

PENERAPAN KONSELING KELOMPOK *COGNITIVE BEHAVIOUR MODIFICATION* (CBM) UNTUK MENINGKATKAN TANGGUNG JAWAB DALAM BELAJAR SISWA KELAS X-APH (AKOMODASI PERHOTELAN) DI SMK GEMA 45 SURABAYA

THE IMPLEMENTATION OF CBM GROUP COUNSELING (Cognitive Behaviour Modification) TO IMPROVE RESPONSIBILITY IN LEARNING FOR STUDENTS IN X GRADE APH SMK GEMA 45 SURABAYA

Kasyifatul Mardiyah

Program Studi BK, Jurusan PPB, FIP, Universitas Negeri Surabaya
email: kasyifa.syifa@gmail.com

Denok Setiawati, M.Pd.,Kons.

Dosen Program Studi BK, Jurusan PPB, FIP, Universitas Negeri Surabaya
email: prodi_bk_unesa@yahoo.com

ABSTRAK

Dari hasil observasi yang dilakukan di SMK Gema 45 Surabaya, ditemukan bahwa banyak siswa yang mempunyai tanggung jawab dalam belajar yang rendah, maka dari itu diberikanlah konseling kelompok CBM dengan strategi *self instruction* dan *self monitoring*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kegunaan konseling kelompok CBM untuk meningkatkan tanggung jawab dalam belajar siswa kelas X – APH di SMK Gema 45 Surabaya. Jenis penelitian ini adalah penelitian *eksperiment design* dengan jenis *pre-test post-test one group design*, sedangkan subyek penelitiannya adalah 6 siswa kelas X – APH di SMK Gema 45 Surabaya yang memiliki tanggung jawab dalam belajar rendah. Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data tentang siswa yang memiliki tanggung jawab dalam belajar rendah yakni dengan menggunakan angket. Teknis analisis data yang digunakan adalah Uji Tanda. Hasil analisis Uji Tanda menunjukkan bahwa tanda positif (+) berjumlah 6. Berarti N (banyaknya pasangan yang menunjukkan perbedaan) adalah 6, sehingga X (banyaknya tanda yang lebih sedikit) adalah 0. Dengan melihat tabel tes binomial dengan ketentuan $N = 6$ dan $X = 0$, maka diperoleh $p = 0,016$. Bila menggunakan ketetapan α (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan antara *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan perhitungan diketahui hasil mean *pre-test* 72,5 dan mean *post-test* 130,6 maka dapat disimpulkan bahwa pemberian konseling kelompok CBM dapat meningkatkan tanggung jawab dalam belajar siswa.

Kata Kunci: Tanggung Jawab Dalam Belajar, Konseling Kelompok CBM .

ABSTRACT

The result of the observation that has been done in SMK Gema 45 Surabaya, it was found that many students who has low responsibility in learning, therefore the researcher given treatment it was a group conselling CBM by using self-strategy and self instruction strategies. The purpose of this research was to found out the use of CBM to improve the students' responsibility in learning for the tenth graders of SMK Gema 45 Surabaya. This research was design as experimental research which is completed by pre-test post-test one group design, while the subject of the research ware 6 students in the tenth grade of SMK Gema 45 Surabaya who has low responsibility in learning. The method that used in collecting the data for this research was by using questionnaire. The data analyse technique in this research is by examine the sign. the result of ezamining the sign showed that there was 6 sign in positif sign. Therefore N (the amount of sign that show differences) was 6, therefore X (The amount of the less data) is 0. By seeing the testimonial test tabel with the requirement $N = 6$ and $X = 0$, so the amount of p wes 0,016. By using α (false stages) wes 5% is 0,005 therefore it can be concluded there was differences between the result of pre-test and post-test. According to the result of pre-test wes 72,5 and mean post-test wes 130,6. Therefore, it can be concluded that CBM group counseling canimprove the students' responsibility in learning.

Key words : responsibility in learning, CBM group counseling.

PENDAHULUAN

Setiap individu membutuhkan pendidikan. Pendidikan diberikan dengan tujuan untuk mencapai kedewasaan yang berarti individu bisa hidup mandiri terlepas dari ketergantungan pada orang lain (Hariastuti, 2008 : 23). Pendidikan bisa mereka dapatkan dari mana saja, bisa dari lingkungan seperti keluarga, lingkungan masyarakat, dan lain – lain. Proses pendidikan bisa bersifat formal, informal, dan nonformal. Pendidikan formal dilakukan diinstitusi pendidikan yang biasanya disebut sekolah, sedangkan yang dilakukan masyarakat adalah pendidikan nonformal. Dimanapun pendidikan dilakukan tujuan dari pendidikan tersebut bisa berhasil.

Sekolah merupakan salah satu lembaga pendidikan formal yang mempunyai tanggung jawab dalam membentuk peserta didik mencapai perkembangan optimal. Sekolah bertanggung jawab dalam membentuk siswa agar menjadi pribadi yang bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, kreatif, mandiri serta bertanggung jawab. Hal ini sesuai dengan tujuan pendidikan nasional, dalam pasal 3 UU No. 20 tahun 2003 sebagai berikut “Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”

Dengan demikian apa yang diharapkan dalam tujuan pendidikan nasional tersebut selain kreatif, mandiri, cakap, dan berilmu dan sehat yang paling mendasar adalah memiliki akhlak mulia, bertaqwa pada Tuhan Yang Maha Esa dan bertanggung jawab.

Waidi, (2006:104) menyebutkan bahwa salah satu keberhasilan mendidik siswa adalah dengan cara memberinya tanggung jawab. Tanggung jawab merupakan indikator penting bahwa seseorang memiliki nilai lebih yang merupakan dambaan banyak orang. Dalam setiap tindakan apabila tidak dilandasi dengan tanggung jawab biasanya seseorang akan dilakukannya ceroboh. Tanggung jawab bukanlah hal yang dapat diletakkan pada seseorang dari luar. Tanggung jawab tumbuh dari dalam, mendapatkan pemupukan dan pengarahan dari nilai – nilai yang ada dalam lingkungan keluarga dan masyarakat. Tanggung jawab yang tidak tertumpu pada nilai – nilai positif, dapat berubah menjadi sesuatu yang asosial dan destruktif.

Senada dengan Waidi menurut Hamalik (1990: 58) salah satu faktor internal yang berperan dalam keberhasilan atau kegagalan individu disekolah diantaranya adalah tanggung jawab siswa. Seseorang yang tidak mengambil tanggung jawab tidak akan pernah belajar. seseorang anak dalam proses pendidikan baik formal maupun nonformal perlu dilatih agar memiliki tanggung jawab terutama bertanggung jawab dalam belajar.

Tanggung jawab siswa sebagai pelajar adalah belajar dengan baik, mengerjakan tugas sekolah yang sudah diberika kepadanya, siswa harus mengikuti KBM yang disekolah. Menurut Clemes dkk (2001:85) memiliki rasa tanggung jawab erat kaitannya dengan prestasi di sekolah. Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan, jika seorang siswa atau peserta didik tidak mempunyai tanggung jawab terutama dalam belajar siswa akan mempunyai prestasi rendah.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dengan mewawancarai guru BK dan melihat dari fakta yang terjadi di kelas X – APH di sekolah GEMA 45 Surabaya didapatkan informasi bahwa siswa yang memiliki perilaku tanggung jawab belajar rendah yaitu siswa tidak menyerahkan tugas tepat waktu, siswa menyalin pekerjaan rumah temannnya, ramai ketika KBM berlangsung dan membolos ketika KBM berlangsung. Dampak dari perilaku tersebut siswa ketinggalan pelajaran dan nilai akademik siswa rendah. Menurut paparan tersebut konselor melakukan upaya diantaranya berdiskusi dengan guru mata pelajaran, wali kelas dan melakukan kunjungan rumah untuk membicarakan permasalahan tersebut dengan orang tua.

Melihat fakta yang demikian nampaknya perlu segera mengubah prilaku tersebut. Salah satu hal yang menyebabkan rendahnya tanggung jawab dalam belajar adalah kesalahan mereka dalam berpikir mengenai belajar dan pendidikan. Mereka menganggap pendidikan di sekolah merupakan tempat untuk mencari susasana yang mereka tidak dapatkan di rumah. Mereka tidak memandang pendidikan dari tujuan pendidikan yang sebenarnya.

Dari pemaparan diatas diketahui bahwa kognisi siswa yang perlu dirubah agar pemikiran mereka tentang pendidikan juga berubah. Oleh sebab itu peneliti mencoba menggunakan konseling kelompok CBM dalam upaya pengentasan permasalahan. Menurut Meichenbaum (dalam Wulandari, 2004) *Cognitive behavior modification* atau yang disingkat CBM adalah teknik yang menggabungkan antara kognitif dan terapi perilaku. Ketika kognisi siswa berubah maka secara otomatis perilakunya juga akan ikut berubah. Maka dari itu siswa yang mempunyai tanggung jawab dalam belajar yang rendah memiliki kesalahan secara kognitif sehingga berpengaruh terhadap perilakunya.

Salah satu tahapan pada konseling kelompok CBM adalah mengajak konseli membentuk pemahaman baru yang didapatkan dari perubahan kognisi mereka. Sehingga konseling kelompok CBM cocok untuk meningkatkan Tanggung jawab dalam belajar siswa.

Teknik konseling kelompok CBM yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *self instruction* dan *self monitoring*. *self instruction* dilakukan agar konseli bisa mengajarkan pada diri sendiri bagaimana menangani secara efektif terhadap situasi yang sulit bagi diri mereka sendiri. Setelah dilatih dengan *self instruction* konseli atau siswa

Latihan *self monitoring* untuk mencatat perilaku – perilakunya sehingga bisa memantau perilakunya setiap saat untuk mendapatkan perilaku yang dia harapkan. Jadi penggunaan konseling kelompok CBM sangat penting dilaksanakan untuk membantu siswa yang mempunyai tanggung jawab dalam belajar yang rendah sehingga bisa meningkatkan tanggung jawab dalam belajarnya. Berdasarkan latar belakang tersebut maka penelitian ini dilakukan untuk mengetahui keefektifan konseling kelompok CBM untuk meningkatkan tanggung jawab dalam belajar siswa kelas X– APH (akomodasi perhotelan) di SMK GEMA 45 SURABAYA.

KAJIAN PUSTAKA

Tanggung Jawab dalam Belajar

Menurut Wiyoto (2002:2), arti tanggung jawab adalah mengambil keputusan yang patut dan efektif, patut berarti menentukan pilihan yang terbaik dalam batas-batas norma sosial dan harapan umum yang diberikan, untuk meningkatkan hubungan manusia yang positif, keselamatan, keberhasilan dan kesejahteraan mereka sendiri. Sedangkan tanggapan yang efektif berarti tanggapan yang memungkinkan anak mencapai tujuan-tujuan yang hasil akhirnya adalah makin kuatnya harga diri mereka. Menurut Bertens (2013:99), tanggung jawab berarti bahwa orang tidak boleh mengelak, bila diminta penjelasan tentang perbuatannya. Orang yang bertanggung jawab dapat diminta penjelasan tentang tingkah lakunya dan bukan saja ia bisa menjawab-kalau ia mau-melainkan juga ia harus menjawab. Lebih lanjut pengertian tanggung jawab menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2013:555) diartikan dengan “Suatu sikap seorang yang secara sadar dan berani mau mengakui apa yang dilakukan, kemudian ia berani memikul segala resikonya”. Dalam artian lain tanggung jawab adalah keadaan wajib menanggung segala sesuatu kalau terjadi apa-apa boleh dituntut, dipersalahkan, diperkarakan dsb). Berdasarkan pendapat tersebut diatas maka tanggung jawab dalam penelitian ini dapat diartikan bahwa memberikan beban dan rasa memiliki terhadap tugas-tugas yang telah diberikan dan apabila tidak melaksanakannya ada resiko yang harus diterimanya. Lebih lanjut pengertian tanggung jawab menurut Kamus Bahasa Indonesia (2013: 555) diartikan dengan “ Suatu sikap seseorang yang secara sadar dan berani mau mengakui apa yang dilakukan, kemudian ia berani memikul segala resikonya”.

Dari pengertian-pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa tanggung jawab merupakan suatu sikap seseorang yang secara sadar dan berani dalam mengambil keputusan yang patut dan efektif serta mau mengakui apa yang dilakukan, kemudian ia berani menanggung segala resikonya, boleh dituntut, dipersalahkan, diperkarakan, dan sebagainya.

Menurut Slameto (dalam Hadist, 2010:60), belajar ialah suatu proses belajar untuk mendapatkan perubahan perilaku yang baru serta menyeluruh dari pengalaman individu berinteraksi dengan lingkungannya. C. T Morgan, (dalam Sobur, 2003 :

219), merumuskan belajar sebagai perubahan yang menetap dari hasil pengalaman. Jadi belajar merupakan suatu perubahan dalam tingkah laku yang lebih baik, tetapi juga kemungkinan mengarah kepada tingkah laku yang lebih buruk sebagai hasil dari pengalaman berinteraksi dengan lingkungan. Menurut Sobur (2003 : 244), faktor – faktor yang mempengaruhi belajar anak atau individu ada 2 macam yaitu faktor dari dalam diri dan luar diri individu. Faktor dalam diri individu (endogen) terdiri atas faktor keluarga, sekolah dan lingkungan lain. Kedua faktor tersebut saling berkaitan dan mempengaruhi satu sama lain pada proses belajar seseorang. Menurut Slameto (2003: 54), faktor yang mempengaruhi belajar digolongkan menjadi dua, yaitu faktor intern dan faktor ekstern. Faktor intern adalah faktor yang ada dalam diri individu yang sedang belajar. sedangkan faktor ekstern adalah faktor yang ada diluar individu. Faktor intern dibedakan menjadi tiga faktor yakni jasmaniah, psikologis, dan kelelahan. Faktor jasmani terdiri atas faktor kesehatan, cacat tubuh. Faktor psikologis terdiri atas intelegensi, perhatian, minat, bakat, motif, kematangan. Faktor kelelahan terdiri atas kelelahan jasmani dan kelelahan rohani. Sedangkan faktor ekstern terdiri atas faktor keluarga, sekolah, dan masyarakat. Faktor – faktor tersebut mempengaruhi baik tidaknya kondisi belajar seseorang.

Dari pengertian – pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa belajar adalah semua aktivitas mental atau psikis yang dilakukan oleh seseorang individu sehingga terciptanya perubahan tingkah laku, pengetahuan, pemahaman, ketrampilan, sikap, nilai, yang bersifat konstan atau tetap yang berbeda antara sebelum dan sesudah belajar.

Berdasarkan pengertian tanggung jawab dan belajar, maka dapat ditarik simpulan bahwa tanggung jawab dalam belajar adalah perilaku seseorang atau individu secara sadar meliputi mengerjakan tugas yang diberikan guru, membuat keputusan berdasarkan alternative yang ada, mengikuti PBM, mengikuti ulangan atau ujian dan mengakui kesalahan tanpa rasionalisasi berlebihan sehingga tercipta perubahan perilaku yang berbeda antara sebelum dan sesudah belajar

Konseling Kelompok

Konseling kelompok yaitu konseling yang dilaksanakan pada sekelompok orang yang mempunyai permasalahan yang serupa (Hikmawati, 2010 :46). Menurut Prayitno dan Amti (2004 : 311) layanan konseling kelompok ialah layanan konseling individu yang dilaksanakan didalam suasana kelompok. Menurut Gibson dan Marianne (2011: 275), istilah konseling kelompok mengacu kepada penyesuaian rutin atau pengalaman perkembangan dalam lingkup kelompok. Konseling kelompok difokuskan untuk membantu konseli mengatasi problem mereka lewat penyesuaian diri dan perkembangan kepribadian hari ke hari. Contohnya fokus kepada modifikasi perilaku, pengembangan keahlian hubungan pribadi, problem seksualitas manusia, nilai atau sikap, atau pengambilan keputusan karier.

Berdasarkan pendapat diatas, maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan individu untuk melakukan pembahasan dan penyelesaian permasalahan pribadi melalui dinamika kelompok.

Konseling Kelompok CBM

Meichenbaum (dalam Wulandari,2004) menyatakan bahwa modifikasi perilaku – kognitif merupakan teknik yang menggabungkan antara terapi kognitif dan terapi perilaku. CBM berfokus pada perubahan pernyataan diri dari konseli. Menurut Meichenbaum (dalam Corey 2005: 92), pernyataan diri mempengaruhi perilaku seseorang dalam banyak cara yang sama seperti pernyataan yang dibuat oleh orang lain. Asumsi dasar dari CBM adalah dengan mengubah perilaku konseli, dengan memperhatikan bagaimana mereka berfikir, merasa, dan berperilaku dan dampaknya pada orang lain. Untuk terjadinya perubahan, konseli perlu mengeluarkan perilaku asli mereka. Sehingga mereka dapat mengevaluasi perilaku mereka dalam berbagai situasi(meichenbaum dalam corey, 2005 : 229). Meichenbaum merupakan seorang tokoh yang berpengaruh didalam modifikasi perilaku – kognitif dalam ivey(dalam Wulandari, 2004) mengemukakan pandangannya bahwa modifikasi perilaku – kognitif dilakukan untuk menolong konseli mendefinisikan masalah kognitif dan perilakunya, dengan mengembangkan kognisi, emosi, perubahan perilaku dan mencegah kambuh kembali.

Adapun asumsi yang mendasari modifikasi perilaku kognitif adalah:

- a. Kognisi yang tidak adaptif mengarah pada pembentukan tingkah laku yang tidak adaptif pula
- b. Peningkatan diri yang adaptif dapat ditempuh melalui peningkatan pemikiran yang positif;
- c. Konseli dapat mempelajari peningkatan pemikiran mengenai sikap, pikiran dan tingkah laku..

Jadi ,dari penjelasan diatas, secara singkat modifikasi perilaku – kognitif dapat diartikan sebagai suatu teknik yang berusaha memperkuat timbulnya perilaku adaptif dan memperlemah timbulnya perilaku yang tidak adaptif melalui terapi kognitif dan perilaku.

METODE

Berdasarkan permasalahan penelitian yang berjudul “penerapan konseling kelompok *cognitive behaviour modification* (cbm) untuk meningkatkan tanggung jawab dalam belajar siswa kelas x-aph (akomodasi perhotelan) di smk gema 45 surabaya”, maka penelitian ini termasuk dalam penelitian kuantitatif, dengan menggunakan rancangan *Pre-Eksperimental* dengan menggunakan metode *One Group Pre-test dan Post-test Design*, dengan rancangan satu kelompok tanpa kelompok pembanding. Penelitian ini dikatakan eksperimen semu atau pura-pura karena dalam penelitian ini hanya dilakukan pada satu kelompok saja tanpa adanya kelompok pembanding.

Rancangan penelitian ini digunakan untuk mengetahui secara langsung dan cepat efek perlakuan dengan angket sebagai alat pengumpul data yang dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum dan sesudah

perlakuan. Pertama dilakukan pengukuran (*Pre-test*) dengan menggunakan angket tanggung jawab dalam belajar, kemudian diberikan perlakuan dalam jangka waktu tertentu dengan memberikan konseling kelompok CBM. Setelah itu dilakukan pengukuran kembali (*Post-test*) dengan menggunakan angket tanggung jawab dalam belajar dengan materi angket yang sama.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data Hasil *Pre-test*

Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI IPS 4 SMA Negeri 3 Lamongan yang teridentifikasi memiliki perilaku konformitas tinggi. Untuk menentukan subyek penelitian, maka dilakukan pengukuran terhadap perilaku konformitas siswa melalui angket terhadap 32 siswa yang berada di kelas XI IPS 4 tersebut.

Pemberian angket *pre-test* bertujuan untuk mengetahui skor tanggung jawab dalam belajar sebelum diberikan konseling kelompok CBM untuk kemudian dijadikan sebagai subyek penelitian. Kemudian hasil pengukuran dikelompokkan menjadi 3 kategori yaitu: tinggi, sedang, rendah. Kategori tersebut diperoleh dari penghitungan *Mean* dan *Standart Deviasi* sebagai berikut :

- 1) Kategori tinggi = $Mean + 1 SD \geq X$
 Kategori tinggi = $(Mean + 1SD)$ ke atas
 $= 116,65 + 27,46$
 $= 144,11$ Keatas
- 2) Kategori sedang = $Mean - 1 SD \leq X < Mean + 1 SD$
 Kategori sedang = $(Mean - 1SD)$ s/d $(Mean + 1SD)$
 $= (116,65 - 27,46)$ sampai $(116,65 + 27,46)$
 $= 89,19 - 144,11$
- 3) Kategori rendah = $X < Mean - 1 SD$
 Kategori rendah = $(Mean - 1SD)$ ke bawah
 $= 116,65 - 27,46$
 $= 89,19$ Kebawah

Dari hasil pedoman pengkategorian tersebut diketahui 6 siswa yang masuk kategori rendah. Sehingga 6 siswa tersebut dijadikan sebagai subyek penelitian. Hasil *Pre-Test* terhadap subyek penelitian dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

Tabel 4.2

Data Hasil Angket *Pre-test* Perilaku Tanggung Jawab dalam Belajar

No.	Nama	Skor	Kategori
1.	AB	71	Rendah
2.	BC	69	Rendah
3.	CD	67	Rendah
4.	DE	79	Rendah
5.	EF	72	Rendah
6	FG	77	Rendah
	Rata-rata	72,5	

Analisis Hasil Penelitian

Teknik analisis yang digunakan statistik non parametik dengan uji tanda atau *sign test*. Uji tanda ini digunakan untuk mengetahui perbedaan hasil pengukuran awal dan pengukuran akhir. Kondisi berlainan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah skor perilaku konformitas siswa antara sebelum dan sesudah pemberian konseling kelompok CBM . Berikut adalah hasil analisis skor angket yang diberikan pada siswa dengan pengukuran *Pre-test* dan *Post-test* dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

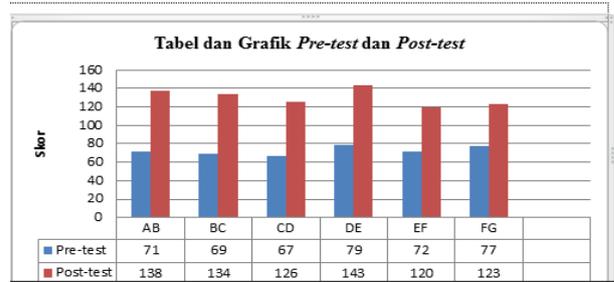
Tabel 4.4
Hasil Analisis *Pre-test* dan *Post-test*

No	Subyek	<i>Pre-test</i> (X _B)	<i>Post-test</i> (X _A)	Arah Perbedaan	Tanda	Ket
1.	AB	71	138	X _A >X _B	-	Menurun
2.	BC	69	134	X _A >X _B	-	Menurun
3.	CD	67	126	X _A >X _B	-	Menurun
4.	DE	79	143	X _A >X _B	-	Menurun
5.	EF	72	120	X _A >X _B	-	Menurun
6.	FG	77	123	X _A >X _B	-	Menurun
Rata-Rata		37,8	68,15			

Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa yang menunjukkan tanda negatif (-) berjumlah 6 yang bertindak sebagai N (banyaknya pasangan yang menunjukkan perbedaan) dan x (banyaknya tanda yang lebih sedikit) berjumlah 0. Dengan melihat tabel tes binomial dengan ketentuan N = 6 dan x = 0 (z), maka diperoleh ρ (kemungkinan harga di bawah H₀) = 0,016. Bila dalam ketetapan α (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa harga 0,016 < 0,05, berdasarkan hasil tersebut maka H₀ ditolak dan H_a diterima. Setelah diberi perlakuan dengan pemberian konseling kelompok CBM terdapat perbedaan skor antara *pre-test* dan *post-test* tanggung jawab dalam belajar. Selain itu, berdasarkan perhitungan pada tabel 4.4 diketahui rata-rata *pre-test* 37,8 dan rata-rata *post-test* 68,15 Sehingga dapat dikatakan bahwa kegiatan pemberian konseling kelompok CBM dapat meningkatkan tanggung jawab dalam belajar kelas X-APH di SMK Gema 45 Surabaya.

Berdasarkan analisis di atas, maka dapat dikatakan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yang berbunyi “Penerapan konseling kelompok CBM (*cognitive behaviour modification*) dapat meningkatkan tanggung jawab dalam belajar kelas X- APH di SMK Gema 45 Surabaya” dapat diterima.

Adapun hasil perbedaan *pre-test* dan *post-test* yang digambarkan dalam grafik sebagai berikut:



Gambar Diagram 4.3
Data Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test*

Maka secara keseluruhan dapat dilihat adanya perbedaan grafik hasil *pre-test* yang lebih tinggi daripada hasil *post-test*. Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan tanggung jawab dalam belajar siswa antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa pemberian konseling kelompok CBM.

Analisis Individual

a. Subyek AB

Tanggung jawab dalam belajar AB termasuk kategori rendah. Tanggung jawab dalam belajar AB rendah penyebabnya adalah ia tidak tepat waktu masuk ke kelas, ketika jam istirahat selesai AB malah bermalasan-malasan di kantin dibandingkan bergegas ke kelas, AB juga jarang mengumpulkan tugas. Menurut pengakuannya ia ber pikir guru saja tidak tepat waktu masuk kelas kenapa saya sebagai murid harus tepat waktu, AB juga mengatakan terkadang ketika sudah mengerjakan PR guru tersebut malah tidak masuk kelas, kadang masuk pun PR nya hanya dikumpulkan dan tidak dibahas. AB ingin berubah, ia ingin lebih semangat lg untuk belajar, mengumpulkan tugas tepat waktu dan selalu mentaati peraturan yang ada tanpa ada pikiran negatif. Setelah mendapatkan perlakuan atau mengikuti konseling kelompok CBM subyek AB mendapatkan skor 138 termasuk dalam kategori sedang.

b. Subjek BC

BC mempunyai tingak tanggung jawab dalam belajar rendah. Hal ini disebabkan BC selalu malas untuk belajar di rumah, anak yang acuh tak acuh terhadap kegiatan belajar mengajar serta sering ramai dikelas meskipun kegiatan belajar mengajar berlangsung. Hal tersebut terjadi karena dia berpikir bahwa pelajaran sangat mudah diatur, tidak perlu terlalu rajin kalau tidak bisa tinggal menyontek teman. namun ketika tidak ada teman yang mau dicontek, dia kebingungan untuk mengerjakannya, ditambah lagi waktu untuk menumpuk tugas semakin sedikit. Dia menginginkan untuk tidak malas belajar, tidak acuh tak acuh terhadap kegiatan belajar mengajar serta bisa mengumpulkan tugas tepat waktu tanpa menyontek teman. Pada waktu *pre-test* BC memperoleh skor 69 termasuk kategori rendah. Namun setelah mendapatkan perlakuan

- mendapatkan skor 134 yang termasuk kategori sedang
- c. Subjek CD
Skor tanggung jawab dalam belajar CD *pre-test* adalah 67 termasuk kategori rendah. Penyebab dari tanggung jawab dalam belajar rendah adalah ia selalu mengumpulkan tugas tidak tepat waktu, menunggu tugas tersebut menumpuk terlebih dahulu baru mengerjakan dan apabila tidak bisa mengerjakan atau malas mengerjakan tinggal menyontek teman. Menurut pengakuannya, dia enggan mengerjakan tugas jika tidak menumpuk dulu sehinggal mempunyai banyak waktu untuk bermain. Ia berpikir jika tidak bisa mengerjakan masih banyak teman yang bisa diajak kompromi. subyek ini ingin bisa mengatur dirinya agar bisa mengumpulkan PR tepat waktu, mempunyai jadwal yang tetap untuk belajar sehinggal tidak menunggu PR atau tugas menumpuk dulu baru mengerjakan dan belajar. Setelah mendapatkan perlakuan, skor tanggung jawab dalam belajar 126 yang termasuk kategor sedang
- d. Subjek DE
DE mempunyai tingkat kepercayaan diri yang rendah. Hal ini disebabkan karena DE bosan mendengarkan penjelasan guru, tidak suka mencatat penjelasan guru meskipun penting. Menurut pengakuannya, dia bosan dengan metode pengajaran ceramah dan juga menurutnya penjelsan tersebut tidaklah penting ia bisa dengan cara membaca buku tersebut. Sedangkan menurut DE kenapa ia tidak mencatat lain sebab dalam pikirannya masih bisa pinjem catatan teman dan bisa di copy ketika membutuhkan catatan tersebut. DE menginginkan tidak acuh tak acuh saat guru menjelaskan pelajaran dan mencatat penjelasana guru yang selalu dilakukan oleh teman- temannya. Pada waktu *pre-test* DE mendapatkan skor 79 yang mana skor tersebut masuk pada kategori rendah. Namun setelah mengikuti konseling kelompok CBM atau mendapatkan perlakuan skornya meningkat menjadi 143 dimana termasuk dalam kategori sedang
- e. Subjek EF
Skor tanggung jawab dalam belajar EF sebelum diberi perlakuan ialah 72 yang termasuk kategori rendah. Tanggung jawab dalam belajar rendah tersebut disebabkan karena kurangnya minat dalam belajar yang ditunjukkan dengan membaca buku lain seperti novel, komik, dll yang tidak berkaitan dengan mata pelajaran berlangsung, sering tidak membawa buku catatan sesuai dengan jadwal. ia mengaku bahwa dia sering ramai dengan teman – temnnya meskipun proses belajar mengajar berlangsung dan juga sering main *gadget* pada saat di kelas. Dalam pikirannya lebih asik main *gadget* dan membaca novel dibandingkan belajar. akan tetapi ia menginginkan untuk berubah, bisa konsentrasi dalam belajar, memperhatikan guru yang mengajar di kelas ketika PBM berlangsung, dan

juga membawa buku sesuai dengan jadwal. Setelah mengikuti konseling CBM atau perlakuan, skor tanggung jawab dalam belajar menjadi 120 yang termasuk kategori sedang.

- f. Subjek FG
FG mempunyai tingkat tanggung jawab dalam belajar yang rendah karena ia sulit diam ketika ujian berlangsung, tidak mentaati peraturan yang ditetapkan ketika ujian atau ulangan berlangsung. Ia selalu berpikir jika tidak mencontek ia tidak akan bisa menyelesaikan soal – soal ujian atau ulangan serta tidak akan mendapat nilai baik. Menurut pengakuan GH jika ia mendapatkan nilai jelek ia akan menyembunyikan nilai tersebut agar orang tuanya atau orang rumah tidak mengetahui nilai akademik tersebut. Itulah penyebab kenapa GH mempunyai tanggung jawab dalam belajar rendah. Subyek GH ingin berubah, bisa mengerjakan ujian dengan kemampuan sendiri, selalu mentaati praturan yang sudah ditetapkan ketika ujian serta tidak menyembunyikan nilai akademik pada orang tua jika nilai tersebut jelek. Pada waktu *pre-test* GH mendapatkan skor 77 masuk dalam kategori rendah akan tetapi setelah mengikuti konseling kelompok CBM atau perlakuan skor meningkat menjadi.. termasuk dalam kategori sedang.

Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan analisis hasil *pre-test* dan *post-test* yang menggunakan uji tanda (*sign test*), pada tabel 4.4 (lihat hal) menunjukkan arah perubahan yang positif dikarenakan ada penurunan skor dari *Pre-test* (X_B) ke *Post-test* (X_A), yang diketahui rata-rata *pre-test* 37,08 dan rata-rata *post-test* 68,15. Dapat diketahui bahwa $x=0$ dan $N=6$ dengan α (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 yang kemudian dikonsultasikan dengan tabel tes binomial hingga diperoleh p (kemungkinan

harga di bawah H_0) = 0,016. Berdasarkan hasil tersebut maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan $0,016 < 0,05$. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yang berbunyi “Ada perbedaan skor tanggung jawab dalam belajar kelas X- APH di SMK Gema 45 Surabaya antara sebelum dan sesudah diterapkankonseling kelompok CBM” dapat diterima. Sehingga dengan adanya peningkatan skor antara skor *pre-test* dan skor *post-test* dapat disimpulkan bahwa pemberian konseling kelompok CBM dapat meningkatkan tanggung jawab dalam belajar kelas X- APH di SMK gema 45 Surabaya.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat diketahui bahwa $x=0$ dan $N=6$ dengan α (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 yang kemudian dikonsultasikan dengan tabel tes binomial hingga diperoleh p (kemungkinan harga di bawah H_0) = 0,016, maka $0,016 < 0,05$. Dengan demikian, dapat

disimpulkan bahwa ada perbedaan skortanggung jawab dalam belajar sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok CBM pada siswa kelas X-APH di SMK Gema 45 Surabaya. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa konseling kelompokCBM dapat meningkatkan tanggung jawab dalam belajar.

Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah diuraikan, maka ada beberapa saran yang diberikan, sebagai berikut:

1. Bagi konselor sekolah

Dengan adanya hasil dari penelitian ini, diharapkan konselor sekolah dapat menggunakan konseling kelompok CBM khususnya dengan teknik *self instruction* dan *self monitoring* sebagai alternatif dalam membantu siswa yang memiliki masalah khususnya tentang tanggung jawab dalam belajar. Untuk itu konselor hendaknya memiliki keterampilan untuk memberikan teknik tersebut dengan mengikuti pelatihan atau menambah wawasan untuk memperoleh keterampilan tersebut.

2. Bagi pihak sekolah

Hasil dalam penelitian ini hendaknya dijadikan sebagai bahan masukan dalam pelaksanaan Bimbingan dan Konseling disekolah.

3. Bagi peneliti lain

Bagi peneliti lain, untuk melakukan penelitian ini yang sejenis maka sebaiknya memperhatikan waktu yang digunakan dalam pemberian perlakuan, mungkin bisa ditambah agar tujuan yang diharapkan bisa tercapai secara maksimal. Selain itu sebaiknya memperhatikan faktor lain yang mungkin belum diamati dalam penelitian ini, karena tanggung jawab dalam belajar yang rendah itu bisa disebabkan oleh berbagai faktor..

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. 2009. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta

Azwar, Saifuddin. 201. *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Bertens. K. 2013. *Etika*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.

Corey, Gerald. 2005. *Teory and Practice Of Counseling and Psychotherapy*. Monterey California: Books/ Cole Co.

Clemes, Haris dan Reynold Bean. 2011. *Bagaimana Mengajar Anak Bertanggung jawab*. Terjemahan oleh Meitasari Tjandrasa. Jakarta : Binarupa Aksara.

Hadist, Abdul. dan Nurhayati. 2010. *Psikologi dalam Pendidikan*. Bandung : Alfabeta

Himakamawati, Fenti. 2010. *Bimbingan Dan Konselin*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada

Hamalik, Oemar. 2010. *Psikologi Belajar & Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algesindo

Massa Adiwiyato, Anto.2001. *Melatih Anak Bertanggung Jawab*. Jakarta: Rineka Cipta

Nursalim, Mochamad dan Hariastuti, Retno Tri. 2007.*Konseling Kelompok*. Surabaya: Unesa University Press

Nursalim, Mochamad. Dkk. 2005.*Strategi Konseling*. Surabaya: . Jakarta: Unesa University Press

Prayitno dan Amati, Emran. 2004. *Dasar – dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Rineka Cipta

Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alfabeta

Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantatif Kualitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta

Sobur, Alex. 2003. *Psikologi Umum*. Bandung : Pustaka Setia

Slameto. 2003. *Belajar dan Faktor – faktor Yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sukardi, Dewa Ketut dan Kusmawati, Nila. 2008. *Proses Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*. Jakarta : Rineka Cipta

Safari, Triantoro. 2004. *Terapi Kognitif – Prilaku Untuk Anak*. Yogyakarta : Graha Ilmu

Tamara Bryant. Pam Schiller. 2002. *6 Modal Dasar Bagi Anak*. Jakarta. Pt. elex Media Komputindo

Walgito, Bimo. 2005. *Bimbingan Dan Konseling: Studi Dan Karir*. Yogyakarta: Andi

Wulandari, Lita Hadiati. 2004. *Efektivitas Modifikasi Prilaku – Kognitif Untuk Mengurangi Kecemasan Komunikasi Antar Pribadi*. Jurnal, (Online), (<http://libray.usu.ac.id/download/fk/psikologi-lita.pdf>), diakses pada tanggal 30 januari 2014)