

**EFEKTIFITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
*BEHAVIORAL CONTRACT* UNTUK MENINGKATKAN  
KEMANDIRIAN BELAJAR PADA REMAJA  
(Penelitian pada Remaja Ds. Kijingsari Wetan,  
Jogomulyo,Tempuran,Magelang)**

SKRIPSI



Oleh :

Sri Rahayu Setianingrum

16.0301.0056

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG  
2021**

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pada tahun 2020 ini Bangsa Indonesia dikejutkan dengan adanya wabah virus yang mematikan yaitu *corona virus disease*(COVID-19). Dampaknya yang terjadi pada pendidikan adalah sistem pendidikan menjadi dilaksanakan secara *daring* atau belajar di rumah. Dalam masa belajar *daring* kemandirian belajar siswa dalam masa belajar di rumah ini harus sangat diperhatikan. Dari beberapa survei, di antaranya penelitian “Problematika Kebijakan Pendidikan di Tengah Pandemi dan Dampaknya Terhadap Proses Pembelajaran Di Indonesia” (M. Saleh, 2020) dan penelitian “Kolaborasi Peran Orang Tua dan Guru dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Berbasis Online di Rumah” (Zakariyah dan Abdulloh, 2020). Dari hasil penelitian ini pembelajaran *daring* dirasa kurang efektif bagi siswa dan pihak sekolah. Maka dari itu kemandirian belajar pada diri siswa sendiri harus ditingkatkan supaya sistem pembelajaran tetap berjalan sebagaimana mestinya yaitu sama dengan sebelum pembelajaran di rumah diberlakukan.

Kemandirian belajar pada saat pembelajaran *daring* sebenarnya merupakan hal yang baru bagi banyak pelajar. Setidaknya bagi mereka yang tidak pernah belajar. Hal ini disebabkan karena kemandirian belajar itu sendiri berasal atas kesadaran diri siswa itu sendiri. Sikap kemandirian belajar dikedepankan untuk proses pembelajaran secara *daring* agar berjalan dengan lancar dan prestasi akademik siswa tetap baik.

Menurut Djaali (2017) dan Slameto(2015) banyak siswa yang memiliki kemandirian belajar rendah, hal ini disebabkan oleh beberapa faktor yaitu : faktor internal dan eksternal peserta didik, teman sebaya, genetik atau keturunan dari orang tua, pola asuh orang tua, sistem pendidikan di sekolah serta sistem kehidupan di masyarakat, sebab dengan memanfaatkan kondisi lingkungan yang berbeda dari lingkungan kota mudah terpengaruh oleh budaya dari luar. Kemandirian belajar siswa sangat penting untuk semua sekolah, bukan hanya di sekolah-sekolah tertentu saja tetapi banyak sekolah mengalami hal yang sama. Hal ini disebabkan oleh faktor-faktor internal dan faktor-faktor eksternal dari anak itu sendiri. Faktor eksternal yang kadang kala menjadikan alasan anak tidak sadar diri untuk belajar adalah mata pelajaran yang tidak diminati atau tidak disenangi. Tentu saja sistem pendidikan yang ketat tanpa diimbangi dengan pola pengajaran yang sifatnya “menyejukkan” membuat anak tidak menyukai mata pelajaran tersebut. Mereka yang tidak mau belajar itulah yang kemudian memiliki kemandirian belajar rendah, walaupun secara tidak langsung hal seperti ini sebenarnya bukan merupakan suatu jawaban yang baik. Hal ini dapat dibuktikan bahwa siswa yang memiliki kemandirian belajar rendah akan berpengaruh pada prestasi akademik.

Berdasarkan wawancara dengan 5(lima) orang tua remaja Dusun Kijingsari Wetan yang dilaksanakan pada tanggal 25 Juni 2020 permasalahan yang terjadi pada siswa adalah kemandirian belajar yang rendah pada saat masa pembelajaran *daring* atau belajar di rumah. Dalam satu minggujika guru dari sekolah memberikan tugas 4-6 mata pelajaran biasanya

anak akan mengerjakan tugasnya jika sudah dekat dengan *deadline* pengumpulan tugas.

Dari wawancara dengan 5(lima) orang tua remaja di Dusun Kijingsari Wetan siswa memiliki kemandirian belajar rendah karena alasan-alasan sebagai berikut : tidak paham dengan materi pelajaran yang diajarkan, merasa jenuh dan bosan dengan suasana di rumah saja, merasa bebas jika tidak diawasi guru, merasa bermain hp atau bermain dengan teman lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas sekolah yang diberikan oleh guru saat masa belajar di rumah, dan waktu yang diberikan guru untuk mengumpulkan tugas dirasa kurang.

Dari permasalahan tersebut, kemandirian belajar yang rendah saat pembelajaran *daring* seperti saat ini dapat menjadi penyimpangan kepribadian pada diri siswa. Sehingga perlu adanya cara yang dapat digunakan menyelesaikan permasalahan tersebut. Salah satu caranya dengan memberikan konseling kelompok teknik *behavioral contract* kepada para siswa yang memiliki kemandirian belajar yang rendah. Peneliti memilih menggunakan teknik *behavioral contract* karena dirasa dapat memberikan semangat pada remaja untuk meningkatkan kemandirian belajar dengan adanya *rewards* yang diberikan dan remaja berkomitmen dengan kontrak perilaku yang dibuat agar tidak mendapat *punishment*.

Berdasarkan wawancara pada 5(lima)orang tua remaja Dusun Kijingsari Wetan, masih banyak remaja yang memiliki masalah dalam halkemandirian belajar selama proses pembelajaran dengan sistem *daring*.

Banyak remaja sering tidak mengerjakan tugas yang diberikan guru selama proses *daring* akan tetapi akan mengerjakan tugas jika akan *deadline*.

Berdasarkan teori M.Saleh dan Zakariyah serta fakta yang ada di Dusun Kijingsari Wetan harapan peneliti dalam penelitian ini kemandirian belajar saat pembelajaran *daring* mengalami peningkatan.

Dari permasalahan tersebut, kemandirian belajar yang rendah akan menghambat individu memenuhi tugas perkembangannya dan dalam prestasi belajar, sehingga perlu adanya cara yang dapat digunakan menyelesaikan permasalahan tersebut. Salah satu caranya dengan memberikan layanan konseling kelompok teknik *behavioral contract* kepada para remaja yang memiliki kemandirian belajar rendah. Kemandirian belajar saat pembelajaran *daring* yang memiliki kategori rendah akan mengganggu prestasi. Proses meningkatkan kemandirian belajar saat pembelajaran *daring* bukan hanya milik orang tua saja tetapi juga memerlukan dukungan dari pihak keluarga dan lingkungan tempat tinggal. Salah satu upaya dalam meningkatkan kemandirian belajar saat pembelajaran *daring* yaitu melalui pemberian layanan bimbingan konseling berupa konseling kelompok teknik *behavioral contract*. Penulis memilih konseling kelompok teknik *behavioral contract* karena dengan adanya konseling kelompok anggota lebih bebas mengungkapkan pendapat tentang masalah belajar selama belajar di rumah teknik *behavioral contract* dipilih karena anggota diharuskan berkomitmen dengan kontrak perilaku yang dibuat dan akan semangat mendapatkan *rewards* dan merubah perilakunya dalam belajar. Hal inilah yang

menjadi fokus penulis dengan merencanakan penelitian. Berdasarkan fenomena yang terjadi di lapangan yang dikuatkan dengan teori dan hasil *research* maka penulis bermaksud menguji secara empiris tentang kemandirian belajar saat pembelajaran *daring* usaha untuk meningkatkan perilaku tersebut akan dilakukan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract* untuk meningkatkan kemandirian belajar saat pembelajaran *daring*.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah pada Remaja Dusun Kijingsari Wetan, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

1. Remaja belum memiliki kemandirian belajar selama belajar di rumah.
2. Remaja sering tidak mengerjakan tugas yang diberikan guru selama pembelajaran *daring*.
3. Remaja tidak paham dengan materi pelajaran yang diajarkan sehingga memilih untuk tidak mengerjakan.
4. Remaja belum menguasai aplikasi *daring* seperti *Zoom, google classroom, dll*.
5. Sinyal internet menjadi kendala dan faktor ekonomi orang tua juga berpengaruh selama pembelajaran *daring*.
6. Remaja merasa jenuh dan bosan dengan suasana di rumah.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah tersebut, perlu adanya pembatasan masalah agar dalam penelitian tidak terjadi penyimpangan. Penelitian ini mengenai “Efektifitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Behavioral Contract* untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Remaja”. Agar penelitian ini terarah, fokus pada subjek dan objek yang diteliti serta jangkauannya tidak terlalu luas, maka diperlukan pembatasan masalah. Penelitian ini dibatasi pada:

1. Kemandirian Belajar Remaja.
2. Konseling kelompok menggunakan teknik *behavioral contract*.

### **D. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:  
“Apakah konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract* efektif untuk meningkatkan kemandirian belajar pada remaja yang berdomisili di Dusun Kijingsari Wetan?”

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract* terhadap peningkatan kemandirian belajar remaja Dusun Kijingsari Wetan, Jogomulyo Tempuran.

## **F. Manfaat Penelitian**

Melihat dari permasalahan yang ada, maka penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik yang bersifat teoritis maupun praktis, yaitu sebagai berikut :

### 1. Manfaat teoritis:

Dari hasil penelitian ini dapat menambah referensi tentang layanan konseling kelompok, khususnya penggunaannya dalam meningkatkan kemandirian belajarpada remaja dengan teknik *behavioral contract*.

### 2. Manfaat praktis:

#### a. Bagi pihak sekolah

Hasil penelitian ini memberikan gambaran mengenai kemandirian belajar selama proses pembelajaran *daring*.

#### b. Bagi orang tua

Dapat memberikan informasi mengenai pengembangan layanan konseling kelompok dengan teknik *behavioralcontract* yang dapat meningkatkan kemandirian belajar.

#### c. Bagi siswa

Hasil penelitian ini dapat memberikan pengalaman bagi siswa agar dapat meningkatkan kemandirian belajar.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Pustaka**

##### **1. Pengertian Kemandirian Belajar**

Dalam kamus besar Bahasa Indonesia mandiri adalah “berdiri sendiri”. Kemandirian belajar adalah belajar mandiri tidak menggantungkan diri pada orang lain, siswa dituntut untuk memiliki keaktifan dan inisiatif sendiri dalam belajar, bersikap berbangsa, maupun bernegara (Ahmadi dan Uhbiyati, 1990:13)

Menurut Stephen Brookfield (2000:130-131) mengemukakan kemandirian belajar merupakan kesadaran diri, digerakkan oleh diri sendiri, kemampuan belajar untuk mencapai tujuannya. Pendapat menurut Stephen Brookfield dapat dipahami bahwa kemandirian belajar adalah kesadaran pada diri siswa yang digerakkan oleh diri siswa sendiri untuk mencapai tujuan belajarnya.

Pengertian tersebut selaras dengan pengertian menurut Tahar dan Enceng (2006) Kemandirian belajar adalah individu yang mau dan mampu untuk belajar dengan inisiatif sendiri, dengan atau tanpa bantuan pihak lain dalam penentuan tujuan belajar. Memahami pendapat Tahar dan Enceng bahwa kemandirian belajar adalah inisiatif dalam diri individu untuk belajar dalam penentuan tujuan belajar.

Menurut Nurhayati (2011) Kemandirian belajar adalah kemampuan dalam belajar yang didasarkan pada rasa tanggung jawab, percaya diri,

inisiatif, dan motivasi sendiri dengan atau tanpa bantuan orang lain yang relevan untuk menguasai kompetensi tertentu, baik dalam aspek pengetahuan, keterampilan maupun sikap yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah belajarnya. Mujiman (2011) mengartikan kemandirian belajar adalah sifat serta kemampuan yang dimiliki oleh siswa untuk melakukan kegiatan belajar aktif, yang didorong oleh motif siswa untuk menguasai suatu kompetensi. Pendapat menurut Nurhayati dan Mujiman dipahami bahwa kemandirian belajar adalah kemampuan individu dalam belajar berdasarkan rasa tanggung jawab, percaya diri dan untuk menguasai suatu kompetensi.

Kegiatan belajar aktif yang didorong oleh niat atau motif untuk menguasai suatu kompetensi guna mengatasi suatu masalah, dibangun dengan bekal pengetahuan atau kompetensi yang dimiliki baik dalam menetapkan waktu belajar, tempat belajar, irama belajar, tempo belajar, cara belajar, maupun evaluasi belajar yang dilakukan oleh pembelajar itu sendiri.

Dari beberapa pengertian di atas peneliti menyimpulkan pengertian kemandirian belajar adalah kemauan dan kemampuan untuk belajar dengan inisiatif sendiri, dengan atau tanpa bantuan pihak lain dalam penentuan tujuan belajar, baik dalam aspek pengetahuan, keterampilan maupun sikap yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah belajarnya.

a. Aspek- Aspek Kemandirian Belajar

Menurut Tahar & Enceng (2006) mempunyai pendapat bahwa kemandirian belajar terdiri dari tiga aspek yaitu pengelolaan belajar, tanggung jawab, dan pemanfaatan berbagai sumber belajar. Aspek-aspek kemandirian belajar itu dapat dijabarkan sebagai berikut :

- 1) Aspek pengelolaan belajar berarti siswa harus mampu mengatur strategi, waktu, dan tempat untuk melakukan aktivitas belajarnya seperti membaca, meringkas, membuat catatan dan mendengarkan materi dari audio. Pengelolaan belajar itu sangat penting. Siswalah yang secara otonom menentukan waktu belajarnya dan dimana ia melakukan proses pembelajaran data membantu siswa untuk berhasil dalam belajar.
- 2) Aspek tanggung jawab berarti siswa mampu menilai aktivitas, mengatasi kesulitan dan mengukur kemampuan yang diperoleh dari belajar. Dalam belajar mandiri siswa dituntut untuk memiliki kesiapan, keuletan, dan daya tahan. Sehingga diperlukan motivasi belajar yang tinggi. Kesulitan yang dialami dalam belajar harus mereka atasi sendiri dengan mendiskusikan sesama siswa dengan memanfaatkan sumber belajar yang terkait dengan bahan ajar dan memperbanyak latihan soal yang dapat meningkatkan pemahaman siswa. Disamping itu, siswa harus menilai kemampuan yang diperoleh dari hasil belajar bila hasil belajarnya tidak memuaskan

dengan memperbaiki cara belajar dan secara rutin mengerjakan latihan.

- 3) Aspek pemanfaatan berbagai sumber belajar berarti siswa dapat menggunakan berbagai sumber belajar, seperti modul, majalah, kaset, audio, buku, internet dan perpustakaan. Siswa dalam memilih berbagai sumber belajar diharapkan dapat memperkaya pemahaman terhadap bahan ajar.

Menurut Yurniadi dan Halida (2012) aspek-aspek kemandirian belajar itu terdiri dari :

- 1) Berdiri sendiri

Aspek berdiri sendiri maksudnya adalah kemampuan untuk menentukan atau memutuskan sendiri apa yang akan dilakukan tanpa tergantung atau disuruh oleh orang lain dalam kegiatan belajarnya. Kemampuan ini berkaitan dengan kepercayaannya diri dalam belajar.

- 2) Menyelesaikan masalah

Aspek menyelesaikan masalah atau kesulitan yang dihadapinya tanpa harus tergantung atau meminta bantuan orang lain.

- 3) Tanggung jawab

Aspek tanggung jawab adalah kesungguhan untuk memenuhi kewajiban dalam kegiatan belajarnya. Siswa menyadari pentingnya belajar bagi dirinya dan menjadikan belajar sebagai kebutuhan yang mendasar bagi dirinya.

#### 4) Inisiatif dan Kreativitas

Aspek inisiatif dan kreativitas merupakan suatu ide-ide , cara-cara atau pemikiran baru dan memiliki daya cipta dalam kegiatan belajarnya.

Dari beberapa pendapat dan pengertian aspek-aspek kemandirian belajar di atas, peneliti dapat membuat kesimpulan aspek kemandirian belajar terdiri dari : aspek pengelolaan belajar, aspek tanggung jawab dan aspek pemanfaatan berbagai sumber belajar. Pendapat dari Tahar dan Enceng dirasa cukup mewakili semua aspek kemandirian belajar karena aspek pengelolaan belajar dapat meliputi cara belajar , manajemen waktu belajar, dan suasana belajar yang diinginkan, aspek tanggung jawab meliputi tanggung jawab siswa terhadap pemahaman materi dan tugas yang diberikan guru dan tanggung jawab membagi waktu untuk bermain dan belajar, aspek pemanfaatan sumber belajar meliputi sumber belajar *offline* seperti buku, modul pembelajaran dan sumber belajar *online* seperti *google classroom, zoom.dll*.

#### b. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kemandirian Belajar

Kemandirian belajar dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor yang terdapat di dalam dirinya sendiri (internal) dan faktor – faktor yang terdapat di luar dirinya (eksternal). Faktor-faktor internal kemandirian belajar pada siswa dikemukakan oleh dua pendapat yaitu :

Djaali (2017) menyatakan faktor-faktor internal yang mempengaruhi kemandirian belajar yaitu :

1) Konsep Diri

Konsep diri adalah pandangan seseorang tentang dirinya sendiri yang menyangkut apa yang ia ketahui dan rasakan tentang perilakunya, isi hingga membentuk suatu konsep diri yang utuh, remaja akan terus menerus bimbang dan tidak mengerti tentang dirinya. Konsep diri merupakan gambaran yang dimiliki seseorang tentang dirinya, yang dibentuk melalui pengalaman-pengalaman yang diperoleh dari interaksi dengan lingkungan. Konsep diri bukan merupakan faktor bawaan melainkan berkembang dari pengalaman-pengalaman yang terus menerus dan terdiferensiasi. Dasar konsep diri individu ditanamkan pada saat – saat dini kehidupan anak dan menjadi dasar yang mempengaruhi tingkah lakunya di kemudian hari.

2) Motivasi

Motivasi merupakan kondisi fisiologis dan psikologis yang terdapat dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan aktivitas tertentu guna mencapai suatu tujuan (kebutuhan). Hal ini sejalan dengan pendapatnya Suryabrata (2013) kemandirian belajar adalah keadaan yang terdapat dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan aktivitas tertentu guna pencapaian suatu tujuan. Peranan motivasi mempelajari

tingkah laku seseorang besar sekali karena motivasi diperlukan bagi reinforcement (stimulus yang memperkuat dan mempertahankan tingkah laku yang dikehendaki) yang merupakan kondisi mutlak dalam proses kemandirian belajar, motivasi menyebabkan timbulnya berbagai tingkah laku, dimana salah satu diantaranya mungkin dapat merupakan perilaku yang dikehendaki.

### 3) Sikap

Sikap dapat didefinisikan dengan berbagai cara dan setiap definisi itu berbeda satu sama lainnya. Sikap belajar yang positif akan menimbulkan intensitas kegiatan yang lebih tinggi dibanding dengan sikap belajar yang negatif. Peranan sikap bukan saja ikut menentukan apa yang dilihat seseorang melainkan juga bagaimana ia melihatnya. Sikap belajar yang positif berkaitan erat dengan minat dan motivasi. Oleh karena itu, apabila faktor lainnya sama, siswa yang sikap belajarnya positif akan belajar lebih aktif dan dengan demikian akan memperoleh hasil yang lebih baik dibandingkan siswa yang sikap belajarnya negatif.

### 4) Minat

Minat adalah rasa lebih suka dan rasa keterikatan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang menyuruh. Minat pada dasarnya adalah penerimaan akan suatu hubungan antara diri sendiri dengan sesuatu di luar diri. Semakin kuat atau dekat hubungan tersebut, semakin besar minatnya. Minat dapat

diekspresikan melalui pernyataan yang menunjukkan bahwa siswa lebih menyukai suatu hal daripada hal lainnya, dapat pula dimanifestasikan melalui partisipasi dalam suatu aktivitas. Minat tidak dibawa sejak lahir, melainkan diperoleh kemudian.

#### 5) Kebiasaan Belajar

Kebiasaan belajar cenderung menguasai perilaku siswa pada siswa pada setiap kali mereka melakukan kegiatan belajar, karena kebiasaan mengandung motivasi yang kuat. Pada umumnya setiap orang bertindak berdasarkan *force of habit* dalam belajar, perbuatan menimbulkan kesenangan cenderung untuk diulang. Oleh karena itu tindakan berdasarkan kebiasaan bersifat mengukuhkan (*reinforcing*). Cara belajar yang efisien adalah dengan usaha sekecil-kecilnya memberikan hasil yang sebesar-besarnya bagi perkembangan individu untuk belajar.

Menurut Slameto(2015) faktor-faktor internal yang mempengaruhi kemandirian belajar antara lain :

##### 1) Intelegensi

Intelegensi besar pengaruhnya terhadap kemajuan kemandirian belajar. Dalam situasi yang sama siswa yang mempunyai intelegensi yang tinggi akan lebih berhasil daripada yang mempunyai tingkat intelegensi yang rendah. Walaupun belum pasti berhasil dalam belajarnya. Hal ini disebabkan karena belajar adalah suatu proses yang kompleks dengan banyak faktor yang

mempengaruhinya, sedangkan intelegensi adalah salah satu faktor di antara faktor lain.

## 2) Perhatian

Perhatian merupakan keaktifan jiwa yang dipertinggi, jiwa itu semata-mata tertuju kepada suatu objek (benda/hal) atau sekumpulan objek. Untuk dapat menjamin hasil belajar yang baik, maka siswa harus mempunyai perhatian terhadap bahan yang dipelajarinya, jika bahan pelajaran tidak menjadi perhatian siswa, maka timbullah kebosanan, sehingga ia tidak lagi suka belajar.

## 3) Minat

Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan. Kegiatan yang diminati seseorang, diperhatikan terus menerus yang disertai dengan rasa senang. Minat besar pengaruhnya terhadap kemandirian belajar, karena bila bahan pelajarannya yang dipelajari tidak sesuai dengan minat siswa, siswa tidak akan belajar dengan sebaik-baiknya dan menjadi tidak mandiri.

## 4) Bakat

Bakat merupakan kemampuan untuk belajar. Kemampuan itu baru akan terealisasi menjadi kecakapan yang nyata sesudah belajar atau berlatih. Semua orang memiliki bakat yang berbeda dengan orang lain. Bakat menunjuk pada potensi seseorang berkaitan dengan prestasi yang luar biasa dalam satu atau lebih area kemampuan.

Siswa yang memiliki bakat tinggi dalam berbagai bidang studi pendidikan akan berpengaruh terhadap kemandirian belajarnya.

5) Motif

Motivasi merupakan suatu proses yang menentukan tingkatan kegiatan, intensitas, konsistensi, serta arah umum dari tingkah laku manusia, merupakan konsep yang rumit dan berkaitan dengan konsep-konsep lain seperti minat, konsep diri dan sebagainya. Motivasi belajar seseorang yang tinggi diharapkan kemandirian belajarnya akan semakin tinggi sebaliknya ketika motivasi belajar rendah kemandiriannya akan rendah pula.

6) Kematangan

Kematangan adalah sesuatu tingkat/fase dalam pertumbuhan seseorang, di mana alat-alat tubuhnya sudah siap untuk melaksanakan kecakapan baru. Kematangan belum berarti anak dapat melaksanakan kegiatan secara terus menerus, untuk itu diperlukan latihan-latihan dan pelajaran. Dengan kata lain anak yang sudah siap (matang) belum dapat melaksanakan kecakapannya sebelum belajar.

7) Kesiapan

Kesiapan atau readiness merupakan kesediaan untuk memberi respons atau reaksi. Kesediaan itu timbul dari dalam diri seseorang dan juga berhubungan dengan kematangan, karena kematangan berarti kesiapan untuk melaksanakan kecakapan. Kesiapan ini

perlu diperhatikan dalam proses belajar, karena jika siswa belajar dan padanya sudah ada kesiapan, maka hasil belajarnya dan tingkat kemandirian belajarnya akan lebih baik.

Menurut Slameto(2015) faktor eksternal yang mempengaruhi kemandirian belajar :

1) Faktor keluarga

Keluarga merupakan kumpulan beberapa orang yang karena terikat oleh suatu ikatan perkawinan, lalu mengerti dan merasa berdiri sebagai suatu gabungan yang khas dan bersama-sama memperteguh gabungan itu untuk kebahagiaan, kesejahteraan, dan ketenteraman semua anggota yang ada dalam keluarga tersebut (Aziz,2015). Siswa yang belajar akan menerima pengaruh dari keluarga berupa : cara orang tua mendidik, relasi antara anggota keluarga, suasana rumah tangga, dan keadaan ekonomi keluarga.

a) Cara orang tua mendidik

Keluarga sebagai lembaga pendidikan pertama memiliki peran yang amat penting khususnya dalam penyadaran, penanaman, dan pengembangan nilai moral sosial dan budaya. Orang tua berperan membimbing anak untuk mengalami proses pembiasaan nilai-nilai sehingga nilai-nilai itu akan menjadi tatanan anak dalam dirinya. Pendidikan keluarga

memiliki pengalaman yang banyak yang diperoleh dari proses pendidikan keluarga yang dilaksanakan. Pendidikan keluarga mencakup berbagai ruang lingkungan dan nilai yang tercipta secara alami dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan dalam keluarga pada ranah kognitif dan psikomotorik lebih menekankan pada pembekalan manusia kreatif, kritis, dan terampil melalui kepemilikan life skills yang matang serta memiliki kesiapan bersaing secara global. Harapan melalui pendidikan keluarga seseorang akan mampu menjadi manusia unggul, berkarakter, cerdas, berkualitas dan mampu menjawab berbagai problem yang ada dalam setiap sisi kehidupan.

Orang tua memegang peran utama dan pertama bagi pendidikan, mengasuh, membesarkan dan mendidik anak. Orang tua memiliki peran penting dalam mengidentifikasi bakat anak-anak dan membimbing mereka, saling pengertian dan hubungan dekat antara orang tua dan anak-anak. Pengasuhan yang diberikan orang tua diwarnai oleh sikap-sikap tertentu dalam membimbing dan mengarahkan anak. Sikap tersebut tercermin dalam pola pengasuhan (Aisiyah. 2013). Menurut Tridhonanto (2014) pola asuh adalah suatu keseluruhan interaksi orang tua dan anak, dimana orang tua yang memberikan dorongan bagi anak dengan mengubah tingkah laku, pengetahuan, dan nilai-nilai dianggap paling tepat

bagi orang tua agar anak bisa mandiri, tumbuh serta berkembang secara sehat dan optimal, memiliki rasa percaya diri, memiliki sifat rasa ingin tahu, bersahabat, dan berorientasi untuk sukses. Pola asuh yang diberikan akan membantu mengembangkan kemandirian anak dalam belajar.

b) Relasi Antar anggota Keluarga

Relasi antar anggota yang terpenting adalah relasi orangtua dengan anak. Relasi antar keluarga erat kaitannya dengan cara orang tua mendidik anak. Bimbingan dan penyuluhan dari orang tua memegang peranan penting. Anak atau siswa yang mengalami kesukaran-kesukaran dalam proses pembelajaran dapat ditolong dengan memberikan bimbingan belajar sebaik-baiknya, sehingga keterlibatan orang tua akan sangat mempengaruhi keberhasilan bimbingan tersebut. Relasi antar anggota keluarga yang terpenting adalah relasi orang tua dengan anaknya. Selain itu relasi anak dengan saudaranya atau dengan anggota keluarga yang lain pun turut mempengaruhi belajar anak. Hubungan yang baik antar anggota keluarga dapat memberikan semangat bagi siswa untuk belajar karena anak tidak akan merasa tertekan ketika belajar sehingga anak merasa mendapat dukungan dan seluruh anggota keluarga.

c) Suasana Rumah

Suasana rumah sebagai situasi atau kejadian-kejadian yang sering terjadi dalam keluarga dimana anak berada dan belajar. Suasana rumah yang gaduh atau ramai tidak akan memberi ketenangan kepada anak saat belajar, sehingga anak malas untuk belajar dan kemandirian belajarnya semakin menurun. Suasana rumah merupakan faktor penting yang tidak termasuk faktor yang disengaja. Suasana rumah yang gaduh atau ramai dan semrawut dengan konflik dalam rumah tidak akan memberi ketenangan pada anak saat belajar. Demi kelancaran belajar serta keberhasilan anak, perlu diusahakan relasi yang baik di dalam keluarga anak tersebut. Hubungan yang baik adalah hubungan yang penuh pengertian dan kasih sayang, disertai dengan bimbingan dan bila perlu hukuman-hukuman untuk menyukseskan belajar anak sendiri.

d) Keadaan ekonomi keluarga

Keadaan ekonomi keluarga berkaitan dengan kemandirian belajar. Karena untuk menumbuhkan kemandirian belajar dibutuhkan pemenuhan kebutuhan-kebutuhan anak. Keluarga (orang tua) dengan keadaan sosial ekonomi tinggi tidak akan banyak mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan sekolah anak, berbeda dengan orang tua yang keadaan sosial ekonomi rendah. Contoh: anak saat belajar akan sangat memerlukan sarana penunjang belajar, dengan harga

mahal. Bila kebutuhan itu tidak terpenuhi maka akan menjadi penghambat bagi anak dalam pembelajaran.

e) Latar belakang kebudayaan

Tingkat pendidikan dan pembiasaan di dalam keluarga berpengaruh terhadap sikap anak dalam belajar. Perlu penanaman kebiasaan-kebiasaan yang baik agar mendorong semangat untuk belajar.

2) Faktor Sekolah

Sekolah merupakan tempat memberikan bekal ilmu kepada para siswa, berfungsi sebagai pembentuk kepribadian. Sekolah menjadi sumber pendidikan tentang kemandirian siswa. Sekolah dijadikan sarana kegiatan dalam suatu proses belajar, serta dukungan keluarga berperan sangat penting dan tanggung jawab utama orang tua untuk mendorong anak serta menyekolahkan ke lembaga pendidikan dengan harapan nantinya lebih mampu untuk mengembangkan minat guna meningkatkan kemandirian belajar. Metode yang digunakan guru di lingkungan sekolah dalam mengajar harus tepat, efisien dan efektif, sehingga dapat membantu meningkatkan kegiatan belajar mengajar. Sebaliknya metode mengajar guru yang kurang baik akan berpengaruh tidak baik pada kegiatan belajar mengajar. Lingkungan sekolah yang mencakup metode mengajar, kurikulum, relasi guru dengan siswa, relasi siswa dengan siswa, disiplin sekolah pelajaran dan waktu sekolah,

standar pelajaran berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa. Metode yang digunakan oleh guru dalam mengajar harus diusahakan tepat, efisien dan efektif mungkin, sehingga dapat membantu meningkatkan kegiatan belajar mengajar. Sebaliknya metode mengajar guru yang kurang baik akan mempengaruhi belajar siswa yang tidak baik pula. Kurikulum diartikan sebagai sejumlah kegiatan yang diberikan kepada siswa. Kegiatan belajar mengajar menyajikan bahan pelajaran agar siswa menerima, menguasai dan mengembangkan bahan pelajaran. Bahan pelajaran yang diberikan guru mempengaruhi belajar siswa, kurikulum yang kurang baik juga berpengaruh tidak baik terhadap belajar, relasi (guru dengan siswa) yang baik mengakibatkan siswa menyukai guru dan selanjutnya akan menyukai mata pelajaran yang diberikannya sehingga siswa berusaha mempelajari sebaik-baiknya. Sebaliknya jika siswa membenci guru, ia akan segan mempelajari mata pelajaran yang diberikan, sehingga siswa menjadi malas untuk belajar. Menciptakan relasi yang baik antar siswa adalah perlu agar dapat memberikan pengaruh yang positif terhadap belajar siswa. Selanjutnya, adalah kedisiplinan sekolah yang berkaitan dengan kerajinan siswa dalam kegiatan sekolah atau belajar. Seluruh staf sekolah yang mengikuti tata tertib dan bekerja dengan disiplin membuat siswa menjadi disiplin pula, selain itu juga memberi pengaruh yang positif terhadap belajar. Sekolah

dengan pelaksanaan disiplin kurang, akan berpengaruh pada sikap siswa dalam belajar, dan kurang bertanggung jawab.

### 3) Faktor masyarakat

Masyarakat merupakan faktor eksternal yang berpengaruh karena siswa ada dalam masyarakat, bergaul dengan teman sebaya, ataupun dengan orang yang lebih dewasa, kegiatan-kegiatan yang harus diikuti sebagai bentuk kehidupan bermasyarakat. Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kemandirian belajar pada siswa dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berupa konsep diri, motivasi, sikap, minat, kebiasaan belajar, intelegensi, perhatian, minat, bakat, kematangan dan kesiapan. Faktor eksternal yang mempengaruhinya adalah faktor keluarga, faktor sekolah dan masyarakat.

Berdasarkan dua pendapat di atas maka dapat disimpulkan faktor internal yang mempengaruhi kemandirian belajar pada siswa adalah konsep diri motivasi, sikap, minat, kebiasaan belajar, intelegensi, perhatian, minat, bakat, kematangan dan kesiapan. Faktor eksternal yang mempengaruhi kemandirian belajar menurut Djaali (2017) dikelompokkan menjadi empat faktor yaitu faktor keluarga, faktor sekolah, faktor masyarakat, dan lingkungan sekitar.

Ciri-ciri Kemandirian belajar :

- 1) Pemahaman diri (*self understanding*) yaitu bentuk upaya pencitraan diri seseorang tentang bagaimana individu tersebut memahami akan kekurangan dan kelebihan. Dalam hal kemandirian belajar individu dapat memahami kekurangan dan kelebihan dalam belajar.
- 2) Pengarahan diri sendiri(*self direction*) yaitu kekuatan yang dimiliki individu untuk menetapkan pilihan, mengambil keputusan, mengembangkan strategi belajar yang sesuai, serta memilih tindakan efektif dalam meraih tujuan. Dalam hal kemandirian belajar individu dapat memilih pilihan cara belajar dan waktu belajar.
- 3) Mengambil keputusan sendiri(*self decision*) yaitu suatu proses yang berkesinambungan untuk menganalisis dan mempertimbangkan berbagai alternatif dalam berbagai kondisi, memilih tindakan-tindakan yang paling tepat dan mengikuti perkembangan penerapan tindakan tersebut hingga masalah yang dihadapinya diselesaikan. Dalam hal kemandirian belajar individu dapat menyusun strategi belajarnya yang dirasa tepat untuk dirinya sendiri.
- 4) Bertanggung jawab terhadap diri sendiri(*self of responsibility*) yaitu perasaan/sikap untuk menjaga diri dari hal hal yg tidak baik dan melakukan sesuatu yg tidak merugikan/membahayakan diri.

Dalam hal kemandirian belajar individu dapat membedakan hal yang baik atau hal yang buruk untuk dirinya sendiri

- 5) Kebebasan berinisiatif(*self freedom for initiative*) yaitu kemampuan untuk berfikir dan bertindak secara kreatif, penuh inisiatif dan tidak sekedar meniru. Dalam hal kemandirian belajar individu mampu menemukan sendiri tentang sesuatu cara dan strategi yang harus dilakukan tanpa mengharapkan bimbingan dan tanpa pengarahan orang lain.

## 2. Konseling Kelompok

### a. Pengertian Konseling Kelompok

Natawidjaja (dalam Wibowo, 2005 :32) mengemukakan bahwa konseling kelompok merupakan upaya bantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya. Bersifat pencegahan dalam arti bahwa konseli yang bersangkutan mempunyai kemampuan untuk berfungsi secara wajar dalam masyarakat, akan tetapi memiliki titik lemah dalam kehidupannya sehingga mengganggu kelancaran berkomunikasi dengan orang lain.

Memahami pendapat Hatawidjaja bahwa konseling kelompok adalah suatu layanan konseling yang diberikan konselor untuk membantu individu dalam suasana kelompok untuk membantu perkembangan diri konseli.

Pengertian tersebut sejalan dengan pendapat Harrisson(2002) Konseling Kelompok adalah konseling yang terdiri dari 4-8 konseli yang bertemu dengan 1-2 konselor, dalam prosesnya konseling kelompok dapat membicarakan beberapa masalah, seperti kemampuan dalam membangun hubungan dan komunikasi, pengembangan harga diri, dan ketrampilan-ketrampilan dalam mengatasi masalah.

Menurut Juntika/Nurihsan (2006:24) konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhanserta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya.

Dari pemahaman pengertian diatas, menurut peneliti layanan konseling kelompok adalah bantuan individu yang dilakukan secara berkelompok melalui dinamika kelompok membahas suatu masalah dari narasumber tertentu (anggota kelompok/konselor) yang berguna bagi kehidupan pribadi, sosial, belajar atau karir.

#### b. Tujuan Konseling Kelompok

Menurut Winkel dalam (Kurnanto,2013:10) konseling kelompok dilakukan dengan beberapa tujuan yaitu :

- 1) Masing-masing anggota kelompok memahami dirinya dengan baik dan menemukan dirinya sendiri

- 2) Para anggota kelompok mengembangkan kemampuan berikan komunikasi satu sama lain sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang khas pada fase perkembangan mereka.
- 3) Masing-masing anggota kelompok menetapkan suatu sasaran yang ingin mereka capai, yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif.
- 4) Para anggota kelompok berani melangkah maju dan menerima resiko yang wajar dalam bertindak, daripada tinggal diam dan tidak berbuat apa-apa.
- 5) Masing-masing anggota kelompok semakin menyadari bahwa hal-hal yang memprihatinkan bagi dirinya sendiri kerap juga menimbulkan rasa prihatin dalam hati orang lain.
- 6) Para anggota kelompok memperoleh kemampuan mengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, mula-mula dalam kontra pribadi didalam kelompok dan kemudian juga dalam kehidupan sehari-hari diluar kehidupan kelompoknya.
- 7) Para anggota menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati perasaan orang lain.
- 8) Para anggota kelompok lebih menyadari dan menghayati makna dan kehidupan manusia sebagai kehidupan bersama, yang mengandung tuntutan orang lain dan harapan akan diterima orang lain.

9) Para anggota kelompok belajar berkomunikasi dengan anggota-anggota yang lain secara terbuka, dengan saling menghargai dan menaruh perhatian.

Bagi konseli, konseling kelompok dapat bermanfaat sekali karena melalui interaksi dengan anggota-anggota kelompok mereka akan mengembangkan berbagai ketrampilan yang pada intinya kepercayaan diri(*self confidence*) dan kepercayaan terhadap orang lain.

c. Tahap-tahap Kegiatan Konseling Kelompok

Tuckman dalam Gladding(2015: 309) adalah salah satu ahli teori pertama yang merancang proses tahapan untuk konseling kelompok. Dia percaya bahwa ada empat tahap perkembangan kelompok: pembentukan, penjelajahan, peraturan, dan pelaksanaan. Konsep ini kemudian diperluas untuk mencakup tahap lima: penundaan atau perkabungan. Pada setiap tahap terdapat tugas tertentu yang harus dilakukan, sebagai berikut:

1) Tahap Pembentukan (*forming*)

Dalam konseling kelompok, pembentukan merupakan tahap awal yang sangat berpengaruh dalam proses konseling kelompok tahap selanjutnya. Pada tahap pembentukan/ *forming* biasanya diletakkan fondasi untuk apa yang dilakukan kemudian dan siapa yang dianggap didalam atau luar dari pertimbangan kelompok. Pada tahap ini para anggota mengekspresikan

kegelisahan dan ketergantungan, serta membicarakan isu-isu yang tidak menimbulkan masalah. Satu cara untuk mempermudah transisi ke dalam kelompok pada tahap ini adalah dengan menyusun sedemikian rupa, sehingga para anggota merasa rileks dan mengetahui dengan pasti apa yang diharapkan dari mereka.

2) Tahap Penjelajahan (*storming*)

Pada tahap kedua ini konflik serta kekacauan besar biasanya terjadi. Konflik di dalam kelompok saat ini dan di waktu yang lain memaksa anggota kelompok untuk mengambil keputusan dasar mengenai tahap kemandirian dan ketergantungan dalam hubungan mereka satu sama lain.

3) Tahap Peraturan (*norming*)

Tahap ini ibarat orang dewasa muda, dimana setelah sukses melewati badai, kelompok sering kali menciptakan antusiasme dan kohesi. Tujuan dan cara kerja bersama ditentukan. Tahap ini kadang- kadang dikombinasi dengan tahap penjelajahan, tetapi baik dikombinasikan maupun tidak, tahap ini diikuti dengan pelaksanaan/ kerja.

4) Pelaksanaan / kerja

Pada tahap pelaksanaan, anggota kelompok saling terlibat satu dengan yang lain dengan tujuan individu maupun kolektif. Ini adalah dimana saat kelompok berjalan produktif.

5) Perkabungan/ terminasi

Pada tahap ini kelompok tersebut akan diakhiri biasanya mengucapkan salam perpisahan dan menyampaikan kesimpulan kegiatan.

Berdasarkan pendapat diatas dapat dipahami bahwa tahapan konseling kelompok terbagi menjadi 5 tahap. Tahap pembentukan dimana dalam tahap ini para anggota mengeksperikan kegelisahan dan ketergantungan serta membicarakan isu- isu yang tidak menimbulkan masalah, tahap penjelajahandidalamnya konflik serta kekacauan besar biasanya terjadi, tahap peraturan yang menentukan tujuan dan cara kerja bersama, tahap pelaksanaan dimana saat kelompok berjalan produktif, tahap perkabungan dilakukan dengan mengakhiri pertemuan dan menyampaikan kesimpulan kegiatan.

d. Fungsi Layanan Konseling Kelompok

Kunanto(2014: 12) konseling kelompok mempunyai dua fungsi, yaitu fungsi layanan kuratif; yaitu layanan yang diarahkan untuk mengatasi persoalan yang dialami individu, serta fungsi layanan preventif; yaitu layanan konseling yang diarahkan untuk mencegah terjadinya persoalan pada diri individu. Konseling kelompok bersifat pencegahan dan penyembuhan. Konseling kelompok bersifat pencegahan, dalam arti bahwa individu yang dibantu mempunyai kemampuan normal atau berfungsi secara wajar di masyarakat, tetapi memiliki beberapa kelemahan dalam kehidupannya sehingga mengganggu kelancaran berkomunikasi dengan orang lain. Sedangkan,

konseling kelompok bersifat penyembuhan dalam pengertian membantu individu untuk dapat keluar dari persoalan yang dialaminya dengan cara memberikan kesempatan, dorongan, juga pengarahan kepada individu untuk mengubah sikap dan perilakunya agar selaras dengan lingkungannya. Ini artinya, bahwa penyembuhan yang dimaksud di sini adalah penyembuhan bukan persepsi pada individu yang sakit, karena pada prinsipnya, obyek konseling adalah individu yang normal, bukan individu yang sakit secara psikologis.

e. Asas Konseling Kelompok

Prayitno(2004: 14-15) asas yang dipakai dalam konseling kelompok meliputi :

- 1) Kerahasiaan, karena membahas masalah pribadi anggota (masalah yang dirasakan tidak menyenangkan, mengganggu perasaan, kemauan dan aktifitas kesehariannya).
- 2) Kesukarelaan, yaitu asas yang menghendaki adanya kesukaan dan kerelaan siswa (konseli) mengikuti atau menjalani layanan atau kegiatan diperuntukkan baginya.
- 3) Keterbukaan, yaitu asas yang menghendaki agar peserta didik atau klien yang menjadi sasaran layanan bersikap terbuka dan tidak berpura-pura, baik dalam memberikan keterangan tentang dirinya sendiri, maupun dalam menerima berbagai informasi dan materi dari luar yang berguna bagi pengembangan dirinya.

4) Kegiatan, yaitu asas yang menghendaki agar siswa (klien) yang menjadi sasaran layanan dapat berpartisipasi aktif di dalam penyelenggaraan konseling kelompok.

Asas-asas yang perlu diterapkan dalam konseling kelompok adalah asas kerahasiaan, asas kesukarelaan, asas keterbukaan dan asas kegiatan.

f. Manfaat konseling kelompok

Konseling kelompok bermanfaat karena melalui interaksi dengan semua anggota kelompok siswa dapat memenuhi beberapa kebutuhan psikologis, seperti kebutuhan untuk menyesuaikan diri dengan teman-teman sebaya dan diterima oleh mereka; kebutuhan untuk bertukar pikiran dan berbagi perasaan; kebutuhan menemukan nilai-nilai kehidupan sebagai pegangan; dan kebutuhan untuk menjadi lebih independen serta lebih mandiri. Dalam suasana konseling kelompok siswa merasa lebih mudah membicarakan persoalan mendesak yang mereka hadapi; lebih rela menerima sumbangan pikiran dari seorang rekan konseli atau dari konselor yang memimpin kelompok itu; lebih bersedia membuka isi hatinya bila menyaksikan bahwa banyak rekannya tidak malu-malu untuk berbicara secara jujur dan terbuka; lebih terbuka terhadap tuntutan mengatur tingkah lakunya supaya terbina hubungan sosial yang lebih baik; dan merasa lebih bergembira dalam hidup karena menghayati suasana kebersamaan dan persatuan yang lebih memuaskan

bagi mereka daripada komunikasi dengan anggota keluarganya sendiri. (Winkel, 2006: 593).

Konseling kelompok mempunyai dinamika interaksi sosial yang dapat berkembang dengan intensif dalam suasana kelompok. Melalui dinamika interaksi sosial yang terjadi antar anggota kelompok, masalah yang dialami oleh masing-masing individu akan diantisipasi. Dinamika interaksi sosial yang secara intensif terjadi dalam suasana kelompok dengan pendekatan behaviorial dapat meningkatkan kemandirian belajar dengan modifikasi perilaku sebagai tindakan yang bertujuan untuk mengubah perilaku. Modifikasi perilaku dapat sebagai usaha menerapkan prinsip-prinsip belajar hasil pada perilaku manusia pada pelaksanaan layanan konseling kelompok.

### 3. Pendekatan Behaviorial

#### a. Pengertian Pendekatan Behaviorial

Pendekatan behaviorial didasarkan pada pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia yang menekankan pada pentingnya pendekatan sistematis dan terstruktur pada konseling. Pendekatan behaviorial berpandangan bahwa setiap tingkah laku dapat dipelajari. Proses belajar tingkah laku adalah melalui kematangan dan belajar. Selanjutnya tingkah laku lama dapat diganti tingkah laku baru. Manusia dipandang memiliki potensi untuk berperilaku baik atau buruk, tepat atau salah. Manusia mampu melakukan refleksi atas tingkah lakunya sendiri, dapat mengatur serta mengontrol perilakunya

dan dapat belajar tingkah laku baru atau dapat mempengaruhi orang lain. (Komalasari, dkk, 2016: 152)

b. Tujuan Konseling Behavioral

Tujuan konseling behavioral berorientasi pada perubahan atau modifikasi perilaku konseli, yang diantaranya untuk :

- 1) Menciptakan kondisi-kondisi baru bagi proses belajar.
- 2) Penghapusan hasil belajar yang tidak adaptif.
- 3) Memberi pengalaman belajar yang adaptif namun belum dipelajari.
- 4) Membantu konseli membuang respons-respons yang lama yang merusak diri atau maladaptif dan mempelajari respons-respons yang baru yang lebih sehat dan sesuai.
- 5) Konseli belajar perilaku baru dan mengeliminasi perilaku yang maladaptif, memperkuat serta mempertahankan perilaku yang diinginkan.

Penetapan tujuan dan tingkah laku serta upaya pencapaian sasaran dilakukan bersama antara konseli dan konselor.

4. Teknik *Behavioral Contract*

*Behavioral contract*(kontrak perilaku) didasarkan pada prinsip *operant conditioning*, *reinforcement* positif, dan dapat digunakan sebagai salah satu variasi prinsip Premack. Kontrak perilaku adalah kesepakatan tertulis antara dua orang individu atau lebih di mana

salah satu atau kedua orang sepakat untuk terlibat dalam sebuah perilaku target. Kontrak perilaku menetapkan seluruh detail perilaku target, termasuk dimana perilaku itu akan terjadi, bagaimana perilaku itu akan dilaksanakan, dan kapan perilaku itu harus diselesaikan. Semua orang yang terlibat dalam kontrak harus dinegosiasikan syarat-syaratnya sehingga kontraknya dapat diterima oleh setiap orang.

Istilah *behavioral contract* digunakan pertama kalinya oleh L.P.Homme pada 1996 ketika ia melaporkan menggunakan kontrak dengan para *dropout* SMA untuk memberikan *reinforcement* pada kinerja akademis.. Meskipun mereka dipopulerkan oleh para terapis perilaku dan realitas, kontrak perilaku sekarang, diintegrasikan ke dalam banyak pendekatan teoretik yang berbeda, Hackney & Cormier (2012) termasuk *motivational interviewing*(Enea& Dafinoiu,2009).

Salah satu kekuatan utama kontrak perilaku adalah dia menuntut orang-orang untuk konsisten. Oleh sebab itu, kontrak cenderung populer di antara anak-anak karena dapat memberikan tanggung jawab kepada orangtua atau guru didalam ketentuan atau kesepakatannya. Kontrak perilaku menetapkan tingkat timbal-balik di antara orang-orang yang terlibat, apakah itu orangtua dan anak, atau guru dan siswa. Kontrak dapat diubah atau dinegosiasikan dari waktu ke waktu dan pada akhirnya berakhir begitu perilaku targetnya menjadi rutin.

a. Cara Mengimplementasikan Teknik *Behavioral Contract*

Sebelum menulis sebuah kontrak perilaku, perilaku target seharusnya diidentifikasi. Data basal seharusnya dikumpulkan untuk menentukan dimana, dalam kondisi apa dan seberapa sering perilaku saat ini terjadi. Informasi ini kelak akan digunakan ketika menentukan tujuan awalnya. Begitu perilaku target teridentifikasi, tiga langkah yang harus diselesaikan sebelum menulis kontrak perilaku, yaitu :

- 1) Putuskan bagaimana perilaku itu akan diukur. Perilaku mungkin diobservasi secara langsung atau diukur berdasarkan hasilnya. Pilih dimana kontrak akan digunakan dan siapa yang terlibat dalam mengukur perilaku target.
- 2) Dengan menggunakan data basal frekuensi perilaku, identifikasi ekspektasi dan tujuan perilaku yang spesifik. Tetapkan berapa sering perilaku target harus dilakukan agar dianggap sukses.
- 3) Kontrak harus fleksibel dan memungkinkan aproksimasi suksesif ke arah tujuan, artinya ekspektasi seharusnya dinaikkan perlahan-lahan untuk memungkinkan kemajuan ke arah frekuensi target.

Putuskan apakah konsekuensi negatif akan digunakan untuk kegagalan mencapai tujuan. Putuskan siapa yang akan mengimplementasikan rencana *contingency* dan tentukan skedul *reinforcement* apa yang akan mengikuti. Skedul dengan rasio

tetap atau rasio tetap dan interval tetap seringkali adalah yang terbaik diawal, tetapi kemudian pindah ke *schedule* rasio-variabel atau interval variabel begitu perilaku target telah dikuasai dan dapat membantu mempertahankan perilaku ini. Sebuah klausa bonus juga dapat dimasukkan untuk *me-reward* untuk kemajuan terus menerus atau luar biasa. Setelah menyolidkan detail-detail rencana perilaku, kontrak dapat ditulis. Pastikan memasukkan tanggal mulai, perilaku target, kriteria, dan tenggat waktu untuk menyelesaikan tugas dan *reinforcement* yang akan digunakan. Diskusikan kontrak dengan klien dan semua pihak yang terlibat, kontrak harus jelas bagi setiap orang yang terlibat, dan tujuan-tujuan perilakunya harus spesifik. James & Gilliland(2003). Setiap orang yang terlibat harusnya menandatangani kontrak dan menerima salinannya.

Terakhir, tetapkan sebuah pertemuan evaluasi setelah satu atau dua minggu untuk memantau kemajuan kontrak. Putuskan apakah waktu yang cocok diberikan untuk menyelesaikan tugasnya. Evaluasi *reinforcement*-nya, Apakah cocok, efektif dan diberikan secara tepat waktu? Di samping itu, putuskan apakah ekspektasi –ekspektasi kontraknya realistis, jelas ,dan dinyatakan sebagai aproksimasi aproksimasi kecil ke arah tujuan yang diinginkan. James & Gilliland(2003)

b. Variasi-variasi Teknik *Behavioral Contract*

Menurut Miltenberger dalam (Kurnanto,2013) ada tiga variasi kontrak perilaku yaitu :

- 1) Kontrak satu pihak(kontrak unilateral) seorang individu ingin mengubah sebuah perilaku target. Ia membuat berbagai pengaturan untuk seorang manajer kontrak untuk mengimplementasikan kontigensi-kontigensi reinforcement atau hukuman. Kontrak satu pihak dapat digunakan untuk meningkatkan perilaku yang diinginkan, misalnya olahraga, belajar, perilaku terkait sekolah dan pekerjaan, atau mengurangi perilaku yang tidak diinginkan seperti menonton TV berlebihan.
- 2) Kontrak dua pihak(kontrak bilateral) memungkinkan kedua belah pihak untuk mengidentifikasi perilaku-perilaku target dan kontigensi-kontigensi yang akan diimplementasikan.
- 3) Kontrak *quid pro quo* melibatkan hubungan diantara dua perilaku target yang satu akan diberikan sebagai balasan untuk yang lain.
- 4) Kontrak perilaku lain(*self contract*) dapat dirancang untuk membantu seorang individu memenuhi tujuan. Perilaku yang diperlukan seharusnya diidentifikasi dengan jelas dan diuraikan menjadi sub-sub tugas yang lebih kecil dan dapat diberi reward secara terpisah.

c. Kegunaan dan Evaluasi Teknik *Behavioral Contract*

- 1) Kontrak perilaku dapat digunakan untuk mengajarkan perilaku baru.
- 2) Mengurangi perilaku yang tidak diinginkan.
- 3) Meningkatkan perilaku yang diharapkan (Downing, 1990).
- 4) Meningkatkan perilaku tetap pada tugas dengan segera dan signifikan.
- 5) Kontrak perilaku yang menggunakan uang sebagai hadiah untuk menyelesaikan halaman-halaman buku kerja dalam program latihan kerja dapat meningkatkan produktivitas siswa-siswa kurang beruntung yang lebih tua.

d. Contoh Teknik *Behavioral Contract*

- 1) Pertanyaan dari konselor
  - a) Bagaimana sistem pembelajaran *daring* menurut Anda?
  - b) Bantu saya memahami alasan anda untuk ini, saya yakin anda memiliki alasan, mengapa anda sering malas mengerjakan tugas dari guru saat belajar *daring*?
  - c) Apakah anda tau jika terus menerus tidak mengerjakan tugas dari guru akan tertinggal materi dari teman yang lain?
  - d) Bagaimana usaha anda agar selalu mengerjakan tugas dari guru tepat waktu?
  - e) Butuh berapa lama waktu untuk merealisasikan usaha anda agar selalu mengerjakan tugas tepat waktu?
- 2) Pernyataan / perilaku yang diharapkan oleh konselor

- a) Remaja berjanji untuk mengerjakan tugas dari guru tepat waktu.
- b) Alasan remaja tidak mengerjakan tugas adalah karena sulit memahami materi pelajarannya akan tetapi akan tetap berusaha.
- c) Jika terus menerus tidak mengerjakan tugas dari guru akan tertinggal materi pelajaran dari teman yang lainnya..
- d) Remaja berusaha untuk selalu mengerjakan tugas dari guru tepat waktu.
- e) Waktu yang diberikan konselor kepada remaja untuk menjalankan kontrak perilakunya adalah 1-2minggu.

Konselor dan remaja menentukan satu hari untuk melakukan evaluasi dari kontrak perilaku yang disepakati dan pemberian *reward* atau *reinforcement* kepada siswa yang berhasil melaksanakan perilaku yang diinginkan.

e. *Konseling Kelompok dengan teknik behavioral contract*

Konseling kelompok adalah bantuan individu yang dilakukan secara berkelompok melalui dinamika kelompok membahas suatu masalah dari narasumber tertentu (anggota kelompok/konselor) yang berguna bagi kehidupan pribadi, sosial, belajar atau karir.

*Behavioral contract* adalah kesepakatan tertulis antara dua orang individu atau lebih di mana salah satu atau kedua orang sepakat untuk terlibat dalam sebuah perilaku target. Kontrak perilaku

menetapkan seluruh detail perilaku target, termasuk dimana perilaku itu akan terjadi, bagaimana perilaku itu akan dilaksanakan, dan kapan perilaku itu harus diselesaikan. Semua orang yang terlibat dalam kontrak harus dinegosiasikan syarat-syaratnya sehingga kontraknya dapat diterima oleh setiap orang. Pelaksanaan Konseling Kelompok teknik *behavioral contract* pada penelitian ini dilaksanakan dalam 8 kali pertemuan dan 4 kali pertemuan untuk membuat kontrak perilaku bersama anggota kelompok dengan isi kontrak perilaku, sebagai berikut :

Kontrak perilaku 1 :

1. saya berjanji akan mengerjakan tugas dari guru dengan baik.
2. saya berjanji akan mengerjakan tugas dan belajar tanpa dsuruh orang lain.
3. saya tidak akan menunda mengerjakan tugas lagi.
4. saya berjanji akan mengurangi waktu bermain.
5. saya berjanji akan membagi waktu belajar dan bermain dengan baik.

Kontrak perilaku 2 :

1. saya berjanji akan membagi waktu belajar dan bermain dengan baik.
2. saya berjanji tidak akan menunda tugas lagi.
3. saya berjanji tidak akan bermain game lagi.
4. saya berjanji lebih giat belajar agar nilai lebih baik dari sebelumnya.

Kontrak perilaku 3 :

1. saya akan mengurangi waktu bermain game

2. menambah waktu belajar dan mengurangi bermain di luar rumah.

Kontrak perilaku 4 :

1. saya akan menjaga rutinitas belajar setiap harinya.
2. saya berjanji akan lebih bersungguh-sungguh lagi dalam belajar dan mengerjakan tugas dengan tepat waktu.

Dengan adanya komitmen untuk menjalankan kontrak perilaku serta diberikannya *rewards* dan *punishment* yang menarik akan menumbuhkan semangat anggota kelompok untuk merubah perilaku menjadi semangat belajar, rajin mengerjakan tugas dan mengurangi waktu bermain.

- f. Efektifitas Konseling Kelompok dengan teknik *behavioral contract* untuk meningkatkan kemandirian belajar pada Remaja

Kemandirian belajar adalah kemauan dan kemampuan untuk belajar dengan inisiatif sendiri, dengan atau tanpa bantuan pihak lain dalam penentuan tujuan belajar, baik dalam aspek pengetahuan, keterampilan maupun sikap yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah belajarnya.

Menurut Nurhayati (2011) Kemandirian belajar adalah kemampuan dalam belajar yang didasarkan pada rasa tanggung jawab, percaya diri, inisiatif, dan motivasi sendiri dengan atau tanpa bantuan orang lain yang relevan untuk menguasai kompetensi tertentu, baik

dalam aspek pengetahuan, keterampilan maupun sikap yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah belajarnya.

Mujiman (2011) mengartikan kemandirian belajar adalah sifat serta kemampuan yang dimiliki oleh siswa untuk melakukan kegiatan belajar aktif, yang didorong oleh motif siswa untuk menguasai suatu kompetensi. Kegiatan belajar aktif yang didorong oleh niat atau motif untuk menguasai suatu kompetensi guna mengatasi suatu masalah, dibangun dengan bekal pengetahuan atau kompetensi yang dimiliki baik dalam menetapkan waktu belajar, tempat belajar, irama belajar, tempo belajar, cara belajar, maupun evaluasi belajar yang dilakukan oleh pembelajar itu sendiri.

Dari beberapa pengertian diatas peneliti menyimpulkan pengertian Kemandirian belajar adalah kemauan dan kemampuan untuk belajar dengan inisiatif sendiri, dengan atau tanpa bantuan pihak lain dalam penentuan tujuan belajar, baik dalam aspek pengetahuan, keterampilan maupun sikap yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah belajarnya.

Konseling kelompok yang dilakukan dalam penelitian ini adalah konseling kelompok dengan pendekatan behavior. Pendekatan behavior berpandangan bahwa setiap tingkah laku dapat dipelajari. Pendekatan behavior memiliki beberapa teknik yaitu, penguatan positif, *token economy*, pembentukan tingkah laku, pembuatan

kontrak, penghapusan, *time-out*, *flooding*, hukuman, terapi aversi, modeling, disensitisasi sistematis. *Behavioral contract* atau pembuatan kontrak perilaku merupakan teknik yang dipilih untuk meningkatkan kemandirian belajar pada remaja karena dengan membuat kontrak perilaku remaja diajarkan untuk berkomitmen dengan kontrak yang sudah dibuat dan jika melanggar salah satu kontrak akan diberikan *punishment*. Akan tetapi jika dalam kurun waktu yang ditentukan tidak ada pelanggaran maka konselor akan memberikan *rewards* kepada konseli.

Pada pelaksanaan konseling kelompok terjadi hubungan yang hangat, permisif, terbuka dan penuh keakraban. Selain itu juga ada pengungkapan dan pemahaman masalah peserta didik, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah, kegiatan evaluasi dan tindak lanjut. Didalam konseling kelompok terdapat dinamika interaksi sosial yang dapat berkembang dengan intensif dalam suasana kelompok. Melalui dinamika interaksi sosial yang terjadi antar anggota kelompok, masalah yang dialami oleh masing-masing individu akan diatasi. Dinamika interaksi sosial yang secara intensif terjadi dalam suasana kelompok dengan pendekatan behavioral dapat meningkatkan kemandirian belajar dengan kontrak perilaku sebagai tindakan yang bertujuan untuk mengubah perilaku. Modifikasi perilaku dapat sebagai usaha menerapkan prinsip-prinsip belajar hasil pada perilaku manusia. Pada pelaksanaan layanan

konseling kelompok dengan pendekatan behavioral dengan teknik *behavioral contract*. (Damayanti;Aeni, 2016: 8).

Konseling kelompok merupakan suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya untuk membantu klien mengatasi masalah yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari. Jumlah klien yang dapat berpartisipasi dalam konseling kelompok dapat ditetapkan berdasarkan kemampuan konselor dan pertimbangan efektifitas proses konseling.

Konseling behavioral dikenal dengan modifikasi perilaku yang dapat diartikan sebagai tindakan yang bertujuan untuk mengubah perilaku. Layanan konseling kelompok difokuskan untuk membantu konseli mengatasi masalah mereka melalui penyesuaian diri perkembangan kepribadian dari hari ke hari. Interaksi yang intensif dan terus menerus dapat dilakukan dengan layanan konseling kelompok. Layanan konseling kelompok memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk berinteraksi antar pribadi yang khas. Interaksi sosial yang intensif dan dinamis selama pelaksanaan layanan diharapkan dapat mencapai tujuan yang sesuai dengan kebutuhan setiap anggota kelompok, selain itu anggota kelompok dapat berlatih untuk mengeluarkan gagasan, ide, saran, maupun sanggahan yang bersifat membangun.

Berdasarkan teori yang telah dipaparkan mengenai perilaku kemandirian belajar disertai dengan adanya penelitian yang relevan, melalui layanan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract* kepada remaja yang memiliki perilaku kemandirian belajar rendah diharapkan dapat mencapai suatu perubahan perilaku ke arah positif. Perkembangan anak usia remaja masih memiliki emosi yang labil, maka dengan diberikan teknik *behavioral contract* efektif untuk meningkatkan kemandirian belajar pada remaja.

## **B. Penelitian Terdahulu yang Relevan**

Penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti merupakan penelitian yang mengacu pada penelitian yang terdahulu diantaranya, penelitian yang dilakukan oleh Nalindra, dkk (2013) dengan judul Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Dengan Menggunakan Layanan Konseling Kelompok. Populasi yang digunakan adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 10 Kotabumi. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket dan observasi. Teknik analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Match Pairs Test*. Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan uji Wilcoxon diperoleh hasil pretest dan posttest yang diperoleh  $Z_{\text{output}} > Z_{\text{tabel}} (-2,201 > 0)$  maka,  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang artinya kemandirian belajar siswa dapat ditingkatkan dengan menggunakan konseling kelompok pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 10 Kotabumi. Berdasarkan laporan pelaksanaan penelitian tersebut mendapatkan hasil bahwa kemandirian belajar siswa di SMP N 10 Kotabumi Lampung mengalami peningkatan dengan

menggunakan teknik *behavioral contract* dengan adanya *reward* dan *punishment*, dan penelitian yang dilakukan oleh Busmayaril dan : Havilla(2018:131-140) dengan judul Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Behavioral Contract* Sebagai Layanan pada Peserta Didik yang Memiliki Perilaku Membolos. Teknik pengumpulan sampling dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Dalam penelitian ini terdapat 2 kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang diberikan teknik *behavioral contract* dan kelompok control diberikan teknik *self control*. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket, wawancara, observasi dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan Wilcoxon dengan hasil analisis kelas eksperimen menggunakan teknik *behavioral contract* lebih berpengaruh terhadap penurunan perilaku membolos siswa. Berdasarkan laporan pelaksanaan penelitian tersebut mendapatkan hasil bahwa teknik *behavioral contract* berpengaruh lebih baik terhadap perilaku membolos peserta didik kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung. Hasil penelitian tersebut menjadi dasar peneliti untuk menggunakan layanan konseling kelompok dalam meningkatkan kemandirian belajar pada remaja di Dusun Kijingsari Tempuran. Sedangkan Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Dengan Menggunakan Layanan Konseling Kelompok penelitian yang dilakukan oleh Nalindra,dkk dengan judul Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Dengan Menggunakan Layanan Konseling Kelompok, mendapatkan hasil bahwa dengan teknik *behavioral contract* berpengaruh dalam meningkatkan kemandirian belajar siswa SMP N 10 Kotabumi Lampung, dan penelitian yang dilakukan oleh Busmayaril dan : Havilla(2018 : 131-140)

dengan judul *Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Behavioral Contract* Sebagai Layanan pada Peserta Didik yang Memiliki Perilaku Membolos. Berdasarkan laporan pelaksanaan penelitian tersebut mendapatkan perilaku membolos peserta didik kelas XI hasil bahwa teknik *behavioral contract* berpengaruh lebih baik terhadap SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung. Penelitian tersebut menjadi dasar penguat peneliti dalam menggunakan teknik *behavioral contract* untuk meningkatkan kemandirian belajar remaja Dusun Kijingsari, Tempuran

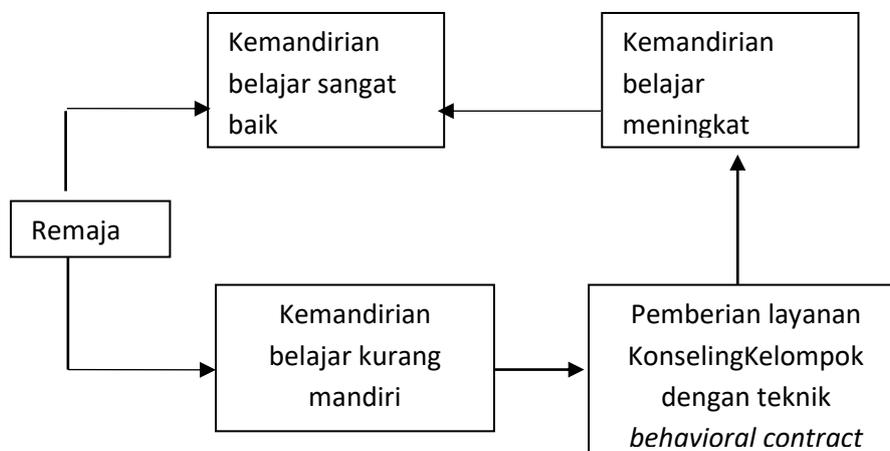
### **C. Kerangka Pemikiran**

Pelajar di Dusun Kijingsari Wetan, Tempuran khususnya pada remaja memiliki kemandirian belajar yang kurang mandiri, sejak kegiatan belajar dilakukan di rumah selama masa pandemic ini. Remaja yang memiliki kemandirian belajar yang kurang mandiri akan membentuk pola tingkah laku yang buruk sehingga mengakibatkan prestasi akademik menurun, kemandirian belajar yang kurang mandiri menjadi perilaku fondasi untuk melakukan perilaku negatif dimasa dewasa. Remaja diberikan layanan konseling kelompok karena dipandang efektif dapat membantu untuk meningkatkan kemandirian belajar pada remaja. Konseling kelompok bermanfaat karena melalui interaksi dengan semua anggota kelompok mereka memenuhi beberapa kebutuhan psikologis, seperti kebutuhan untuk menyesuaikan diri dengan teman-teman sebaya dan diterima oleh mereka; kebutuhan untuk bertukar pikiran dan berbagi perasaan; kebutuhan

menemukan nilai-nilai kehidupan sebagai pegalngan; dan kebutuhan untuk menjadi lebih independen serta lebih mandiri.

Penulis berupaya menerapkan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract* pada kelompok eksperimen untuk meningkatkan kemandirian belajar remaja. Kegiatan konseling kelompok diharapkan dapat menyelesaikan masalah terkait dengan kemandirian belajar remaja selama belajar di rumah. Teknik *behavioral contract* dipilih untuk meningkatkan kemandirian belajar pada remaja.

Gambaran hubungan antar variabel dalam penelitian ini, berdasarkan telaah pustaka yang telah disebutkan diatas yaitu bahwa konseling kelompok teknik *behavioral contract* merupakan perlakuan yang akan penulis berikan kepada sekelompok remaja melalui dinamika konseling kelompok yang akan diciptakan untuk meningkatkan kemandirian belajar pada remaja.



## **Gambar 1** **Kerangka Berpikir**

### **D. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis merupakan jawaban sementara masalah penelitian yang kebenarannya harus diuji berdasarkan data empiric, maka hasil pengujian hipotesis dapat membenarkan atau menolak hipotesis yang telah dirumuskan.

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan pada bagian sebelumnya, maka dapat dibuat hipotesis sebagai berikut : “Teknik *Behavioral Contract* efektif untuk meningkatkan kemandirian belajar pada remaja”.

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Desain Penelitian**

Sugiyono(2012:109) mengemukakan bahwa penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Penelitian eksperimen ada beberapa desain yaitu *pre-experimental design*, *true-experimental design*, *factorial design* dan *quasi-experimental design*. Adapun desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah pre-eksperimen.

Menurut Yusuf(2015:78) penelitian *pre-experiment* yaitu penelitian eksperimen yang pada prinsipnya menggunakan satu kelompok. Bahwa dalam penelitian tidak ada kelompok kontrol. Berdasarkan pengertian tersebut, peneliti menggunakan penelitian tipe *One Group Pretest-Posttest Design* karena penelitian ini tanpa menggunakan kelompok kontrol. Pelaksanaan eksperimen dengan desain ini dilakukan dengan memberikan perlakuan (X) terhadap satu kelompok, yaitu kelompok eksperimen. Sebelum diberikan perlakuan, kelompok tersebut diberi pretest (O1) untuk mengukur pengetahuan. Kemudian diberikan perlakuan layanan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract*, dan sesudah perlakuan diberikan posttest (O2). Hasil kedua test dibandingkan untuk menguji apakah layanan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract* efektif terhadap kemandirian belajar remaja kelompok eksperimen.

Penelitian ini dilaksanakan dalam delapan kali pertemuan. Pada awal pertemuan pada hari berbeda, sampel diberikan pretest. Kemudian diadakan delapan kali pertemuan untuk perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract*. Setelah pemberian perlakuan selesai maka akan diberikan *post test* pada hari yang berbeda dari pertemuan ke delapan kepada sampel. Hasil pre test dan post test dibandingkan, maka akan diperoleh perbedaan antara keduanya. Hal ini bertujuan untuk mengetahui apakah efektif layanan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract* terhadap kemandirian belajar remaja.

**Tabel 1**  
***One Group Pretest Posttest Design***

Group	Pre-test	Variabel Terkait	Post-test
K <sup>P</sup>	O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>

ETKETERANGAN :

P : *Group*

O<sub>1</sub> : *Pretest*

X : *Treatment* (perlakuan konseling kelompok teknik *behavioral contract*)

O<sub>2</sub> : *Posttest*

## **B. Identifikasi Variabel Penelitian**

Menurut Sugiyono (2012: 61) variabel penelitian merupakan suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulan. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang

menggunakan dua variabel, yaitu variabel terikat dan variabel bebas yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Variabel Bebas / variabel *independent*

Variabel bebas adalah variabel yang menjelaskan atau mempengaruhi variabel yang lain. Variabel bebas pada penelitian ini adalah layanan konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract* yang disimbolkan dengan huruf X.

2. Variabel terikat / variabel *dependent*

Variabel terikat adalah variabel yang dijelaskan atau yang dipengaruhi variabel bebas. Variabel terikat yaitu kemandirian belajar remaja yang disimbolkan dengan huruf Y.

### **C. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Kemandirian belajar adalah kemauan dan kemampuan untuk belajar dengan inisiatif sendiri, dengan atau tanpa bantuan pihak lain dalam penentuan tujuan belajar, maupun sikap yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah belajarnya. Setiap individu memiliki kemandirian belajar yang berbeda tergantung pada tujuan belajar pada diri individu sendiri. Aspek yang meliputi kemandirian belajar yaitu pengelolaan belajar, tanggung jawab, dan pemanfaatan berbagai sumber belajar. Adapun faktor yang mempengaruhi kemandirian belajar yaitu faktor internal yang mempengaruhi kemandirian belajar pada siswa adalah konsep diri, motivasi, sikap, minat, kebiasaan belajar, intelegensi, perhatian, minat, bakat, kematangan dan kesiapan. Faktor eksternal yang mempengaruhi kemandirian belajar menurut

Djaali (2017) dikelompokkan menjadi empat faktor yaitu faktor keluarga, faktor sekolah, faktor masyarakat, dan lingkungan sekitar.

Layanan konseling kelompok teknik *behavioral contract* adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya, dengan pengadaan kontrak perilaku sehingga remaja dapat berkomitmen dengan perilakunya dan adanya *rewards* dan *punishment* untuk memberikan motivasi dan semangat remaja untuk mengubah perilaku kearah yang positif.

#### **D. Subjek Penelitian**

##### **1. Populasi**

Populasi merupakan seluruh individu yang dimaksudkan sebagai sasaran atau target kesimpulan dari hasil akhir dalam suatu penelitian dan populasi harus mempunyai sifat yang sama. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa sekolahusia remaja Dusun Kijingsari Wetan, Tempuran yang berjumlah 10siswa. Peneliti mendapatkan jumlah populasi berdasarkan rekomendasi langsung dari kepala desa setempat.

##### **2. Sampel**

Menurut Margono (2004) teknik sampling adalah cara untuk menentukan sampel yang jumlahnya sesuai dengan ukuran sampel yang akan dijadikan sumber data sebenarnya, dengan memperhatikan sifat-sifat dan penyebaran populasi agar diperoleh sampel yang representatif.Sampel

adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja di Dusun Kijingsari Wetan, Tempuran sejumlah 8 anak.

### 3. Sampling

Menurut Arikunto (2002:124) “sampling adalah proses yang dilakukan untuk memilih dan mengambil sampel”. Menurut Djarwanto PS dan Subagyo (2000:114), “Ada 2 cara pengambilan sampel yaitu random sampling dan non random sampling”. Berikut penjelasannya.

a) Random Sampling. Random sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana semua individu dalam populasi baik secara sendiri-sendiri atau bersama-sama diberi kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai anggota sampel. Menurut Arikunto (2006:124) “Cara pengambilan sampel dengan random sampling ada 3 cara” yaitu:

- 1) cara undian
- 2) cara ordinal
- 3) cara randomisasi.

b) Non Random Sampling Non random sampling adalah cara pengambilan sampel yang tidak semua anggota populasi diberi kesempatan untuk dipilih dengan sampel. Jenis pengambilan sampel menurut Slameto (2007: 12) “pengambilan sampling dengan non random sampling dapat dicari dengan quota sampling, purposive sampling, area sampling, proporsioal sampling, stratified sampling, double sampling dan combined sampling”.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik sampling *random sampling* cara undian yaitu dengan cara menulis semua nama populasi dalam kertas yang digulung kemudian undian dilakukan dengan cara memasukkan gulungan kertas ke dalam gelas dan mengeluarkan 8 gulungan kertas tersebut dan 8 nama yang keluar dipilih sebagai anggota sampel. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *simple random sampling*. Dikatakan *simple* (sederhana) karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Cara demikian dilakukan bila anggota populasi dianggap homogen. (Sugiyono, 2017: 82)

#### **E. Metode Pengumpulan Data**

Untuk memperoleh data yang dimaksud, metode pengumpulan data yang digunakan adalah angket. Angket merupakan daftar pertanyaan yang diberikan kepada orang lain dengan maksud agar orang yang diberi angket tersebut bersedia memberikan respons sesuai dengan permintaan. Angket dibagi dalam tiga bagian, yaitu angket tertutup, angket terbuka, dan angket model gabungan. Penelitian ini menggunakan angket tertutup, jenis angket yang menghendaki jawaban pendek. Pengisian angket tersebut dilakukan pada pertemuan pertama sebagai pretest dan pada pertemuan kedelapan sebagai *posttest*.

Dalam mengisi angket, peneliti memberikan empat pilihan pernyataan alternatif. Pertanyaan mendukung dengan jawaban sangat sesuai (SS) skornya

4, jawaban sesuai (S) skornya 3, jawaban tidak sesuai (TS) skornya 2, dan jawaban sangat tidak sesuai (STS) skornya 1. Sebaliknya, apabila pertanyaan tidak mendukung jawaban sangat tidak sesuai skornya (4), jawaban tidak sesuai (TS) skornya 3, jawaban sesuai (S) skornya 2, dan jawaban sangat sesuai (SS) skornya.

## 1. Instrumen Penelitian

### a. Angket

Angket merupakan daftar pertanyaan yang diberikan kepada orang lain dengan maksud agar orang yang diberi angket tersebut bersedia memberikan respons sesuai dengan permintaan. Angket dibagi dalam tiga bagian, yaitu angket tertutup, angket terbuka, dan angket model gabungan.

**Tabel 2**  
**Penilai Instrumen Angket**

Pilihan Jawaban	Item Positif	Item Negatif
SS (Sangat Sesuai)	4	1
S (Sesuai)	3	2
KS (Kurang Sesuai)	2	3
TS (Tidak Sesuai)	1	4

**Tabel 3**  
**Kisi Kisi Angket Kemandirian Belajar Sebelum Uji Coba**

Aspek	Indikator	Jumlah	Pernyataan	Pernyataan
Tanggung Jawab	Mengerjakan tugas dan	10	1,3,18,26,43	13,21,36,38,39
	Bertanggung jawab kepada	10	4,7,20,24,25	22,23,27,40,41
Pengelolaan Belajar	Cara belajar	8	2,8,12,31	6,10,15,44
	Kesadaran Belajar	10	9,16,52,30,35	14,19,29,33,37
Pemanfaatan berbagai sumber	Ketersediaan sumber belajar	10	5,28,45,46,50	11,47,48,49,56
	Cara menggunakan sumber belajar	10	32,42,51,54,58	17,34,53,55,57

Jumlah	58	29	29
--------	----	----	----

Selain kisi-kisi instrumen, peneliti juga menggunakan pedoman pelaksanaan dalam penelitian ini yang digunakan untuk mempermudah proses pelaksanaan layanan. Pedoman dalam penelitian ini memuat rancangan pelaksanaan layanan (RPL). Berikut ini adalah kisi-kisi modul yang peneliti buat sebagai pedoman pelaksanaan layanan:

**Tabel 4**  
**Kisi-kisi Pedoman Kemandirian Belajar**

No.	Topik	Tujuan	Kegiatan	Indikator Keberhasilan	Waktu
1	Pengenalan konseling kelompok dan eksplorasi masalah kemandirian belajar	Pertemuan I : Membantu anggota kelompok mengetahui pengertian konseling kelompok Membantu anggota kelompok untuk mengemukakan masalah mereka terkait kemandirian belajar. Membantu anggota kelompok memahami kemandirian belajar dan bertukar pendapat mengenai kemandirian belajar dengan anggota kelompok yang lain. Anggota	Tahap I : awal Tahap II: transisi Tahap III: kerja a. Membahas pengertian konseling kelompok b. Memberikan materi pengenalan tentang kemandirian belajar dan faktor-faktornya c. Mendiskusikan masalah kemandirian belajar yang dialami anggota kelompok Tahap IV: Pengakhiran a. Membagikan lembar evaluasi	1. Anggota kelompok memahami pengertian dan faktor yang mempengaruhi kemandirian belajar 2. Anggota kelompok memahami dampak buruk jika malas belajar	45-60 menit

No.	Topik	Tujuan	Kegiatan	Indikator Keberhasilan	Waktu
		kelompok diminta satu persatu untuk mengemukakan pendapatnya.	b.Penyampai an pesan dan kesan dari anggota kelompok c. Membahas kegiatan lanjutan di pertemuan selanjutnya		
2	Pengadaan kontrak perilaku	Pertemuan II : Membantu anggota kelompok untuk memiliki komitmen dengan perilakunya.	Tahap I: awal Tahap II: Transisi Tahap III: kerja a.Menjelaskan kepada anggota kelompok mengenai kontrak perilaku b. Mengadakan kontrak perilaku pertama dengan jumlah butir 5. Tahap IV: Pengakhiran a.Membagikan lembar evaluasi b.Penyampai an pesan dan kesan dari anggota kelompok c. Membahas kegiatan lanjutan di pertemuan selanjutnya	1. Anggota kelompok memahami kemandirian belajar. 3. Anggota kelompok dapat membangun dinamika kelompok dengan cara tukar pendapat dengan anggota kelompok yang lain sehingga memudahkan proses pelaksanaan konseling kelompok.	45-60 menit
3	Evaluasi kontrak perilaku	Pertemuan III : Membantu anggota	Tahap I: Awal Tahap II:	1. Membantu anggota kelompok	45-60 menit.

No.	Topik	Tujuan	Kegiatan	Indikator Keberhasilan	Waktu
	dan pengadaan kontrak perilaku baru	kelompok untuk memiliki komitmen dengan kontrak perilaku yang telah dibuat bersama.	Transisi Tahap III: Kerja Melakukan evaluasi kontrak perilaku pada pertemuan sebelumnya Mengadakan kontrak perilaku baru dengan jumlah butir 4. Tahap IV: Pengakhiran a. Membagikan lembar evaluasi b. Penyampaian pesan dan kesan dari anggota kelompok c. Membahas kegiatan lanjutan di pertemuan selanjutnya	untuk memahami dirinya sendiri. 2. Membantu anggota kelompok untuk meningkatkan kemandirian belajar.	
4	Evaluasi kontrak perilaku dan pengadaan kontrak perilaku baru	Pertemuan IV: Membantu anggota kelompok untuk merubah perilaku sesuai dengan kontrak yang dibuat.	Tahap I: Awal Tahap II: Transisi Tahap III: Kerja Melakukan evaluasi kontrak perilaku pada pertemuan sebelumnya Mengadakan kontrak perilaku baru dengan jumlah butir	1. Membantu anggota kelompok untuk lebih paham tentang kontrak perilaku. 2. Membantu anggota kelompok untuk lebih paham cara mengendalikan diri dalam belajar dan mengerjakan tugas.	45-60 menit

No.	Topik	Tujuan	Kegiatan	Indikator Keberhasilan	Waktu
			<p>lebih sedikit dari sebelumnya.  Tahap IV: Pengakhiran  a. Membagikan lembar evaluasi  b. Penyampaian pesan dan kesan dari anggota kelompok  c. Membahas kegiatan lanjutan di pertemuan selanjutnya</p>		
5	Evaluasi seluruh kontrak perilaku	<p>Pertemuan V: Membantu anggota kelompok untuk memiliki komitmen dengan perilakunya selama pengadaan kontrak perilaku.</p>	<p>Tahap I: Awal  Tahap II: Transisi  Tahap III: Kerja  Melakukan evaluasi kontrak perilaku pada pertemuan sebelumnya dan pemberian <i>rewards</i> untuk anggota kelompok  Tahap IV: Pengakhiran  a. Membagikan lembar evaluasi  b. Penyampaian pesan dan kesan dari anggota kelompok  c. Membahas kegiatan</p>	2. Membantu anggota kelompok menciptakan lingkungan yang mendukung untuk meningkatkan kemandirian belajar.	45-60 menit.

No.	Topik	Tujuan	Kegiatan	Indikator Keberhasilan	Waktu
			lanjutan di pertemuan selanjutnya		
6	<i>Stimulus control</i>	Pertemuan VI: Membantu anggota kelompok lebih paham untuk manajemen waktu untuk belajar. Mengajak berdiskusi tentang penguatan yang dapat meningkatkan kemandirian belajar	Tahap I: Awal Tahap II: Transisi Tahap III: Kerja a. Memberikan pengertian manajemen waktu yang baik b. Mengajak berdiskusi cara manajemen waktu saat belajar di rumah. Mengajak anggota kelompok untuk mengendalikan perilaku terkait kemandirian belajar Tahap IV: Pengakhiran a. Membagikan lembar evaluasi b. Penyampaian pesan dan kesan dari anggota kelompok c. Membahas kegiatan lanjutan di pertemuan selanjutnya	1. Membantu anggota kelompok dapat membuat jadwal belajar. 3. 2. Membantu anggota kelompok mengatur waktu belajar dan bermain.	45-60 menit.
7	Penguatan ( <i>reinforcement</i> )	Pertemuan VII: Membantu anggota kelompok	Tahap I: Awal Tahap II: Transisi	Membantu anggota kelompok mampu	

No.	Topik	Tujuan	Kegiatan	Indikator Keberhasilan	Waktu
		sehingga dapat menentukan penguatan yang didapat diri sendiri untuk meningkatkan kemandirian belajar.	<p>Tahap III: Kerja a. Mengajak berdiskusi tentang penguatan yang dapat meningkatkan kemandirian belajar b. Memberikan <i>reinforcement</i> untuk anggota yang berhasil berkomitmen dengan kontrak perilaku</p> <p>Tahap IV: Pengakhiran a. Membagikan lembar evaluasi b. Penyampaian pesan dan kesan dari anggota kelompok c. Membahas kegiatan lanjutan di pertemuan selanjutnya</p>	berkomitmen setelah adanya intervensi dari konselor.	
8	Melakukan evaluasi	Pertemuan VIII: Membantu anggota kelompok mengetahui sejauh mana perubahan pada anggota kelompok dalam meningkatkan kemandirian belajar remaja.	<p>Tahap I: Awal Tahap II: Transisi Tahap III: Kerja a. Anggota kelompok diminta mengungkapkan perasaan setelah pelaksanaan</p>	Membantu anggota kelompok dapat mengungkapkan pikiran dan perasaan setelah dilaksanakannya konseling kelompok.	45-60 menit.

No.	Topik	Tujuan	Kegiatan	Indikator Keberhasilan	Waktu
			konseling kelompok b. Pemimpin dan anggota kelompok membandingkan perilaku sebelum dan sesudah konseling kelompok c Tahap IV : Pengakhiran Anggota kelompok mengisi lembar kepuasan konseling kelompok		

#### F. Validasi dan Reliabilitas

- Validasi merupakan suatu standar atau dasar ukuran yang menunjukkan ketetapan (*appropriateness*), kemanfaatan (*usefulness*) dan kesahihan yang mengarah pada ketepatan interpretasi suatu prosedur evaluasi sesuai dengan tujuan pengukurannya. Instrumen dikatakan valid jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$ . Uji validitas selain diuji dengan *tryout* juga dilakukan validasi ke ahli.
- Reliabilitas menurut Sugiyono adalah serangkaian pengukuran atau serangkaian alat ukur yang memiliki konsistensi jika pengukuran yang dilakukan dengan alat ukur itu dilakukan secara berulang. Instrumen dikatakan reliabel jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$ .

Dalam penelitian ini peneliti akan melakukan uji validitas dan reliabilitas menggunakan SPSSversi 24.0for windows. Pengambilan kriteria keputusan dilakukan dengan membandingkan nilai probabilitas yang diperoleh pada tingkat signifikansi 5%.

Hasil dari validitas instrumen *try out*, jumlah item pada kuisisioner adalah 58 item pernyataan dengan N = 44 jumlah sampel *try out*. Kriteria item yang dinyatakan valid sah adalah item dengan nilai  $r_{hitung}$  lebih dari  $r_{tabel}$  pada taraf signifikan 5% dengan  $r_{tabel}0,297$ . Berdasarkan hasil *try out* angket kemandirian belajar yang terdiri dari 58 item pernyataan, diperoleh 57 item pernyataan valid dan 1item pernyataan dinyatakan gugur. Hasil uji validitas instrumen disajikan dalam tabel berikut ini :

**Tabel 5**  
**Hasil Uji Validitas Instrumen**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted	KETERANGAN
item1	133,07	437,600	,564	,915	Valid
item2	133,80	432,771	,595	,914	Valid
item3	133,70	431,422	,713	,914	Valid
item4	133,02	432,627	,585	,914	Valid
item5	133,43	433,600	,530	,915	Valid
item6	133,57	432,949	,627	,914	Valid
item7	133,75	440,285	,512	,915	Valid
item8	133,75	440,285	,512	,915	Valid

item9	133,43	432,437	,755	,913	Valid
item10	133,98	440,953	,466	,916	Valid
item11	133,84	442,928	,470	,916	Valid
item12	133,16	481,253	-,644	,924	Valid
item13	134,00	433,349	,686	,914	Valid
item14	133,73	423,505	,751	,913	Valid
item15	134,09	444,736	,466	,916	Valid
item16	133,50	421,419	,834	,912	Valid
item17	133,80	437,701	,617	,915	Valid
item18	133,14	430,260	,743	,913	Valid
item19	133,59	432,154	,697	,914	Valid
item20	133,43	424,112	,696	,913	Valid
item21	133,11	488,708	-,818	,926	Valid
item22	133,80	443,236	,361	,916	Valid
item23	133,61	429,080	,703	,913	Valid
item24	133,36	434,004	,572	,915	Valid
item25	133,20	429,701	,686	,914	Valid
item26	133,11	422,243	,792	,912	Valid
item27	133,80	439,376	,482	,915	Valid
item28	133,34	432,928	,759	,914	Valid
item29	133,16	479,067	-,647	,924	Valid
item30	133,66	425,114	,780	,913	Valid
item31	133,61	433,498	,643	,914	Valid

item32	133,16	439,114	,596	,915	Valid
item33	133,91	431,294	,685	,914	Valid
item34	133,16	431,067	,694	,914	Valid
item35	133,75	430,192	,771	,913	Valid
item36	133,91	435,712	,649	,914	Valid
item37	133,39	435,359	,610	,914	Valid
item38	133,50	429,233	,658	,914	Valid
item39	133,64	434,562	,582	,915	Valid
item40	133,50	423,186	,755	,913	Valid
item41	133,59	438,294	,473	,915	Valid
item42	133,09	424,643	,721	,913	Valid
item43	132,57	482,670	-,706	,925	Valid
item44	133,02	493,186	-,836	,927	Valid
item45	133,39	434,382	,749	,914	Valid
item46	133,27	432,715	,735	,914	Valid
item47	133,73	438,622	,453	,916	Valid
item48	133,61	437,871	,504	,915	Valid
item49	132,93	467,367	-,355	,921	Valid
item50	133,68	444,641	,358	,916	Valid
item51	133,27	477,877	-,522	,924	Valid
item52	133,09	472,178	-,519	,922	Valid
item53	132,82	467,455	-,289	,922	Gugur
item54	133,43	431,414	,731	,913	Valid

item55	133,20	481,887	-,592	,925	Valid
item56	133,14	484,632	-,660	,925	Valid
item57	133,84	444,276	,388	,916	Valid
item58	133,20	441,283	,543	,915	Valid

Berdasarkan uji validitas tersebut diperoleh kisi-kisi instrumen kemandirian belajar setelah uji coba yang disajikan dalam tabel berikut :

**Tabel 6**  
**Kisi-Kisi Angket Kemandirian Belajar Setelah Uji Coba**

Aspek	Indikator	Jumlah	Pernyataan Positif	Pernyataan Negatif
Tanggung Jawab	Mengerjakan tugas dan belajar di rumah	10	1,3,18,26,43	13,21,36,38,39
	Bertanggung jawab kepada setiap perbuatan	10	4,7,20,24,25	22,23,27,40,41
Pengelolaan Belajar	Cara belajar	8	2,8,12,31	6,10,15,44
	Kesadaran Belajar	10	9,16,52,30,35	14,19,29,33,37
Pemanfaatan berbagai sumber belajar	Ketersediaan sumber belajar	10	5,28,45,46,50	11,47,48,49,56
	Cara menggunakan sumber belajar	9	32,42,51,54,58	17,34,55,57
Jumlah		57	29	28

Selain melakukan uji coba angket kemandirian belajar peneliti juga melakukan uji validasi dengan ahli yang mendapatkan hasil 58 item angket kemandirian belajar layak untuk uji coba.

## 2. Uji Reliabilitas

Arikunto (2002:178) menyatakan instrument yang dapat dipercaya, yang reliabilitas akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga. Apabila data yang diambil memang sesuai dengan kenyataannya, maka berapa kalipun diambil hasilnya akan tetap sama. Dapat dimaknai bahwa reliabilitas adalah ukuran yang menunjukkan bahwa alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini mempunyai keandalan sebagai alat ukur.

Suatu alat ukur dikatakan reliable apabila memiliki nilai  $r$  hitung  $>$   $r_{tabel}$  dalam taraf signifikansi 5%. Dalam penelitian ini, untuk menghitung reliabilitas instrumen angket menggunakan teknik *Alpha Cronbach* dengan bantuan aplikasi *IBM SPSS Statistics 24.0* dengan kriteria:

- a. Jika nilai *Cronbach Alpha* Variabel X lebih besar dari nilai  $r_{tabel}$  maka instrumen tersebut adalah reliabel.
- b. Jika nilai *Cronbach Alpha* Variabel Y lebih besar dari nilai  $r_{tabel}$  maka instrumen tersebut adalah reliabel.

Instrumen penelitian ini dikatakan reliabel apabila berdasarkan hasil analisis item memperoleh nilai *alpha* lebih besar dari  $r_{tabel}$  pada taraf signifikan 5% dengan  $N = 44$  maka koefisien *alpha*  $r_{tabel} 0.297$ . Berdasarkan hasil perhitungan uji reliabilitas menggunakan *IBM SPSS Statistics 24.0*, diperoleh koefisien *alpha* sebesar 0.918 pada keseluruhan angket yaitu 58 item dan 0.922 pada angket yang sudah

dikurangi dengan item yang gugur, yaitu 57 item. Berikut adalah tabel yang menunjukkan nilai *alpha* :

**Tabel 7**  
**Hasil Uji Reliabilitas sebelum item gugur**

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,918	58

**Tabel 8**  
**Hasil Uji Reliabilitas setelah item gugur**  
**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.922	57

### **G. Prosedur Penelitian**

Prosedur Penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah prosedur penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti populasi teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Penelitian dapat berjalan dengan baik dan sesuai tujuan dengan menentukan tahap-tahap penelitian. Adapun tahap-tahap penelitian yang akan dilakukan adalah :

1. Menentukan populasi, peneliti menentukan lokasi penelitian dengan beberapa pertimbangan selanjutnya peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian di Dusun Kijingsari Wetan, Jogomulyo, Tempuran, Magelang.
2. Menentukan masalah, melakukan wawancara terstruktur dengan orang tua remaja dan remaja dusun Kijingsari Tempuran sehingga ditemukan permasalahan yang dapat diangkat sebagai masalah penelitian.
3. Menentukan sampel, peneliti dibantu kepala desa mendapat rekomendasi remaja dusun yang dijadikan sebagai kelas tryout dan kelas eksperimen. Kelas tryout dilakukan pada remaja dusun Kijingsari Kulon dan kelas eksperimen dilakukan pada remaja dusun Kijingsari Wetan. Pemilihan anggota kelompok didapat berdasarkan sistem *random sampling*.
4. Pengajuan Judul dan Proposal Penelitian, proses pengajuan judul dilanjutkan penyusunan proposal dengan disetujui oleh dosen pembimbing pada bulan Juli 2020.
5. Pengajuan kerjasama, peneliti mengajukan surat ijin penelitian di Kantor Kepala Desa Jogomulyo Magelang dari tanggal 12 Juli-12 Oktober 2020.
6. Validasi Instrumen, penyusunan instrument yang sudah disetujui dosen pembimbing dilanjutkan validasi ahli pada bulan September 2020.

7. Uji coba instrument, pelaksanaan uji coba dilakukan pada 1-3 September 2020. Tujuan uji coba untuk mengetahui validitas dan reliabilitas instrument yang akan digunakan sebagai alat ukur penelitian.
8. Uji Validitas, berdasarkan hasil uji coba angket kemandirian belajar yang terdiri dari 58 item pernyataan diperoleh 47 item yang valid dan gugur 11 item pernyataan.
9. Uji Reliabilitas, dengan menggunakan IBM SPSS Statistics 24.0 diperoleh koefisien alpha sebesar 0.918 pada keseluruhan angket yaitu 58 item dan 0.971 pada angket yang telah dikurangi item gugur, yaitu 47 item. Hasil uji reliabilitas pada angket tersebut koefisien alpha lebih besar dari  $r_{tabel}$  0.297 maka dinyatakan reliable dan dapat digunakan.

10. Pelaksanaan *pretest*

- a. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan pretest.
- b. Peneliti membagikan angket pretest kepada remaja yang menjadi sampel penelitian.
- c. Peneliti menganalisis hasil pretest

11. Perlakuan kelompok eksperimen

- a. Peneliti membuat kesepakatan waktu untuk melakukan konseling kelompok dengan 8 remaja anggota kelompok.
- b. Peneliti melakukan 8 kali pertemuan untuk melakukan konseling kelompok sesuai dengan pedoman pelaksanaan penelitian yang telah dibuat.
- c. Membuat laporan hasil kegiatan konseling kelompok.

## 12. Pelaksanaan *post-test*

Melaksanakan *post-test*, peneliti memberikan angket pada anggota kelompok bertujuan sebagai pembandingan hasil *pretest* sehingga dapat diketahui efektifitas konseling kelompok teknik *behavioral contract* yang telah dilakukan.

## 13. Menarik kesimpulan

Menarik kesimpulan, peneliti memberikan kesimpulan untuk menjawab hipotesis yang ada sesuai dengan hasil *pretest* dan *posttest*.

## 14. Prasyarat Analisis Data

Uji prasyarat analisis dapat dibedakan atas beberapa jenis, yaitu normalitas data, uji homogenitas data, dan uji linear data. Adapun pengertian dan uji prasyarat analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas data adalah uji prasyarat tentang kelayakan data untuk di analisis dengan menggunakan statistik parametrik atau nonparametrik. Melalui uji ini sebuah data hasil penelitian dapat diketahui bentuk distribusi data tersebut, yaitu berdistribusi normal atau tidak normal. Statistik parametrik dapat digunakan sebuah data lolos uji normalitas dan ini berdistribusi normal, dalam hal ini peneliti menggunakan aplikasi IBM SPSS 24.0 *Statistics For Windows* dengan Uji *t-test*, apabila nilai signifikansi lebih dari 0,05

maka data berdistribusi normal, tetapi apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05 maka data tidak berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas data adalah uji persyaratan analisis tentang kelayakan data untuk dianalisis dengan menggunakan uji statistik tertentu. Uji ini berkaitan dengan penggunaan uji statistik parametrik, seperti uji komparatif (penggunaan Anova) dan uji independen sampel t test dan sebagainya. Peneliti menggunakan aplikasi IBM SPSS 24.0 *Statistics For Windows* dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji homogenitas jika nilai signifikansi  $< 0,05$  maka varian dari dua atau lebih kelompok populasi data tidak sama, jika nilai signifikansi  $> 0,05$  maka varian dari dua atau lebih kelompok populasi data adalah sama.

## H. Metode Analisis Data

Metode Analisis Data Kuantitatif Deskriptif adalah mendeskripsikan keadaan suatu gejala yang telah direkam melalui alat ukur kemudian diolah sesuai dengan fungsinya. Hasil pengolahan tersebut selanjutnya dipaparkan dalam bentuk angka-angka sehingga memberikan suatu kesan lebih mudah ditangkap maknanya oleh siapapun yang membutuhkan informasi tentang keberadaan gejala tersebut. Dengan demikian hasil olahan data dengan statistik ini hanya sampai pada tahap deskripsi, belum sampai pada tahap generalisasi. Dengan kata lain, statistik deskriptif adalah statistik yang mempunyai tugas mengorganisasi dan

menganalisa data angka, agar dapat memberikan gambaran secara teratur, ringkas dan jelas, mengenai suatu gejala, peristiwa atau keadaan, sehingga dapat ditarik pengertian atau makna. Dalam penelitian ini analisis data dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan uji *paired sample t-test*.

Analisis data dilakukan dengan bantuan program komputer *SPSS versi 24 for windows*. Alasan menggunakan analisis data tersebut yaitu :

1. Untuk mengetahui perbedaan antara hasil *pretest* dan *posttest* yang telah diberikan.
2. Untuk mengetahui layanan konseling kelompok teknik *behavioral contract* efektif dalam meningkatkan kemandirian belajar remaja.

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa teknik *behavioral contract* dapat meningkatkan kemandirian belajar remaja. Hasil tersebut dapat dibuktikan adanya peningkatan skor *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen. Peningkatan kemandirian belajar remaja dilihat dari hasil pengamatan dan hasil evaluasi yang dikerjakan oleh remaja. Peningkatan kemandirian belajar remaja meliputi peningkatan pada aspek-aspek kemandirian belajar yaitu pengelolaan belajar, tanggung jawab, dan pemanfaatan sumber belajar.

Hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan layanan konseling kelompok dapat meningkatkan kemandirian belajar, serta teknik *behavioral contract* dapat dijadikan teknik untuk meningkatkan kemandirian belajar pada remaja. Maka konseling kelompok dengan teknik *behavioral contract* efektif terhadap kemandirian belajar remaja.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, maka saran yang dapat peneliti berikan adalah sebagai berikut :

##### 1. Bagi Guru Orang Tua Remaja

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai metode dan rujukan dalam meningkatkan kemampuan kemandirian belajar serta perlunya

memberikan perhatian saat anak belajar dan mengerjakan tugas di rumah lebih intensif sehingga anak dapat berperan aktif.

## 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan dan dapat dikembangkan lagi oleh peneliti lain yang ingin melakukan penelitian tentang konseling kelompok teknik *behavioral contract* untuk meningkatkan kemandirian belajar yang rendah. Penelitian ini memiliki keterbatasan waktu dan pelaksanaan konseling kelompok yang sebentar, dikarenakan beberapa hal seperti jadwal PTS dan keadaan pandemi. Sebaiknya dibutuhkan waktu yang lebih banyak melakukan penelitian serta dalam pembuatan modul maupun materi masih belum sempurna dikarenakan keterbatasan waktu dan kemampuan peneliti.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu, dan Uhbiyati. (2006). Ilmu Pendidikan. Jakarta. Rineka Cipta.
- Aji R.H.S. (2020). Dampak Covid-19 pada Pendidikan di Indonesia: Sekolah, Keterampilan, dan Proses Pembelajaran, Salam;*Jurnal Sosial & Budaya Syar-i7* (5).
- Arikunto.2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* .Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, & Suharsimi. (2012). *Dasar dasar Evaluasi Pendidikan*. Bandung: Bumi Aksara.
- Brookfield, Stephen. (2000). *Understanding and Facilitating Adult Learning*. Josey Bass Publisher: San Fransisco.
- Busmayaril; Havilla, Arfa; . (2018). *Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Behavioral Contract Sebagai Layanan pada Peserta Didik yang Memiliki Perilaku Membolos*. pp. 131-140.
- Erford, Bradley T. (2015). *40 TEKNIK yang harus diketahui setiap konselor*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Komalasari., Wahyuningsih: Karsih.2016. *Teori dan Teknik Konseling* . Jakarta Barat: PT Indeks
- Gladding, S. T (2015). *Konseling Profesi yang Menyeluruh* . Jakarta: Permata Putri Media
- Halida dan Yurniadi. (2012). *Aspek-Aspek Kemandirian Belajar*.
- Haris Mujiman. 2011. *Manajemen Pelatihan Berbasis Belajar Mandiri* . Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Kurnanto, M. E. (2013). *Konseling Kelompok*. Bandung: ALFABETA.
- Latipun.2011. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.
- Nalindra., Syaifuddin L., & Utaminingsih D. 2013. *Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa dengan Menggunakan Layanan Konseling Kelompok* .
- Nurhayati, Eti. (2011).*Psikologi Pendidikan Inovatif* . Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Nurihsan, Achmad Juntika. 2006. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*, Bandung: Reflika Aditama.
- Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok* . Padang: Universitas Negeri Padang.

- Purwanto, E. A., & Sulistyastuti, D. R. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: GAVA MEDIA.
- Rohani, A., & Ahmadi, A. (2002). *Pengelolaan Pengajaran*. Jakarta: BINA AKSARA.
- Sugiyono, P. D. (2018). *METODE PENELITIAN Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Suryabrata, Sumadi. 2013. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta : Rajawali Pers.
- Tahar, Irzan dan Enceng. 2006. " Hubungan Kemandirian Belajar dan Hasil Belajar pada Pendidikan Jarak Jauh". *Jurnal Pendidikan Terbuka dan Jarak Jauh*. 7(2) :91-101.
- Tasaik, H. L., & Tuasikal, P. (2018). Peran Gurudalam Meningkatkan Kemandirian Belajar Peserta Didik Kelas V SD Inpres Sampersasi. 45-55.
- Wibowo, M E. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan* . Semarang: Unnes Press.
- Winkel, W. S., Hastuti. S. (2016). *Bimbingan dan Konseling. di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Zakariyah, Anik,dan Abdulloh Hamid. "Kolaborasi Peran Orang Tua Dan Guru Dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Berbasis Online Di Rumah". *Intizar* 26, no. 1 (July 1, 2020): 17-26. Accessed November 13, 2020. <http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/intizar/article/view/5892>
- Zapalska, A. and Brozik, D. (2006), "Learning styles andonline education", *Campus-Wide Information Systems*, Vol. 23 No. 5, pp. 325-335.