma, kesesuaian, peradaban.

Pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah dapat membentuk perilaku sopan santun siswa. menurut Nurihsan (2006:43) pelaksanaan bimbingan di sekolah yang antara lain bertujuan untuk: 1) menumbuhkan interaksi bermasyarakat yang baik dengan teman seusia, mampu bekerja sama secara grup, tidak membedakan teman lawan jenis, dan selalu menerima keputusan yang sudah dibuat secara kelompok/grup; 2) bersikap sopan santun dan bertanggung jawab, ikut serta dalam aktivitas yang diselenggarakan oleh sekolah maupun masyarakat, membantu teman yang mengalami kesulitan, mengasihi orang yang sangat membutuhkan, dan menjenguk teman yang sakit.

Perilaku sopan santun merupakan bentuk tingkah laku yang didapat dari lingkungan tempat tinggal atau lingkungan masyarakat sekitar yang menyebabkan perilaku tersebut menjadi baik atau buruk. Dalam konseling behavioral beranggapan bahwa perilaku lama dapat diganti dengan perilaku baru karena tingkah laku manusia dapat dipelajari, dan manusia berkemampuan menjadi sukses dalam hubungan sosialnya di waktu yang sekarang maupun dalam keseluruhan hidupnya adalah arti dari perilaku sopan santun yang karakter idividu dalam kehidupan sehari-harinya yang sesuai dengan kadar, tempat, waktu, dan kondisi lingkungan dari individu tersebut.

Dari penelitian ini menggunakan teknik konseling kelompok *self-management*. Menurut Cormier & Cormier (1985) menjelaskan bahwa strategi *self management* adalah pemberian teknik atau treatment kepada individu untuk mengarahkan sendiri perilaku yang ingin diubah yang bertujuan untuk mengubah perilakunya sendiri. Saat pelaksanaan konseling, konselor mengarahkan dan

mencontohkan tiga strategi *self-management*, yaitu *self monitoring*, *stimulus-control*, dan *self rewards*. Ketiga strategi itu saling berkaitan karena konseli mendapatkan pengarahan diri, mengubah atau agar dapat menghasilkan perubahan perilaku yang diharapkan konseli harus dapat mengendalikan anteeden atau konsekuensi. Dari penelitian ini diharapkan rendahnya perilaku sopan santun siswa dapat meningkat sesuai arahan dari siswa itu sendiri dan siswa dapat mencapai perubahan perilaku yang tepat.

Fenomena yang terjadi di Gresik yang diposting oleh detik.com pada 12 Februari 2019 tentang viralnya video siswa SMP tantang guru kelasnya di Gresik. Kejadian itu terjadi di SMP PGRI Wringinanom Gresik yang pelakunya adalah siswanya sendiri, siswa tersebut melakukan perbuatan tidak hormat kepada guru yang sedang mengajar dikelasnya. Siswa yang sedang mengenakan topi dikelas tiba-tiba saja memegang kepala gurunya yang sudah lumayan tua kemudian mendorong dan mencengkram kerah baju gurunya. Siswa tersebut seakan-akan hendak menantang dan memukul guru sambil memaki. Melihat perbuatan siswanya yang tidak sopan, bapak guru tersebut tidak melakukan perlawanan atau bahkan menegur muridnya dan bahkan siswa tersebut meneruskan sambil merokok di dalam kelas.

Dari fenomena tersebut tidak ada teman sekelas dari pelaku yang berusaha mencegah temannya yang berbuat tak pantas dengan guru kelasnya. Teman-teman sekelasnya hanya tertawa dan menyoraki melihat gurunya diperlakukan dengan tidak hormat oleh temannya.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada Januari 2020 dengan mewawancarai guru BK di SMP Negeri 1 Papar dan dengan melakukan pengamatan di kelas VIII B, D, E, H ada 4 siswa yang memunculkan perilaku yang tidak diinginkan (rendahnya perilaku sopan santun) di sekolah yaitu dari kelas VIII D dan VIII E. Ciri-ciri perilaku yang ditampakkan dan dari hasil wawancara dengan guru BK diantaranya: 1) kerap kali siswa berkata kasar dengan temannya, 2) siswa yang berani terhadap guru, 3) siswa yang sikapnya tidak bisa diatur, 4) siswa tidak meminta ijin saat akan memasuki atau keluar kelas disaat ada guru di kelas siswa, 5) menggunakan bahasa yang kurang sopan ketika berkomunikasi dengan guru, 6) bernada intonasi yang tinggi ketika berkomunikasi dengan guru, 7) kurang menghargai pendapat teman saat sedang berdiskusi. Ketujuh perilaku tersebut dapat mengganggu proses belajar mengajar siswa di sekolah.

Terkait dengan rendahnya perilaku sopan santun siswa di sekolah, peneliti bertujuan untuk membantu dan mendukung siswa untuk merubah perilaku yang lebih baik dengan pemberian layanan konseling kelompok strategi *self management* agar siswa dapat mengendalikan atau mengatur perilakunya sendiri kearah yang lebih baik dan sesuai dengan yang diharapkan. Dan saat berada di dalam kelas maupun di lingkungan sekolah, diharapkan siswa mampu meningkatkan perilaku sopan santunnya.

KAJIAN PUSTAKA

Perilaku sopan santun

Perilaku sopan santun adalah tuntunan perkumpulan dari aktivitas masyarakat dengan memunculkan aturan hidup dari masyarakat itu.. Zuriyah (2007:139) menjelaskan bahwa sopan santun adalah aturan bagi seseorang bersikap dan berperilaku dalam norma yang tidak tertulis. Menurut Taryati dalam Zuriyah (2007:71) sopan santun adalah suatu aturan yang sudah dikembangkan dan diturunkan dari nenek moyang dalam suatu budaya tertentu, agar manusia dapat bersosialisasi dengan baik dengan lingkungan sekitarnya.

Menurut Brown dan Levinson dalam Kightley (2009:512) sopan santun adalah sebuah strategi yang disusun agar mendapatkan citra diri dan keinginan untuk dihormati dalam bermasyarakat. Peran dari sopan santun yaitu agar manusia selalu berinteraksi dan memelihara keselarasan antar individu agar hubungan yang baik selalu terjaga (Sukarni 2010:60).

Terdapat tiga faktor yang dapat mempengaruhi perilaku sopan santun siswa, yaitu faktor orang tua, faktor lingkungan, dan faktor sekolah. Dan dapat dijelaskan sebagai berikut:

a. Faktor orang tua

Orang tua adalah agen sosialisasi yang paling berpengaruh pada perilaku anak, karena orang tua adalah guru pertama bagi anak. Sejak anak masih kecil, anak meniru ucapan dan perilaku orang-orang di sekitarnya. Oleh karena itu orang tua harus memberikan kebiasaan dan pelajaran yang baik, karena jika anak melakukan penyimpangan faktor utama penyebabnya adalah orang tua.

b. Faktor lingkungan

Dalam membentuk karakter dan kepribadian anak, terdapat kapasitas yang besar dari faktor lingkungan. Perilaku anak dapat dilihat dari lingkungan anak itu berasal, jika anak memiliki perilaku dan tumbuh dengan baik, kemungkinan besar anak berada dalam lingkungan yang harmonis. Begitu pula sebaliknya, jika anak melakukan perbuatan yang menyimpang, maka kemungkinan besar anak tersebut tumbuh dalam lingkungan yang tidak harmonis atau menyimpang.

c. Faktor sekolah

Faktor sekolah juga termasuk faktor yang mendominasi perubahan dan tumbuh kembang anak dalam berperilaku. Di sekolah siswa berinteraksi dengan guru, di sekolah guru tidak hanya memberikan pelajaran di kelas namun juga menjadi contoh bagi siswa. Siswa akan selalu mengingat perkataan dan perbuatan guru yang mereka dapat selama di sekolah. Maka dari itu guru juga harus memberikan contoh yang baik oleh siswanya. Akan tetapi jika dari guru dan teman sebayanya tidak memberikan contoh yang baik, maka siswa akan

terpengaruh pola pikirnya dan akan melakukan perbuatan menyimpang, misalnya tidak mendengarkan guru saat pelajaran, sering telat, atau sering berkata kotor.

Menurut B.F. Skinner yaitu seorang professor psikologi yang mengamati tingkah laku manusia dengan teori behaviorisme. Skinner menegaskan bahwa seharusnya mempelajari perilakunya secara ilmiah, karena keyakinan pada behaviorisme ilmiah yaitu manusia dapat mempelajari perilakunya sendiri walau tidak mengacu pada konsep kebutuhan insting atau motif.

dari lingkungan, perilaku manusia dapat terbentuk karena manusia adalah makhluk yang mudah dengan cepat merespon, oleh karena itu Skinner menekankan tingkah laku manusia bukan berasal pada pemahaman berfikir manusia. Teori behavior juga disebut dengan teori belajar karena perubahan perilaku manusia adalah hasil belajar. Behavior menekankan perubahan perilaku yang dikendalikan oleh faktor lingkungan dengan tidak mempersalahkan mengenai perilaku baik atau tidak baik.

Ciri-ciri teori behavior menurut Skinner yaitu dengan mengutamakan unsur-unsur yang bersifat menekan pada peran lingkungan, fokus dalam pengolahan reaksi dan respon, memfokuskan latihan, fokus dalam peranan hasil belajar yang terlihat dari perilaku yang diinginkan. Pada teori belajar ini, tingkah laku manusia yang dikendalikan dari penguatan ke lingkungan.

Dari ciri-ciri teori behavior Skinner tersebut, dalam rendahnya perilaku sopan santun dapat ditingkatkan dengan menggunakan latihan dengan satu strategi untuk merubah tingkah laku mereka sendiri, strategi yang tepat untuk perubahan perilaku tersebut yaitu dapat dengan menggunakan strategi *self-management*.

Self management

Menurut Komalasari (2011) strategi *self-management* adalah strategi latihan pemantauan diri dan pengendalian rangasangan dengan maksud untuk mengubah tingkah laku individu sesuai pengaturan dan pemantauan yang dilakukan oleh diri sendiri, serta pemberian penghargaan pada diri sendiri. Cormier dan Cormier (1985), menjelaskan bahwa *self-management* adalah strategi untuk individu berproses mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri. Dari pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa strategi *self-management* adalah suatu strategi yang digunakan untuk mengarahkan, mengontrol dan mengubah tingkah laku klien ke arah tingkah laku yang lebih efektif, dan juga sering diselaraskan dengan pemberian *self reward* atau penghargaan kepada diri sendiri.

Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok teknik *self-management* adalah suatu strategi konseling untuk membantu klien menganalisis tingkah laku baru dalam

memecahkan masalah dengan berfokus pada tingkah laku klien tersebut dan menerapkan teknik-teknik yang mengarah pada tindakan agar perilaku menyimpang berubah menjadi lebih baik. Dan juga perlunya seseorang untuk mampu menjadikan dirinya sebagai individu yang bermanfaat dan berkualitas dalam menjalani tujuan hidup. Karena dengan teknik *Self-management* individu dapat mendorong tindakanya sendiri dengan kegiatan positif sehingga individu terarah pola kehidupannya.

Gunarsa menyatakan tahapan teknik *self-management*, antara lain: 1) pengelolaan diri yang meliputi pengamatan pada diri sendiri (*self monitoring*), yaitu proses dimana individu berinteraksi dengan lingkungannya melalui pengamatan kepada dirinya sendiri. Dalam pengamatan diri ini individu mengendalikan penyebab terjadinya masalah (*antecedent*) dan menghasilkan konsekuensi dengan mengamati dan mencatat masalahnya sendiri. biasanya individu mengamati dan mencatat perilaku masalah. 2) pemberian reinforcement positif pada diri sendiri (*self reward*), digunakan untuk memperkuat dan mengatur perilaku individu dari hasil konsekuensi yang dilakukannya sendiri. Penghargaan pada diri sendiri ini digunakan agar individu mampu meningkatkan perilaku yang akan dicapai, hipotesis dasar dari teknik ini adalah bahwa dalam pelaksanaannya, penghargaan diri searah dengan penghargaan diri yang di kelola dari luar. Dengan kata lain, penghargaan yang dihadirkan sendiri sama dengan penghargaan yang dikelola dari luar, didefinisikan oleh fungsi yang mendesak perilaku sasaran. 3) melakukan kontrak perilaku dengan diri sendiri, dan 4) penguasaan terhadap rangsangan.

Menurut Miltenberger tahap-tahap *self-management*, antara lain : 1) melakukan komitmen dalam perubahan perilaku; 2) mendeskripsikan perilaku yang dituju; 3) memastikan tujuan yang akan dicapai dari program *self-management*; 4) mengaplikasikan rencana pengamatan diri; 5) menelaah anteseden dan konsekuensi dari perilaku target; 6) memilih dan menerapkan strategi *self-management*; 7) mengevaluasi perubahan dalam perilaku target; 8) mengevaluasi ulang strategi *self-management* jika perilaku target tidak berubah ke arah yang diinginkan; dan 9) menerapkan strategi yang sudah ditetapkan.

Langkah-langkah strategi *self management* menurut Cormier dan Cormier (1985), menyatukan lima karakteristik strategi dalam sebelas langkah *self management*, yaitu :

- Langkah 1 : konseli mengenali, mencatat perilakunya, mengontrol anteseden dan akibat
- Langkah 2 : konseli mengidentifikasi perilaku yang akan dicapai
- Langkah 3 : konselor memberi penggambaran mengenai strategi *self management*

Penerapan Konseling Kelompok *Self-Management* Terhadap Rendahnya Perilaku Sopan Santun Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Papar

- Langkah 4 : strategi yang dipilih konseli bisa lebih dari satu
- Langkah 5 : mengulas kesepakatan antara konselor dan konseli untuk melaksanakan langkah 2 dan 4
- Langkah 6 : konseli memilih strategi dan akan dicontohkan oleh konselor
- Langkah 7 : strategi yang sudah dicontohkan oleh konselor akan dipraktikkan oleh konseli
- Langkah 8 : penggunaan strategi dalam kondisi *in vivo*
- Langkah 9 : konseli mengingat penerapan *self management* dan perilaku yang diamati
- Langkah 10 : dari program yang sudah dilakukan konseli membuat perbaikan dan konselor mengulas kembali data konseli
- Langkah 11 : pengembangan kemajuan konseli terjadi karena hasil analisis penguatan data diri terhadap lingkungan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan peneliti adalah penelitian kuantitatif, yaitu suatu jenis penelitian ilmiah di mana peneliti memberikan pernyataan atau pertanyaan yang spesifik kepada konseli untuk mengumpulkan data-data yang dapat dikuantitatifkan dan dalam penelitian kuantitatif peneliti menentukan apa yang akan diteliti. Bentuk analisis yang di dapat berupa angka-angka yang dihitung menggunakan statistik dan melakukan penelitian dalam suatu cara yang objektif.

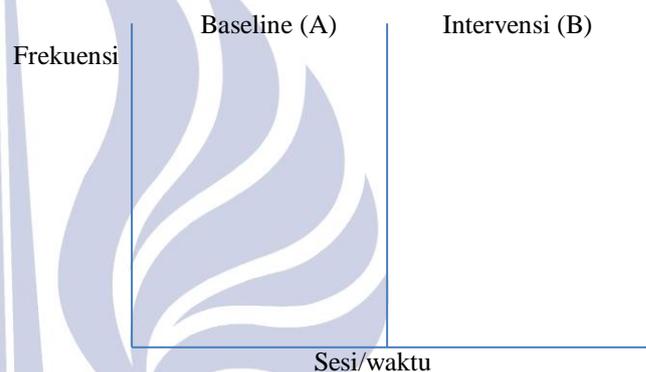
Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan desain eksperimental kasus tunggal (*single-case experimental design*). Desain eksperimen kasus tunggal, baik sampel kelompok maupun tunggal, dianggap paling tepat untuk digunakan dalam kasus tertentu, terutama jika perilaku yang diteliti tidak mungkin diambil rata-ratanya. Slamet dan Sumarmo Markam menjelaskan bahwa menurut Phares desain ekspreimental kasus tunggal adalah pengaktualisasian dari pendekatan behavioral, yang mengutamakan perilakunya, seperti yang dianjurkan dalam belajar operan (Latipun:2008). Dari beberapa kasus, sebagian dari individu di dalam kelompok tidak menunjukkan keadaan perilaku individu tersebut. Atau dapat dijelaskan bahwa dalam sebuah kelompok individu atau anggota kelompok tidak selalu mencerminkan sifat individu tersebut. Di dalam penelitian ini, untuk memahami jumlah perubahan yang terjadi pada variabel terikat dari hari ke hari, peneliti melakukan pengukuran yang sama secara berkala.

Suatu desain eksperimen kasus tunggal dibutuhkan serta perlu dilakukan penilaian keadaan awal guna fungsi dari prates. Keadaan awal atau *baseline* adalah fase sebelum pemberian treatment dengan melakukan pengukuran dari beberapa bagian perilaku subjek. Fase

keadaan awal adalah masa penilaian dalam penetapan fase *baseline*. Fungsi dari fase keadaan awal ada 2 yang pertama adalah fungsi deskriptif, yaitu fungsi untuk mengetahui keadaan alamiah subjek sebelum diberikan perlakuan atau treatment, dan yang kedua fungsi prediktif, yaitu perkiraan level dari penampilan (perilaku) subjek jika tidak ada intervensi. Menurut Sunanto (2005) fungsi dari *baseline* yaitu sebagai landasan pembandingan untuk menilai keefektifan suatu perlakuan.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan desain A-B withdrawal. Yang dimaksud dengan withdrawal design adalah membuktikan keefektifan perlakuan dengan meniadakan perilaku. Dalam desain eksperimental kasus tunggal, sebuah perilaku diukur (*baseline*), sebuah perlakuan diintroduksi (intervensi).

Desain penelitian A-B



Penelitian ini dilakukan pada siswa di kelas VIII-D dan VIII-E di SMP Negeri 1 Papar. Dan pada penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa observasi agar data yang didapat valid dan sesuai.

Observasi adalah pencatatan dan pengamatan terhadap gejala yang nampak pada subyek penelitian, sehingga observasi dilakukan secara langsung terhadap subyek yang akan diselidiki (Margono, 2009:158). Pemantauan dan penulisan yang dilakukan terhadap suatu subyek di tempat penelitian sehingga observasi dilakukan secara langsung terhadap subyek yang akan diselidiki. Teknik pengumpulan data dengan observasi dapat digunakan jika penelitian yang berhubungan dengan perilaku manusia, gejala-gejala alam, proses kerja.

Observasi fase *baseline* (A) ini dilakukan untuk mendapat data secara langsung mengenai banyaknya frekuensi siswa yang memiliki rendahnya perilaku sopan santun di fase *baseline* (A), dan dilakukan pengamatan rendahnya perilaku sopan santun secara terkontinyu dalam 5 kali pertemuan. Pengamatan berfokus dengan menghitung berapa kali siswa melakukan perilaku sopan santun yang rendah pada pembelajaran di sekolah yang berlangsung selama 5 kali pertemuan untuk mendapatkan hasil yang lebih relevan dan lebih tepat untuk mengamati perilaku rendahnya sopan santun.

Dalam pelaksanaan observasi akan dilakukan observai partisipan terstruktur. Sebelum penelitian berlangsung peneliti menyiapkan berbagai persiapan

Penerapan Konseling Kelompok *Self-Management* Terhadap Rendahnya Perilaku Sopan Santun Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Papar

seperti tujuan, waktu, alat dan aspek yang akan diamati dengan keterlibatan langsung dari peneliti.

Kisi-kisi pedoman observasi
Rubrik detail rendahnya perilaku sopan santun

Variabel	Indikator	Prediktor/ Pernyataan
Sopan santun	Sikap dan perilaku bergaul dengan guru	Tidak menyapa ketika bertemu dengan guru
		Tidak mencium tangan ketika bertemu dengan guru
		Disaat guru sudah di kelas tidak meminta ijin saat akan memasuki kelas
		Tidak meminta ijin guru jika akan keluar kelas
		Tidak memperhatikan saat guru menjelaskan materi pelajaran
		Tidak menggunakan bahasa Indonesia yang baik saat berbicara dengan guru
		Bernada intonasi yang tinggi saat berbicara dengan guru
		Melanggar tata tertib sekolah
		Membicarakan kekurangan guru
	Sikap dan perilaku bergaul dengan teman sebaya	Memanggil teman dengan nama julukan
		Tidak menghargai pendapat teman saat sedang berdiskusi
		Berkata kotor dan kasar saat berkomunikasi dengan teman
		Tidak meminta maaf jika berbuat salah dengan teman
		Menolak dengan kasar jika tidak menerima ajakan teman
	Menyela pembicaraan saat teman sedang berbicara	
	Membicarakan teman dengan teman lainnya	
	Menyebarkan keburukan teman	

Analisis data perlu dilakukan sebelum menarik kesimpulan penelitian design tunggal terfokus pada data individu dari pada data kelompok, dan pada penelitian kasus tunggal ini hanya menggunakan statistic deskriptif yang sederhana (Sunanto, 2005). Penggunaan teknik analisis data dengan teknik analisis statistik deskriptif yang meliputi analisis dalam kondisi dalam metode analisis visual grafik.

1. Analisis dalam kondisi

Menurut Sunanto (2005) Analisis visual dalam kondisi adalah analisis perubahan data dalam

kondisi, misalnya kondisi *baseline* maupun kondisi intervensi, faktor yang dianalisis yaitu:

a. Panjang kondisi

Banyaknya sesi dalam satu kondisi ditunjukkan dalam panjangnya kondisi yang dilihat dari besarnya poin atau skor yang muncul di setiap kondisi dan terpaut dengan penelitian dan tretamen yang dilakukan.

b. Kecenderungan arah

Untuk peneliti dalam bidang modifikasi perilaku untuk kecenderungan arah data pada suatu grafik sangat penting sebagai gambaran perilaku subyek yang diteliti. Dengan menggunakan kombinasi level dan trend, kecenderungan arah grafik (*trend*) dengan melakukan metode *split middle*, metode digunakan untuk menentukan kecenderungan grafik berdasarkan median. Metode ini menggunakan ukuran data secara pasti dan data yang didapat lebih *reliable*.

c. Kecenderungan stabilitas

Dalam memastikan stabilitas dapat dihitung menggunakan aturan: menghitung rentang dengan menggunakan kriteria stabilitas 15%, menghitung mean level, selanjutnya semua skor ditotal dan dibagi banyak point data yang ada. Menentukan batas mean level + setengah rentang stabilitas. Pengurangan setengah rentang stabilitas untuk menentukan batas bawah. Keadaan stabil jika presentase mencapai 80% sampai 90% dengan menentukan presentase stabilitas yang berada dalam rentang stabilitas, namun keadaan tidak stabil jika presentase kurang dari 80%.

d. Jejak data

Jejak data adalah perubahan suatu data ke data lainnya yang mengalami tiga kemungkinan, yaitu mendatar, menurun, dan naik. Penggambaran garis dari pengartian kondisi setiap fase merupakan ilustrasi dari kecenderungan jejak data.

e. Level stabilitas dan rentang

Menurut Sunanto (2005:94) ada dua jenis level (tingkat) stabilitas dan level (tingkat) perubahannya. Tingkat level stabilitas (level stability) menunjukkan derajat variasi besar kecilnya data. Data dikatakan stabil jika 80% sampai 90% data masih berada pada 15 % diatas dan dibawah mean, maka data tersebut dikatakan stabil. Untuk menentukan tingkat stabilitas data digunakan presentase penyimpangan mean sebesar (5, 10, 12 dan

Penerapan Konseling Kelompok *Self-Management* Terhadap Rendahnya Perilaku Sopan Santun Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Papar

15%). Presentase penyimpangan mean dipergunakan untuk menghitung stabilitas.

f. Level perubahan

Untuk memutuskan level perubahan suatu data, dapat dilakukan dengan cara menentukan besar data skor pertama dan terakhir dalam suatu kondisi, selanjutnya langkah kedua yaitu mengurangi data yang terbesar dengan data yang terkecil. Langkah terakhir yaitu menentukan selisih serta menunjukkan arah yang baik atau buruk suatu data untuk tujuan intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini data akan ditampilkan dalam bentuk tabel dan grafik hasil pengamatan fase *baseline* dan fase intervensi. Data tersebut merupakan hasil penelitian selama hari di kelas VIII-D dan VIII-E di SMPN 1 Papar, yang dimulai pada tanggal 7 Januari hingga 17 Februari 2020. Dalam penelitian ini terdapat dua fase, yaitu fase *baseline* (A) dan fase intervensi (B). Pada fase *baseline* (A) peneliti sudah menentukan empat subyek untuk dilakukan analisis frekuensi rendahnya perilaku sopan santun. Dan fase intervensi (B), yakni keempat subyek yang sudah ditentukan, diberikan perlakuan sesuai yang telah ditetapkan, pada fase ini dapat mengukur sejauh mana perubahan perilaku subyek saat diberikan treatment. Pada penelitian ini melibatkan dua orang peneliti sebagai penilai.

Berikut akan dijelaskan pengukuran pada fase *baseline* dari keempat subyek:

a. Pengukuran fase *baseline* pada subyek ME

Hari ke-	Jumlah frekuensi perilaku		Rata-rata frekuensi perilaku
	O1	O2	
A1	12	12	12
A2	11	11	11
A3	11	12	11,5
A4	12	12	12
A5	12	12	12
A6	12	11	11,5
A7	12	12	12
A8	13	12	12,5
A9	13	13	13

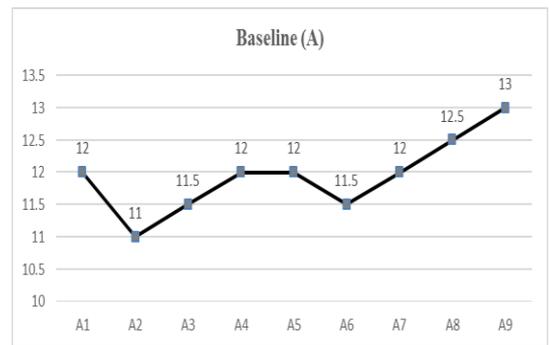
Keterangan :

O1 = Pengamat pertama

O2 = Pengamat kedua

Pengukuran fase *baseline* pada subyek ME yang sudah diamati oleh dua pengamat menunjukkan bahwa subyek ME mengalami rata-rata frekuensi perilaku yang cenderung naik turun. Data yang diperoleh pengamat 1 dan pengamat 2 (pengamat pembandingan) kemudian dilakukan perhitungan rerata frekuensi perilaku

sopan santun pada setiap sesinya. Perhitungan rerata ini dimaksudkan untuk mempermudah peneliti dalam memvisualisasikan hasil penelitian dalam bentuk grafik.



Dari data dalam grafik, rata-rata frekuensi mengalami ketidak stabilan pada subyek ME pada hari pertama sampai hari kesembilan dengan rata-rata frekuensi 12 pada hari pertama dan rata-rata frekuensi sebesar 13 pada hari ke Sembilan di fase pertama yaitu fase *baseline* (A).

b. Pengukuran fase *baseline* subyek VP

Hari ke-	Jumlah frekuensi perilaku		Rata-rata frekuensi perilaku
	O1	O2	
A1	12	11	11,5
A2	12	12	12
A3	11	11	11
A4	12	11	11,5
A5	11	11	11
A6	11	13	12
A7	13	13	13
A8	13	13	13
A9	13	13	13

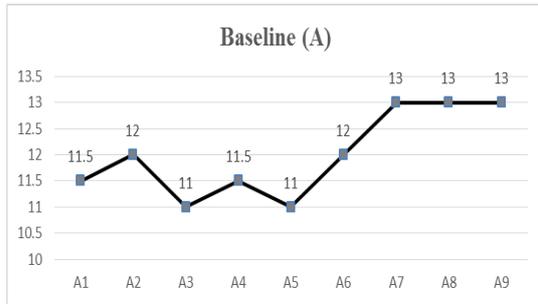
Keterangan:

O1 = Pengamat pertama

O2 = Pengamat kedua

Pengukuran fase *baseline* pada subyek VP yang sudah diamati oleh dua pengamat menunjukkan bahwa subyek VP mengalami rata-rata frekuensi perilaku yang cenderung naik turun. Data yang diperoleh pengamat 1 dan pengamat 2 (pengamat pembandingan) kemudian dilakukan perhitungan rerata frekuensi perilaku sopan santun pada setiap sesinya. Perhitungan rerata ini dimaksudkan untuk mempermudah peneliti dalam memvisualisasikan hasil penelitian dalam bentuk grafik.

Penerapan Konseling Kelompok *Self-Management* Terhadap Rendahnya Perilaku Sopan Santun Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Papar



Dari data grafik tersebut, rata-rata frekuensi subyek VP mengalami ketidak stabilan di setiap harinya, namun pada hari ke tujuh sampai sembilan rata-rata frekuensi stabil menjadi 13 pada fase *baseline* (A).

c. Pengukuran fase baseline subyek MZF

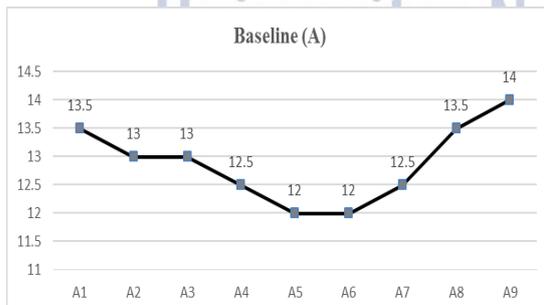
Hari ke-	Jumlah frekuensi perilaku		Rata-rata frekuensi perilaku
	O1	O2	
A1	13	14	13,5
A2	13	13	13
A3	13	13	13
A4	12	13	12,5
A5	12	12	12
A6	12	12	12
A7	12	12	12,5
A8	13	12	13,5
A9	14	14	14

Keterangan :

O1 = Pengamat pertama

O2 = Pengamat kedua

Pengukuran fase *baseline* pada subyek MZF yang sudah diamati oleh dua pengamat menunjukkan bahwa subyek MZF mengalami rata-rata frekuensi perilaku yang cenderung naik turun. Data yang diperoleh pengamat 1 dan pengamat 2 (pengamat pembandingan) kemudian dilakukan perhitungan rerata frekuensi perilaku sopan santun pada setiap sesinya. Perhitungan rerata ini dimaksudkan untuk mempermudah peneliti dalam memvisualisasikan hasil penelitian dalam bentuk grafik.



Dari data grafik tersebut, rata-rata frekuensi subyek MZF mengalami ke tidak stabilan skor pada hari kedua dan ketiga mengalami kesamaan skor yaitu 13 dan hari kelima dan keenam mendapatkan skor 12 lalu di hari terakhir yaitu hari kesembilan rata-rata

frekuensi menjadi 14 pada fase pertama yaitu fase *baseline* (A).

d. Pengukuran fase baseline subyek SAA

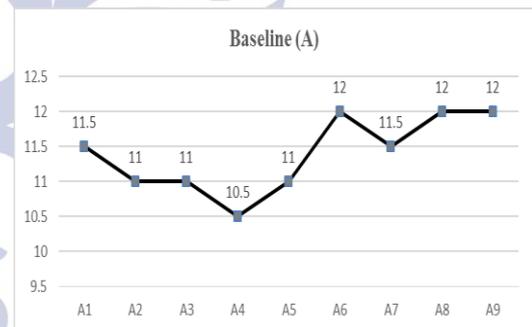
Hari ke-	Jumlah frekuensi perilaku		Rata-rata frekuensi perilaku
	O1	O2	
A1	11	12	11,5
A2	11	11	11
A3	11	11	11
A4	11	10	10,5
A5	11	11	11
A6	12	12	12
A7	12	11	11,5
A8	12	12	12
A9	12	12	12

Keterangan:

O1 = Pengamat pertama

O2 = Pengamat kedua

Pengukuran fase *baseline* pada subyek SAA yang sudah diamati oleh dua pengamat menunjukkan bahwa subyek SAA mengalami rata-rata frekuensi perilaku yang cenderung naik turun. Data yang diperoleh pengamat 1 dan pengamat 2 (pengamat pembandingan) kemudian dilakukan perhitungan rerata frekuensi perilaku sopan santun pada setiap sesinya. Perhitungan rerata ini dimaksudkan untuk mempermudah peneliti dalam memvisualisasikan hasil penelitian dalam bentuk grafik.



Dari data grafik tersebut, rata-rata frekuensi subyek SAA mengalami ke tidak stabilan pada hari kedua dan ketiga rata-rata frekuensi subyek sebesar 11 dan pada hari ke delapan hingga sembilan rata-rata frekuensi menjadi 12 pada fase *baseline* (A).

Berikut akan membahas hasil fase intervensi (B) pada keempat subyek:

a. Pengukuran fase intervensi subyek ME

Hari ke-	Jumlah frekuensi perilaku		Rata-rata frekuensi perilaku
	O1	O2	
B1	13	13	13
B2	12	11	11,5
B3	11	11	11
B4	11	11	11

Penerapan Konseling Kelompok *Self-Management* Terhadap Rendahnya Perilaku Sopan Santun Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Papar

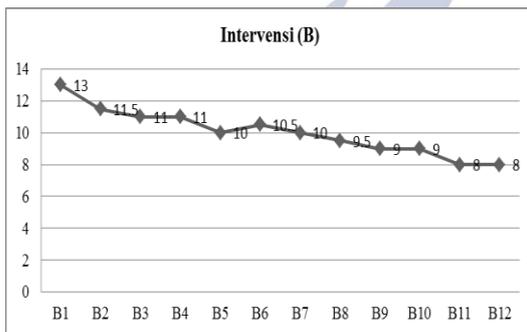
B5	10	10	10
B6	10	11	10,5
B7	10	10	10
B8	10	9	9,5
B9	9	9	9
B10	9	9	9
B11	8	8	8
B12	8	8	8

Keterangan:

O1 = Pengamat pertama

O2 = Pengamat kedua

Data hasil pengukuran intervensi yang diperoleh dari subyek ME, rata-rata frekuensi dari subyek mengalami penurunan di setiap harinya, penurunan rata-rata frekuensi pada fase intervensi bersifat positif bagi subyek.



Data pada grafik diatas dapat disimpulkan bahwa subyek ME memiliki rata-rata frekuensi yang menurun secara konsisten. Pada hari ke dua mengalami penurunan rata-rata frekuensi 11,5, hari ke tiga dan keempat turun menjadi 11, dan hari ke lima rata-rata frekuensi 10. Namun pada hari ke enam rata-rata naik menjadi 10,5. Dan hari ke tujuh hingga duabelas mengalami tingkat penurunan yang bersifat positif bagi subyek.

b. Pengukuran fase intervensi subyek VP

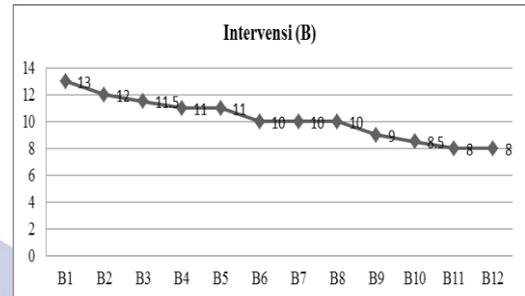
Hari ke-	Jumlah frekuensi perilaku		Rata-rata frekuensi perilaku
	O1	O2	
B1	13	13	13
B2	12	12	12
B3	12	11	11,5
B4	11	11	11
B5	11	11	11
B6	10	10	10
B7	10	10	10
B8	10	10	10
B9	9	9	9
B10	8	9	8,5
B11	8	8	8
B12	8	8	8

Keterangan :

O1 = Pengamat pertama

O2 = Pengamat kedua

Data hasil pengukuran intervensi yang diperoleh dari subyek VP, rata-rata frekuensi dari subyek mengalami penurunan di setiap harinya selama 12 hari dilakukan treatment, penurunan rata-rata frekuensi pada fase intervensi bersifat positif bagi subyek.



Data pada grafik diatas dapat disimpulkan bahwa subyek VP memiliki rata-rata frekuensi yang mengalami penurunan di setiap harinya. rata-rata frekuensi menurun dimulai pada hari ke dua yaitu sebesar 12 dan terus menurun hingga hari ke dua belas yaitu dengan rata-rata frekuensi 9.

c. Pengukuran fase intervensi subyek MZF

Hari ke-	Jumlah frekuensi perilaku		Rata-rata frekuensi perilaku
	O1	O2	
B1	14	14	14
B2	13	13	13
B3	13	13	13
B4	12	13	12,5
B5	12	12	12
B6	11	11	11
B7	10	10	10
B8	10	10	10
B9	9	8	8,5
B10	8	8	8
B11	8	8	8
B12	8	8	8

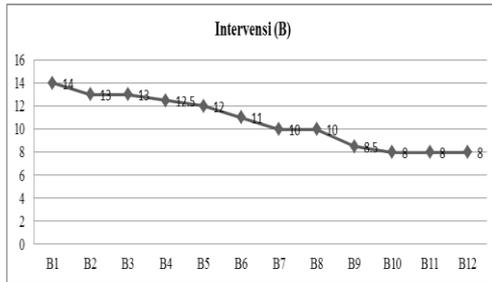
Keterangan :

O1 = Pengamat pertama

O2 = Pengamat kedua

Data hasil pengukuran intervensi yang diperoleh dari subyek MZF, rata-rata frekuensi dari subyek mengalami penurunan di setiap harinya selama 12 diberikan treatment, penurunan rata-rata frekuensi pada fase intervensi bersifat positif bagi subyek.

Penerapan Konseling Kelompok *Self-Management* Terhadap Rendahnya Perilaku Sopan Santun Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Papar



Data pada grafik diatas dapat disimpulkan bahwa subyek MZF memiliki rata-rata frekuensi yang terus mengalami penurunan di setiap harinya. Pada hari kedua rata-rata frekuensi sebesar 13 dan pada hari ke dua belas rata-rata frekuensi sebesar 8.

d. Pengukuran fase intervensi subyek SAA

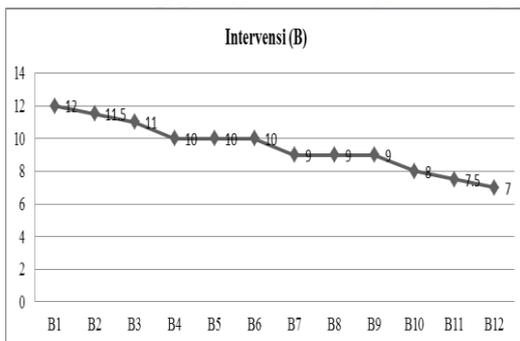
Hari ke-	Jumlah frekuensi perilaku		Rata-rata frekuensi perilaku
	O1	O2	
B1	12	12	12
B2	11	12	11,5
B3	11	11	11
B4	10	10	10,5
B5	10	10	10
B6	10	10	10
B7	9	9	9
B8	9	9	9
B9	9	9	9
B10	8	8	8
B11	7	8	7,5
B12	7	7	7

Keterangan :

O1 = Pengamat pertama

O2 = Pengamat kedua

Data hasil pengukuran intervensi yang diperoleh dari subyek SAA, rata-rata frekuensi dari subyek mengalami penurunan di setiap harinya, penurunan rata-rata frekuensi pada fase intervensi bersifat positif bagi subyek.

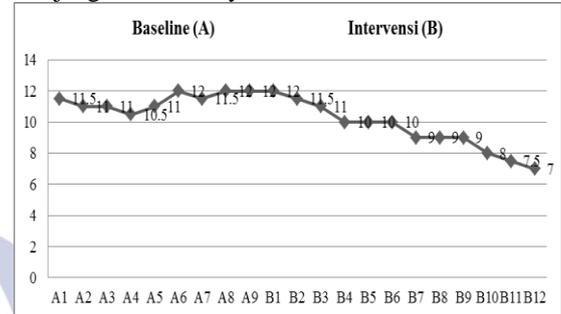


Berdasarkan dari data grafik yang sudah di peroleh, subyek SAA mengalami penurunan rata-rata frekuensi yang cenderung turun, pada hari ke dua rata-rata frekuensi sebesar 11,5, hari ke empat sampai enam memiliki rata-rata

frekuensi 10, di hari ke tujuh sampai Sembilan rata-rata frekuensi 9, dan di hari ke dua belas subyek memiliki rata-rata frekuensi sebesar 7.

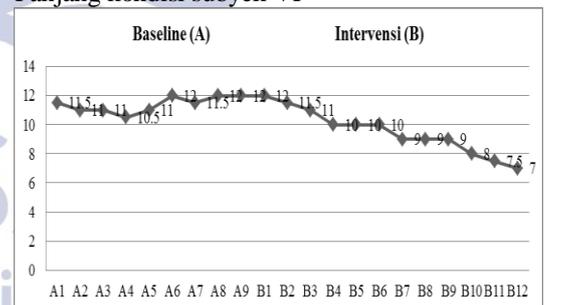
Data berikut akan menjelaskan kesimpulan panjang kondisi dari setiap subyek pada fase baseline dan fase intervensi :

a. Panjang kondisi subyek ME



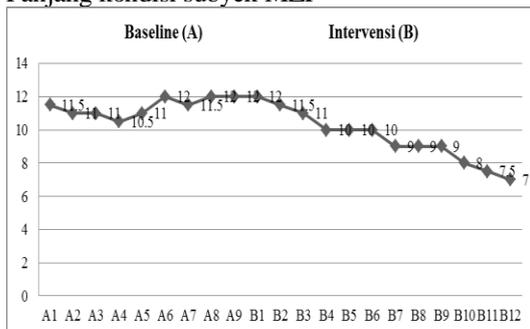
Kesimpulan dari grafik diatas, panjang kondisi dari subyek ME dapat dilihat dari rata-rata frekuensi yang mengalami naik turun pada hari pertama dengan rata-rata frekuensi 13, hari keempat rata-rata frekuensi 12, hari ke tujuh rata-rata frekuensi 12, dan hari ke Sembilan naik menjadi 13 di fase *baseline* (A). Subyek mengalami kenaikan rata-rata di fase *baseline* (A), karena selisih skor tidak terlalu jauh maka dapat dikatakan subyek masih dalam keadaan stabil, dan rata-rata frekuensi subyek menurun dimulai pada hari kedua yang memiliki rata-rata frekuensi 11,5 dan untuk hari ke dua belas subyek memiliki rata-rata frekuensi 8 pada fase intervensi (B).

b. Panjang kondisi subyek VP



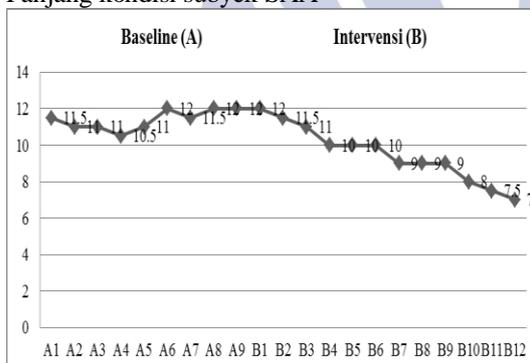
Berdasarkan data grafik diatas, panjang kondisi dari subyek VP mengalami ketidak stabilan rata-rata frekuensi, pada hari pertama rata-rata frekuensi perilaku sebesar 11,5, hari ke enam rata-rata frekuensi 12, dan pada hari ke sembilan rata-rata frekuensi perilaku sebesar 13 di fase *baseline* (A). Dan subyek cenderung menurun dimulai dari hari ke dua fase intervensi dengan rata-rata frekuensi 12, sampai hari ke dua belas subyek mendapatkan rata-rata frekuensi sebanyak 8 di fase intervensi (B).

c. Panjang kondisi subyek MZF



Berdasarkan data grafik diatas subyek MZF mengalami kestabilan rata-rata frekuensi pada hari ke lima dan ke enam dengan rata-rata frekuensi 12, dan mengalami kenaikan di hari ke 9 yaitu memiliki rata-rata frekuensi sebesar 14 di fase *baseline* (A). Dan rata-rata frekuensi di fase intervensi (B) subyek MZF mengalami penurunan pada hari ke dua dan ke tiga dengan rata-rata frekuensi sebesar 13, sampai hari ke dua belas dengan rata-rata frekuensi sebesar 8.

d. Panjang kondisi subyek SAA



Berdasarkan data grafik diatas subyek SAA memiliki rata-rata frekuensi perilaku yang mulai stabil pada hari ke dua dan kelima dengan rata-rata frekuensi 11, dan hari ke sembilan dengan rata-rata frekuensi sebesar 12 di fase *baseline* (A). Dan pada fase intervensi (B) rata-rata frekuensi mengalami penurunan di hari ke dua dengan rata-rata 11,5 dan pada hari ke dua belas memiliki rata-rata frekuensi sebesar 7.

Kecenderungan stabilitas pada keempat subyek ME, VP, MZF, SAA dengan menggunakan kriteria stabilitas 15%. Langkah-langkahnya akan dijelaskan sebagai berikut

a. Fase *baseline* (A)

1. Menentukan rentang stabilitas

Rumus yang digunakan untuk mengukur rentang stabilitas yaitu skor tertinggi data dikalikan dengan kriteria stabilitas.

- Rentang stabilitas subyek ME
 $13 \times 0,15 = 1,95$
- Rentang stabilitas subyek VP
 $13 \times 0,15 = 1,95$
- Rentang stabilitas subyek MZF
 $14 \times 0,15 = 2,1$
- Rentang stabilitas subyek SAA

$$12 \times 0,15 = 1,8$$

2. Menentukan mean level subyek

- Mean subyek ME
 $\frac{12+11+11,5+12+12+11,5+12+12,5+13}{9}$
 $= 11,94$
- Mean subyek VP
 $\frac{11,5+12+11+11,5+11+12+13+13+13}{9}$
 $= 12$
- Mean subyek MZF
 $\frac{13,5+13+13+12,5+12+12+12,5+13,5+14}{9}$
 $= 12,8$
- Mean subyek SAA
 $\frac{11,5+11+11+10,5+11+12+11,5+12+12}{9}$
 $= 11,38$

3. Menentukan batas atas

Untuk menentukan batas atas data *baseline* yaitu dengan cara menentukan mean level dari data per subyek ditambah setengah rentang stabilitas.

- Batas atas subyek ME
 $11,94 + \frac{1}{2} 1,95 = 12,9$
- Batas atas subyek VP
 $12 + \frac{1}{2} 1,95 = 12,9$
- Batas atas subyek MZF
 $12,8 + \frac{1}{2} 2,1 = 13,7$
- Batas atas subyek SAA
 $11,38 + \frac{1}{2} 1,8 = 12,28$

4. Menentukan batas bawah

Menentukan batas bawah suatu data dengan melakukan perhitungan mean level dikurangi setengah rentang stabilitas.

- Batas bawah subyek ME
 $11,94 - \frac{1}{2} 1,95 = 10,96$
- Batas bawah subyek VP
 $12 - \frac{1}{2} 1,95 = 11,05$
- Batas bawah subyek MZF
 $12,8 - \frac{1}{2} 2,1 = 11,75$
- Batas bawah subyek SAA
 $11,38 - \frac{1}{2} 1,8 = 10,48$

5. Menghitung presentase data poin pada kondisi *baseline*

Presentase stabilitas = $\frac{\text{jumlah data poin dalam rentang} \times 100 \%}{\text{jumlah data poin}}$

- Presentase data poin subyek ME
 $\frac{7}{9} \times 100 \% = 77,7 \%$
- Presentase data poin subyek VP
 $\frac{8}{9} \times 100 \% = 88,8 \%$

- Presentase data poin subyek MZF
 $\frac{8}{9} \times 100\% = 88,8\%$
- Presentase data poin subyek SAA
 $\frac{8}{9} \times 100\% = 88,8\%$

b. Fase intervensi (B)

1. Menentukan rentang stabilitas
 Rumus yang dipergunakan untuk mengukur rentang stabilitas yaitu skor tertinggi data dikalikan dengan kriteria stabilitas.

- Rentang stabilitas subyek ME
 $13 \times 0,15 = 2$
- Rentang stabilitas subyek VP
 $13 \times 0,15 = 1,95$
- Rentang stabilitas subyek MZF
 $14 \times 0,15 = 2,1$
- Rentang stabilitas subyek SAA
 $12 \times 0,15 = 1,8$

2. Menentukan mean level subyek

- Mean subyek ME

$$\frac{13+11,5+11+11+10+10,5+10+9,5+9+9+8+8}{12}$$

$$= 10$$
- Mean subyek VP

$$\frac{13+12+11,5+11+11+10+10+10+9+8,5+8+8}{12}$$

$$= 9,3$$
- Mean subyek MZF

$$\frac{13+12+11,5+11+11+10+10+10+9+8,5+8+8}{12}$$

$$= 9,3$$
- Mean subyek SAA

$$\frac{12+11,5+11+10+10+10+9+9+9+8+7,5+7}{12}$$

$$= 8,6$$

3. Menentukan batas atas
 Untuk menentukan batas atas dari intervensi, dengan cara menentukan mean level dari data per subyek ditambah setengah rentang stabilitas.

- Batas atas subyek ME
 $10 + \frac{1}{2} 2 = 11$
- Batas atas subyek VP
 $9,3 + \frac{1}{2} 1,95 = 10,27$
- Batas atas subyek MZF
 $10,6 + \frac{1}{2} 2,1 = 11,65$
- Batas atas subyek SAA
 $8,6 + \frac{1}{2} 1,8 = 9,5$

4. Menentukan batas bawah
 Menentukan batas bawah suatu data dengan melakukan perhitungan mean level dikurangi setengah rentang stabilitas.

- Batas bawah subyek ME
 $10 - \frac{1}{2} 2 = 9$
- Batas bawah subyek VP
 $9,3 - \frac{1}{2} 1,95 = 8,32$
- Batas bawah subyek MZF
 $10,6 - \frac{1}{2} 2,1 = 9,55$
- Batas bawah subyek SAA
 $8,6 - \frac{1}{2} 1,8 = 7,7$

5. Menghitung presentase data poin pada kondisi intervensi

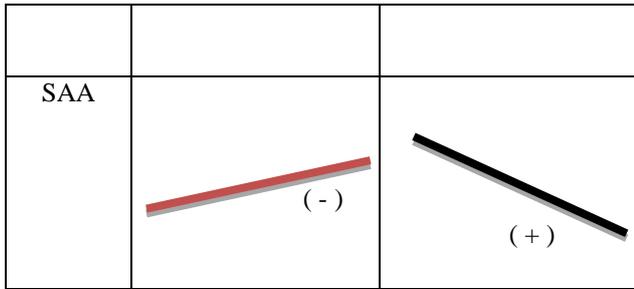
- Banyaknya data poin dalam rentang X 100 %
- Presentase data poin subyek ME
 $\frac{10}{12} \times 100\% = 83\%$
 - Presentase data poin subyek VP
 $\frac{10}{12} \times 100\% = 83\%$
 - Presentase data poin subyek MZF
 $\frac{10}{12} \times 100\% = 83\%$
 - Presentase data poin subyek SAA
 $\frac{10}{9} \times 100\% = 83\%$

Menurut Sunanto (2005:94) suatu data dinyatakan stabil jika memiliki rentang tingkat stabilitas antara 80% sampai 90%. Data dari subyek ME memiliki presentase kestabilan 77,7%, data subyek VP, MZF, dan SAA memiliki presentase kestabilan yang sama dan lebih tinggi dari subyek ME yaitu sebesar 88,8% pada fase *baseline*, pada fase intervensi keempat subyek ME, VP, MZF, SAA memiliki presentase subyek yang sama yaitu sebesar 83%. Dapat disimpulkan nilai stabilitas keempat subyek di fase *baseline* dan fase intervensi memiliki kestabilan 77% dan diatas 80%.

Sedangkan jejak data pada keempat subyek ME, VP, MZF, SAA digambarkan dalam bentuk tabel, yaitu :

Subyek	Baseline (A)	Intervensi (B)
ME	 (-)	 (+)
VP	 (-)	 (+)
MZF	 (-)	 (+)

Penerapan Konseling Kelompok *Self-Management* Terhadap Rendahnya Perilaku Sopan Santun Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Papar



Jejak data perilaku rendahnya sopan santun dari keempat subyek ME,VP,MZF, dan SAA mengalami kenaikan yang bersifat negatif di fase *baseline* (A), namun keempat subyek mengalami penurunan yang bersifat positif di fase intervensi (B).

Diperoleh perbandingan tingkat perubahan yang membuktikan besarnya perubahan data dalam setiap kondisi, dari keempat subyek yakni fase *baseline* dan fase intervensi dapat dilihat dari tabel berikut :

Data stabilitas baseline (A)

Subyek	Data skor pertemuan terakhir <i>baseline</i>	Data skor pertemuan pertama <i>baseline</i>	Hasil stabilitas
ME	13	12	1
VP	13	11,5	1,5
MZF	14	13,5	0,5
SAA	12	11,5	0,5

Berdasarkan rekapitulasi data diatas dapat dijelaskan bahwa subyek ME rata-rata perilaku rendahnya sopan santun mengalami tingkat kestabilan. Untuk subyek VP selama fase baseline juga mengalami peningkatan kestabilan. Serta subyek MZF dan SAA memiliki rata-rata perilaku rendahnya sopan santun yang sama-sama stabil.

Data stabilitas intervensi (B)

Subyek	Data skor pertemuan terakhir intervensi	Data skor pertemuan pertama intervensi	Hasil stabilitas
ME	8	13	-5
VP	8	13	-5
MZF	8	14	-6
SAA	7	12	-5

Berdasarkan hasil rekapitulasi data diatas dapat dijeaskan bahwa perubahan perilaku subyek ME, VP, MZF, dan SAA menurun. Subyek ME masih mengalami kenaikan rata-rata frekuensi pada pertemuan fase pertama intervensi, namun rata-rata berkurang menjadi 8 pada pertemuan hari ke 12. Subyek yang kedua yaitu VP mempunyai kesamaan rata-rata perilaku dengan subyek ME, yaitu rata-rata subyek berkurang pada hari ke 12 dengan rata-rata 8 dari rata-rata 13 di hari pertama intervensi. Subyek yang ketiga MZF pada pertemuan pertama fase intervensi memiliki rata-rata perilaku 14 dan mengalami penurunan rata-rata menjadi 8 di hari ke 12, subyek MZF memiliki tingkatan penurunan

lebih tinggi 1 poin dari subyek ME dan subyek VP. Subyek yang terakhir yaitu SAA yang memiliki rata-rata perilaku 12 pada pertemuan pertama fase intervensi lalu mengalami penurunan di hari ke 12 rata-rata frekuensi menjadi 7.

Pada fase intervensi dengan memberikan layanan konseling kelompok menggunakan strategi *self-management*, peneliti memulai dengan memberi penjelasan kepada masing-masing siswa atau subyek penelitian agar mereka dapat meningkatkan perilaku sopan santun dengan guru dan teman sebaya di sekolah. Konselor memberikan pengantar yang bersifat positif dan membangun sehingga konseli terlihat menerima baik kehadiran konselor, konseli juga merasa nyaman saat menceritakan permasalahannya kepada konselor. Agar pelaksanaan konseling kelompok berjalan sesuai rencana dan mendapatkan hasil yang diinginkan peneliti menayakan kesediaan konseli mengikuti kegiatan sampai selesai, konseli juga mengatakan bahwa dirinya berniat ingin meningkatkan perilaku sopan santun di sekolah.

Komalasari, dkk (2011:180) menjelaskan pengertian dari *self management* adalah strategi perubahan perilaku yang melibatkan individu tersebut dalam mengubah perilakunya. Artinya dengan strategi *self management* diharapkan individu dapat mengatur dirinya sendiri karena pada strategi tersebut individu terlibat langsung dalam komponen dasar. Liang Gie (2000:77) menjelaskan bahwa *self management* adalah bentuk dorongan kepada diri sendiri agar individu dapat maju, dan dapat mengelola karakter untuk mencapai kehidupan yang baik, berkembang dan terarah. Lalu menurut Prijsaksono dan Sembel (2003) *self management* memiliki beberapa fungsi yaitu, menurunnya tingkat dari emosi, kecemasan, ketakutan, stress dan rasa percaya diri meningkat, serta kemampuan pembelajaran yang sesuai dengan yang diharapkan.

Dalam penelitian ini, peneliti menajuk pada penelitian relevan yang terdahulu dengan penelitian yang akan dilaksanakan saat ini, yang pertama penelitian yang dilakukan oleh Ira Kamal Pasaribu pada tahun 2017 dengan judul Pengaruh Bimbingan Kelompok Terhadap Sopan Santun Siswa Kelas XI MAS PP Irsyadul Islamiyah Tanjung Medan Kabupaten Labuhan batu Selatan. Hasil penelitian menyimpulkan Layanan bimbingan kelompok yang dilaksanakan di MAS PP Irsyadul Islamiyah Tanjung Medan Kabupaten Labuhanbatu Selatan yaitu perilaku sopan santun siswa kelas XI MAS PP Irsyadul Islamiyah Tanjung medan Kabupaten Labuhanbatu Selatan cenderung rendah (tidak baik, yakni dengan nilai rata – rata *Pre-test* sebesar 66,2 sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok. Perilaku sopan santun siswa kelas XI MAS PP Irsyadul Islamiyah Tanjung Medan Kabupaten Labuhanbatu Selatan mendapatkan nilai post-test yang meningkat, yakni dengan nilai *Post-test* sebesar 85,8 setelah mendapat layanan bimbingan kelompok. perilaku sopan santun siswa kelas XI MAS PP Irsyadul Islamiyah Tanjung Medan Kabupaten Labuhanbatu Selatan mengalami pengaruh yang signifikan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok, yakni dapat dilihat dari hasil uji hipotesis atau uji t sebesar $80,028 > 2,001$.

Penerapan Konseling Kelompok *Self-Management* Terhadap Rendahnya Perilaku Sopan Santun Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Papar

Penelitian yang kedua yaitu dilakukan oleh Shinta Wahyu dengan judul Pendekatan Konseling Humanistik untuk Meningkatkan Sikap Sopan Santun pada Siswa Kelas VIII H SMP Negeri 17 Surakarta Tahun Pelajaran 2014/2015. Dari hasil penelitian yang dilakukan pada siswa kelas VIII H SMP Negeri 17 sikap sopan santun siswa meningkat dengan menerapkan layanan konseling humanistik, saat sebelum pemberian layanan konseling humanistik sikap sopan santun siswa masih rendah yang ditunjukkan dengan siswa tidak berkata jujur, kurang menghormati kepada orang tua dan guru serta kurang mentaati tata tertib sekolah, namun setelah diberikan layanan konseling humanistik siswa mengalami perubahan kearah yang lebih baik serta dengan meningkatnya sikap sopan santun siswa yang ditunjukkan dengan siswa berkata jujur, sudah menghormati kepada orang tua dan guru serta sudah mentaati tata tertib sekolah.

Dalam penelitian ini, peneliti memakai proses konseling kelompok untuk mengumpulkan data dari subyek yang sudah ditentukan yaitu subyek ME, VP, MZF, dan SAA. Data yang di dapat langsung oleh peneliti di lapangan adalah data yang akan di teliti selama proses penelitian yang terjadi di lapangan. Pemberian treatment konseling kelompok dengan strategi *self management* dilakukan selama 7 kali pertemuan. Penerapan konseling kelompok yang dilakukan oleh konselor kepada subyek penelitian dijalankan sesuai dengan tahapan yang sudah di tetapkan.

Berdasarkan penjelasan teknik *self management* maka peneliti melakukan proses konseling kelompok dengan memberikan lembar kerja kepada masing-masing subyek penelitian. Peneliti menggali informasi kepada subyek mengenai apa penyebab ia memiliki perilaku sopan santun yang rendah. Peneliti mendapatkan informasi langsung dari subyek mereka memiliki faktor penyebab yang hampir sama sampai dirinya memiliki perilaku sopan santun yang rendah.

Subyek yang pertama yaitu ME mengatakan bahwa ia melakukan perilaku sopan santun yang rendah saat ia dimarahi guru karena tidak mengerjakan tugas subyek ME menjawabnya dengan bahasa jawa ngoko, karena ia merasa malas untuk mengerjakan tugas sekolah sehingga membuat beberapa guru kesal dengan subyek ME. Subyek sering memukuli meja sambil bernyanyi dan banyak mengobrol di kelas saat pelajaran berlangsung, subyek juga sering keluar kelas tanpa izin guru.

Subyek yang kedua yaitu VP mengatakan bahwa ia juga sering memukuli meja dan bernyanyi saat pelajaran berlangsung, subyek VP juga banyak mengobrol saat guru memberikan materi pelajaran, itu dilakukan karena subyek merasa bosan dengan pelajaran di sekolah. Subyek mengatakan jika ia sering mengobrol dengan guru dengan bahasa jawa ngoko dan kadang juga bersikap kurang sopan dengan guru. Perilaku subyek VP dengan teman sebayanya terutama di kelas, subyek sering membentak-bentak temannya jika perilaku temannya tidak sesuai dengan apa yang dia maksud.

Subyek ketiga yaitu MZF sering berbicara di kelas saat pelajaran dan saat guru menjelaskan pelajaran, lalu juga memukuli meja sambil bernyanyi saat pelajaran, kadang juga berani bercandain guru dan mengusili teman sekelas karena ikut-ikutan teman. Subyek MZF saat

berbicara nada bicaranya selalu tinggi oleh karena itu banyak teman-temannya yang sering berdebat dengannya, tapi subyek merasa jika nada suaranya normal saja.

Subyek keempat yaitu SAA mengatakan bahwa subyek sering pergi ke kantin saat jam pelajaran tanpa izin dari guru, subyek merasa jika ia sering guyon dengan guru tertentu seperti layaknya guyon dengan teman menggunakan bahasa jawa ngoko, dan subyek juga terlalu banyak bicara di kelas saat pelajaran berlangsung yang membuat kelas menjadi tidak kondusif.

Penelitian design tunggal terfokus pada data individu daripada data kelompok dalam analisis kuantitatif, dan pada penelitian kasus tunggal ini hanya menggunakan statistik deskriptif yang sederhana (Sunanto,2005). Penelitian ini menggunakan teknis analisis analitik sederhana yang menggunakan metode analisis visual grafik yang terdiri dari analisis dalam kondisi. Untuk melihat dan menganalisis data dalam single subject dapat dilihat dari penggunaan perubahan level dan tren.

Fase stabilitas dan rentang ditulis seperti menentukan perhitungan kecenderungan stabilitas yang telah dilakukan dan menambahkan rentang perilaku sopan santun pada awal dan akhir fase baseline sebanyak berapa kali dan fase intervensi sebanyak berapa kali. Level perubahan untuk mengurangi rendahnya perilaku sopan santun yang dilakukan.

Dari hasil penelitian keempat subyek mengalami perubahan tingkah laku, sehingga pada fase *baseline* dan fase intervensi terdapat penurunan rata-rata skor. Subyek pertama yaitu ME di fase *baseline* subyek memiliki rata-rata skor 11,94, pada fase intervensi rata-rata skor subyek sebesar 10. Subyek yang kedua yaitu VP pada fase *baseline* memiliki rata-rata skor 12, pada fase intervensi rata-rata skor 9,3. Subyek yang ketiga yaitu MZF pada fase *baseline* memiliki rata-rata skor 12,8, pada fase intervensi rata-rata skor 10,6. Subyek yang terakhir yaitu SAA pada fase *baseline* memiliki rata-rata skor 11,38, pada fase intervensi rata-rata skor 8,6. Data tersebut membuktikan bahwa keempat subyek mengalami penurunan pada fase intervensi dan penurunan perilaku bersifat positif bagi subyek.

Hambatan yang dialami peneliti saat melakukan penelitian adalah sulitnya menentukan jadwal konseling tiap konseli, sering sekali salah satu konseli tidak masuk sekolah karena sakit karena teknik yang digunakan konseling kelompok maka anggota kelompok saat sesi konseling harus selalu lengkap. Hambatan yang kedua yaitu konseli terkadang sulit berkonsentrasi saat dijelaskan mengenai teknik *self management* pada saat proses konseling kelompok berlangsung.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dibahas, maka penerapan konseling kelompok teknik *self-management* dapat mengurangi rendahnya perilaku sopan santun. Terjadi penurunan rata-rata skor dari keempat subyek sebelum dan sesudah diberikan intervensi yang menunjukkan analisis grafik yang semula meningkat menjadi menurun. Teknik *self management* dapat digunakan sebagai alternatif guru bimbingan dan konseling untuk mengurangi rendahnya perilaku sopan santun siswa di sekolah. Hal ini sesuai dengan pendapat

Penerapan Konseling Kelompok *Self-Management* Terhadap Rendahnya Perilaku Sopan Santun Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Papar

(Prijosaksono dan Sembel 2003) *self management* dapat membantu mengubah perilaku seorang individu dalam meningkatkan kemampuan belajar di sekolah, sehingga individu tersebut memiliki rasa tanggung jawab di sekolah dan dapat mengurangi perilaku yang tidak diharapkan dalam proses pembelajaran.

PENUTUP

Simpulan

Kesimpulan dari hasil penelitian di SMPN 1 Papar kepada empat subyek yaitu rata-rata skor keempat subyek mengalami penurunan pada fase *baseline* dan intervensi, dan dari hasil tersebut keempat subyek menunjukkan perubahan dalam perilakunya. Pada subyek ME di fase *baseline* mempunyai rata-rata perilaku sebesar 11,94, pada fase intervensi rata-rata perilaku menjadi 10. Subyek VP pada fase *baseline* memiliki rata-rata perilaku sebesar 12, pada fase intervensi rata-rata perilaku menjadi 9,3. Subyek MZF pada fase *baseline* memiliki rata-rata perilaku sebesar 12,8, pada fase intervensi rata-rata perilaku menjadi 10,6. Subyek SAA pada fase *baseline* memiliki rata-rata perilaku sebesar 11,38, pada fase intervensi rata-rata perilaku menjadi 8,6. Data tersebut membuktikan bahwa keempat subyek mengalami penurunan pada masa intervensi dan penurunannya bersifat positif bagi subyek. Dapat disimpulkan terdapat penurunan rata-rata skor pada perubahan perilaku sopan santun dari keempat subyek ME, VP, MF, dan SAA setelah diberikan perlakuan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *self management*.

Saran

1. Untuk guru bimbingan dan konseling
Dari hasil penelitian ini, diharapkan guru bimbingan dan konseling dapat menerapkan konseling untuk membantu siswa agar dapat meningkatkan perilaku sopan santun di sekolah dengan menggunakan strategi *self management*.
2. Untuk peneliti lain
 - a. Peneliti memakai strategi konseling kelompok strategi *self management* dalam penelitian ini, diharapkan peneliti lain dapat menggunakan konseling secara individu agar dapat meningkatkan kemampuan konseli.
 - b. Penelitian ini menggunakan model pengembangan A-B, agar mendapatkan hasil yang lebih baik diharapkan peneliti lain dapat mengembangkan dengan model A-B-A-B.

DAFTAR PUSTAKA

Abdul Kadir, dkk. 2012. *Dasar-dasar Pendidikan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group

Achmad Juntika Nurihsan, 2006. *Bimbingan dan Konseling*, Bandung: Refika Aditama

Annisa, "Efektifitas Konseling Behavioral Dengan Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kecerdasan

Emosional Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 19 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018"

Arikunto, Suharsini. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (edisi revisi VI)*. Jakarta: Rineka Cipta

Baihaqi Anir, *Viral Video Siswa SMP Tantang Guru di Gresik, Polisi Turun Tangan* <https://news.detik.com/berita-jawa-timur/d-4421601/viral-video-siswa-smp-tantang-guru-di-gresik-polisi-turun-tangan>. Diakses pada Sabtu, 10 Mei 2019 pukul 09.30 WIB

Boeree, George. 2008. *Dasar-Dasar Psikologi*. Yogyakarta : PrismaSophie

Brown & Levinson. 2009. *The Language of Communication*. New York: Hasting House

Cormier, W.H. & Cormier, L.S. (1985). *Interviewing Strategies for Helpers: Fundamental Skill Cognitive Behavioral Interventions*. Monterey, California: Brooks/Cole Publishing Company

Eko Putro Widoyo. 2014. *Penelitian Hasil Pembelajaran di Sekolah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Febriani, Heni. "Efektifitas Konseling Behavior Dengan Teknik *Self Management* Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 13 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017"

Gantina Komalasari. 2014. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks

Gerald Corey, *Konseling Dan Psikoterapi* (Bandung: PT Rafika Aditama, 2005)

Gunarsa, D Singgih. 2014. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Penerbit Libri

Hidayatullah, Furqon. 2010. *Pendidikan Karakter: Membangun Peradaban Bangsa*. Surakarta: UNS Press & Yuma Pustaka

Ira Kamal Pasaribu, "Pengaruh Bimbingan Kelompok Terhadap Sopan Santun Siswa Kelas XI MAS PP Irsyadul Islamiyah Tanjung Medan Kabupaten Labuhanbatu Selatan". (Universitas Islam Negeri Sumater Utara: Medan)

Kartini Kartono, 1997. *Patologi Sosial*. Jakarta: CV Rajawali

Komalasari, Gantina, Wahyuni dan Karsih. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT. Indeks

Latipun. 2008. *Psikologi Eksperimen*. Malang: UMM Press.

Penerapan Konseling Kelompok *Self-Management* Terhadap Rendahnya Perilaku Sopan Santun Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Papar

Maksudin. 2013. *Pendidikan Karakter Non-Dikotomik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Prayitno. 2012. *Jenis Layanan Dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: Fakultas Ilmu Pendidikan UNP

Prijosaksono dan Roy Sembel. 2003. *Tujuan Self-Management (Control Life)*. Jakarta: Gramedia

Shinta Wahyu, “*Pendekatan Konseling Humanistic Untuk Meningkatkan Sikap Sopan Santun Pada Siswa Kelas VIII-H Smp Negeri 17 Surakarta Tahun Pelajaran 2014/2015*”. (Universitas Slamet Riyadi: Surakarta)

Sugiono. 2013. *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Suharti. 2004. “Pendidikan Sopan Santun dan Kaitannya dengan Perilaku Berbahasa Jawa Mahasiswa”. Dalam Diksi: Jurnal Ilmiah, Bahasa, Sastra, dan Pengajarannya. Vol. 11. No. 1 (Universitas Negeri Yogyakarta: Yogyakarta)

Sukarno. 2010. “The Reflection of The Javanese Cultural Concept in The Politeness of The Javanese” dalam *Jurnal Kata* Vol. 12, No. 1, Juni, 2010. P. 60.

Sunanto, J.*et.al* 2005. *Pengantar Penelitian Dengan Subjek Tunggal*. Tsukaba: CRIED University of Tsukaba

Supriyanti. (2008). *Sopan Santun dalam pendidikan Karakter*. Jakarta: GP Pres.

The Liang Gie, 2000. *Cara Belajar yang Baik bagi Mahasiswa edisi kedua*, (Universitas Gadjah Mada: Yogyakarta)

Yenni Andiani, “*Penerapan Teknik Self-Management Untuk Mengurangi Perilaku Yang Tidak Dikehendaki (Off-Tasks) Pada Pembelajaran Siswa Di Kelas Atlet VIII-A SMPN 3 Gresik*” (Universitas Negeri Surabaya: Surabaya)

Zuriah. 2007. *Etika Sosial: Asas Moral dalam Kehidupan Manusia*, Jakarta: PT Rineka Cipta

