

# **PENERAPAN KONSELING BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK *ASERTIVE TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN KEMANDIRIAN BELAJAR SISWA KELAS X IIS 1 SMA NEGERI 2 SINGARAJA**

Putu Warnitiasih, I Ketut Dharsana, Kadek Suranata  
Jurusan Bimbingan Konseling, FIP  
Universitas Pendidikan Ganesha  
Singaraja, Indonesia

e-mail : ([warnitias@gmail.com](mailto:warnitias@gmail.com) [profdarsana@yahoo.com](mailto:profdarsana@yahoo.com)  
[sura@konselor.org](mailto:sura@konselor.org))

## **ABSTRAK**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian tindakan (*Action Research In Counseling*) yang bertujuan untuk mengetahui peningkatan kemandirian belajar siswa kelas X IIS 1 SMA Negeri 2 Singaraja setelah dilaksanakan penerapan konseling behavioral dengan teknik *asertive training*. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas X IIS 1 SMA Negeri 2 Singaraja. Penelitian ini terdiri dari 2 siklus dimana masing-masing siklus melalui tahap identifikasi, diagnosa, prognosa, konseling/treatment, evaluasi/follow up, dan refleksi. Proses pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner kemandirian pola skala likert dan dianalisis secara deskriptif serta menggunakan buku harian.

Hasil analisis, ditemukan bahwa kategori kemandirian belajar siswa pada siklus I adalah katagori sedang 4 orang (18%), kategori rendah 2 orang (9%) dan tidak ada siswa yang memiliki kategori rendah sekali. Jika dibandingkan dengan kategori skor kemandirian belajar siswa pada siklus II sebagai berikut siswa dengan kategori sangat tinggi 2 orang (9%), kategori tinggi 4 orang (18%) dan tidak ada siswa yang memiliki kategori rendah. Ini menunjukkan sudah ada peningkatan secara signifikan. Jadi dapat disimpulkan bahwa konseling behavioral dengan teknik *asertive training* efektif digunakan untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa kelas X IIS 1 SMA Negeri 2 Singaraja.

Kata-kata kunci : konseling behavioral, teknik *asertive training*, kemandirian belajar.

## **Abstract**

This research was an action research in counseling that aimed to know the improvement of learning independency of the tenth grade students of X IIS 1 at SMA Negeri 2 Singaraja after behavior counseling with assertive training technique was applied. The subject of this of this research was the students of X IIS 1 SMA Negeri 2 Singaraja. This research consisted of two cycles, each cycles included some steps such as: diagnose, prognose, treatment/follow up and reflection. The data were collected by using independency questionnaire with likert scale, then were analyzed descriptively, and using journal. The students learning independency by giving clasical service, guidance group, counseling group, and individual counseling. Based on the result of the research, in the first cycle, the students who are categorized has low learning independency becomes intermediate, and after giving service in

the second cycle, the students who are categorized as intermediate is changed into high or even very high category.

Based on the result of the research, it can be concluded that the use of behavior counseling with assertive training technique can improve the learning independency of the tenth grade students of X IIS 1 SMANegeri 2 Singaraja.

Key words: behavior counseling, assertive training technique, learning independency.

## **Pendahuluan**

Dalam proses belajar mengajar sering dijumpai adanya kemandirian siswa dalam belajar. Berdasarkan pengamatan peneliti di kelas gejala-gejala yang ditunjukkan oleh siswa kelas X IIS 1 di SMA Negeri 2 Singaraja adalah sebagai berikut: siswa mengumpulkan tugas tepat waktu, siswa bisa mengerjakan tugas baik disekolah maupun di rumah tanpa bantuan teman, siswa rajin membuat tugas yang diberikan, siswa mampu mengerjakan tugas sendiri, dan siswa tidak mencontek pekerjaan temannya. Namun, disisi lain ada beberapa siswa yang jarang membuat dan mengumpulkan tugas, siswa tidak tepat waktu mengumpulkan tugas, siswa ketergantungan dalam membuat tugas baik disekolah maupun di rumah dan siswa mencontek pekerjaan temannya. Gejala seperti itu dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia kemandirian ini dapat disebut dengan tanpa tergantung kepada orang lain.

Dari gejala tersebut kemandirian dapat diartikan suatu kebebasan, memiliki inisiatif, percaya diri, tegas, berani mengambil keputusan dan juga memiliki kontrol diri. Dalam mengatasi kemandirian belajar itu, ada berbagai teori konseling yang dapat digunakan atau diterapkan ada dua puluh dua teori konseling yaitu teori psikoanalisa Sigmund Freud, teori Self Adler, Teori konseling kelompok psikodinamika teori asumsi oleh Melanie Klein, teori konseling yang berpusat pada pribadi oleh Carl Rogers, teori gestalt : Fritz Perls, teori analisis transaksional oleh Erik Berne, teori reality counseling,

teori motivasi manusia, teori logo konseling, teori konseling kognitif, teori melatih konseling tingkah laku, teori behavioral, teori kognitif sosial, teori rasional emotif behavioral konseling, teori konsepsi, teori eclecticism, teori personologi murray, teori pemilihan jabatan, teori perkembangan karir dan perkembangan hidup, teori pemilihan jabatan atau karir, teori perkembangan karir krumboltz, teori perkembangan karir anne roe. Dari dua puluh dua teori konseling terdapat keunggulan dan kelemahan dari teori tersebut. Adapun keunggulan dari teori konseling behavioral adalah teori ini cocok diterapkan untuk melatih anak-anak yang masih membutuhkan dominasi peran orang dewasa dan teori ini juga membiasakan guru untuk bersikap jeli dan peka pada situasi dan kondisi belajar. Namun, sebaliknya ada kelemahan dari teori konseling behavioral mempunyai kelemahan proses pembelajaran berpusat pada guru dan siswa hanya mendengarkan penjelasan dan menghafal saja sehingga siswa menjadi tidak aktif dan tidak dapat berkembang. Dari keunggulan dan kelemahan teori-teori yang sudah dipaparkan tadi, teori yang tepat untuk mengatasi dan memecahkan masalah kemandirian belajar yang rendah adalah teori konseling behavioral.

Mengatasi gejala tersebut banyak teknik konseling yang dapat digunakan dari teori-teori konseling itu. Adapun teknik konseling yang dapat digunakan yaitu teknik kognitif, teknik afektif, teknik behavioristik, teknik latihan asertif, teknik

desensitisasi sistematis, teknik pembanjiran, teknik asosiasi bebas, teknik kesadaran, teknik *game*, teknik permainan dialog, teknik bermain peran (*role playing*), teknik berkeliling, dsb. Kelebihan dan kekurangan teknik *asertive training* ini akan tampak pada: a. Pelaksanaannya yang cukup sederhana, b. Penerapannya dikombinasikan dengan beberapa pelatihan seperti relaksasi, ketika individu lelah dan jenuh dalam berlatih, kita dapat melakukan relaksasi supaya menyegarkan individu itu kembali. Pelatihatannya juga bisa menerapkan teknik modeling, misalnya konselor mencontohkan sikap asertif langsung dihadapan konseli. Selain itu juga dapat dilaksanakan melalui kursi kosong, misalnya setelah konseli mengangankan tentang apa yang hendak diutarakan, ia langsung mengutarakannya di depan kursi yang seolah-olah dikursi itu ada orang yang dimaksud oleh konseli, c. Pelatihan ini dapat mengubah perilaku individu secara langsung melalui perasaan dan sikapnya, d. Disamping dapat dilaksanakan secara perorangan juga dapat dilaksanakan dalam kelompok. Melalui latihan-latihan tersebut individu diharapkan mampu menghilangkan kecemasan-kecemasan yang ada pada dirinya, mampu berfikir realistis terhadap konsekuensi atas keputusan yang diambilnya serta yang paling penting adalah menerapkannya dalam kehidupan ataupun situasi yang nyata. Disisi lain adapun kelemahan pelatihan asertif ini akan tampak pada: 1). Meskipun sederhana namun membutuhkan waktu yang tidak sedikit, ini juga tergantung dari kemampuan individu itu sendiri, 2). Bagi konselor yang kurang dapat mengkombinasikannya dengan teknik lainnya, pelatihan asertif ini kurang dapat berjalan dengan baik atau bahkan akan membuat jenuh dan bosan konseli/peserta, atau juga

membutuhkan waktu yang cukup lama.

Berdasarkan teknik-teknik konseling yang ada maka peneliti menetapkan teknik *asertive training* ( latihan asertif) sebagai cara untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa yang rendah.

Kemandirian adalah sebuah kecenderungan perilaku siswa yang mengumpulkan tugas tepat waktu, siswa bisa mengerjakan tugas baik disekolah maupun di rumah tanpa bantuan teman, siswa rajin membuat tugas yang diberikan oleh guru. Menurut Herman Holstein (1986: 9) kemandirian dijelaskan sebagai berikut: Pada situasi belajar mandiri, pengajar berusaha untuk mengembangkan belajar sendiri melalui bekerja sendiri dan menemukan sendiri. Definisi tersebut mengandung indikator yaitu: (1). Belajar sendiri, (2). Bekerja sendiri, (3). Menemukan sendiri. Selaras dengan itu, Menurut Masrun (1986:8), kemandirian adalah suatu sikap yang memungkinkan seseorang untuk bertindak bebas, melakukan sesuatu atas dorongan sendiri dan untuk kebutuhannya sendiri tanpa bantuan dari orang lain, maupun berpikir dan bertindak original/kreatif, dan penuh inisiatif, mampu mempengaruhi lingkungan, mempunyai rasa percaya diri dan memperoleh kepuasan dari usahanya. Berdasarkan definisi tersebut mengandung 5 aspek yaitu: (1). Bertindak bebas, (2). Mampu berpikir dan bertindak original/kreatif, (3). Inisiatif, (4). Percaya diri. (5). Memperoleh kepuasan.

Berdasarkan atas beberapa definisi tersebut diatas, maka dapat disimpulkan bahwa kemandirian belajar adalah suatu usaha yang dilakukan oleh individu untuk melakukan kegiatan belajar secara mandiri atas dasar siswa bebas dalam mengambil keputusan sehingga memiliki inisiatif untuk bisa lebih percaya diri, dan selalu bertanggung jawab dalam mengambil keputusan.

Maka dari definisi tersebut dalam hal ini kemandirian belajar mengandung 4 aspek yaitu: (1). Memiliki kebebasan, (2). Memiliki inisiatif, (3). Keinginan untuk percaya diri, (4). Bertanggung jawab, (5). Berani mengambil keputusan.

### **Konseling Behavioral dengan Teknik Asertive Training**

Menurut Krumboltz & Thoresn (Surya, 1988:187) Konseling behavioral adalah suatu proses membantu orang untuk belajar memecahkan masalah interpersonal, emosional, dan keputusan tertentu. Sejak perkembangannya tahun 1960-an, teknik-teknik modifikasi perilaku semakin bervariasi baik yang menekankan aspek perilaku nampak (fisik) maupun kognitif. Saat ini konseling behavioral berkembang pesat dengan ditemukannya sejumlah teknik-teknik perubahan perilaku, baik yang menekankan pada aspek fisiologis, perilaku, maupun kognitif (Hackman, 1993). Rachman (1963) dan Wolpe (1963) mengemukakan bahwa terapi behavioral dapat menangani masalah perilaku mulai dari kegagalan individu untuk belajar merespon secara adaptif hingga mengatasi gejala neurosis.

Teknik *asertive training* adalah teknik yang digunakan untuk melatih klien yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakannya adalah layak atau benar. Latihan ini terutama berguna di antaranya untuk membantu individu yang tidak mampu mengungkapkan perasaan tersinggung, kesulitan menyatakan tidak, mengungkapkan afeksi dan respon positif lainnya. Cara yang digunakan adalah dengan permainan peran dengan bimbingan konselor. Diskusi-diskusi kelompok juga dapat diterapkan dalam latihan asertif ini.

### **Kemandirian**

Kemandirian adalah sebuah kecenderungan perilaku siswa yang mengumpulkan tugas tepat waktu, siswa bisa mengerjakan tugas baik disekolah maupun di rumah tanpa bantuan teman, siswa rajin membuat tugas yang diberikan oleh guru. Menurut Kartini Kartono (1985:21) kemandirian seseorang terlihat pada waktu orang tersebut menghadapi masalah. Bila masalah itu dapat diselesaikan sendiri tanpa meminta bantuan dari orang tua dan akan bertanggung jawab terhadap segala keputusan yang telah diambil melalui berbagai pertimbangan maka hal ini menunjukkan bahwa orang tersebut mampu untuk mandiri. Berdasarkan definisi tersebut menandung 3 aspek yaitu : (1). Bertanggung jawab, (2). Mengambil keputusan, (3). Mampu untuk mandiri.

Pendapat lain menurut Herman Holstein (1986: 9) kemandirian dijelaskan sebagai berikut: Pada situasi belajar mandiri, pengajar berusaha untuk mengembangkan belajar sendiri melalui bekerja sendiri dan menemukan sendiri. Berdasarkan definisi tersebut mengandung 3 aspek yaitu: (1). Belajar sendiri, (2). Bekerja sendiri, (3). Menemukan sendiri.

Menurut Masrun (1986:8), kemandirian adalah suatu sikap yang memungkinkan seseorang untuk bertindak bebas, melakukan sesuatu atas dorongan sendiri dan untuk kebutuhannya sendiri tanpa bantuan dari orang lain, maupun berpikir dan bertindak original/kreatif, dan penuh inisiatif, mampu mempengaruhi lingkungan, mempunyai rasa percaya diri dan memperoleh kepuasan dari usahanya. Berdasarkan definisi tersebut mengandung 5 aspek yaitu: (1). Bertindak bebas, (2). Mampu berpikir dan bertindak original/kreatif, (3). Inisiatif, (4). Percaya diri. (5). Memperoleh kepuasan.

Berdasarkan atas beberapa definisi tersebut diatas, maka dapat

disimpulkan bahwa kemandirian belajar adalah suatu usaha yang dilakukan oleh individu untuk melakukan kegiatan belajar secara mandiri atas dasar siswa bebas dalam mengambil keputusan sehingga memiliki inisiatif untuk bisa lebih percaya diri, dan selalu bertanggung jawab dalam mengambil keputusan. Maka dari definisi tersebut dalam hal ini kemandirian belajar mengandung 4 aspek yaitu: (1). Memiliki kebebasan, (2). Memiliki inisiatif, (3). Keinginan untuk percaya diri, (4). Bertanggung jawab, (5). Berani mengambil keputusan.

### **Metode**

Penelitian ini dilakukan di kelas X IIS 1 SMA Negeri 2 Singaraja dengan jumlah siswa 22 orang terdiri dari 14 laki-laki dan 8 perempuan. Dalam penelitian subjek yang diteliti hanya siswa yang kurang memiliki kemandirian dalam belajar. Selain itu juga adapun data yang diperoleh diantaranya: (1) Informasi dari guru mata pelajaran yang bersangkutan, menyatakan bahwa siswa sulit untuk mandiri dalam belajarnya, kurangnya perhatian siswa kepada guru pada saat jam pelajaran, bahkan siswa sering mengerjakan PR/Pekerjaan Rumah di sekolah, berdasarkan keterangan yang didapat bahwa kebanyakan siswa mengerjakan PR di sekolah karena takut jawabannya salah, sehingga harus meniru jawaban temannya di kelas. (2) Pengamatan secara langsung, dan (3) Penyebaran tes terhadap populasi. Berdasarkan hasil analisis data dari kuesioner yang disebarkan ke siswa terdapat beberapa orang siswa yang memiliki kemandirian belajar yang rendah. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X.IIS 1 SMA Negeri 2 Singaraja dengan jumlah 6 orang dari 22 siswa.

Dari hal tersebut dapat dikatakan siswa kurang memiliki kemandirian dalam belajar. Hal ini

akan berdampak negatif pada prestasi siswa karena di bawah harapan sekolah sehingga siswa ditetapkan bermasalah sebagai kasus yang perlu mendapatkan penanganan. Terdapat 6 siswa yang mendapat skor dibawah 70% sebab dalam hal ini digunakan patokan kriteria ketuntasan minimal (KKM) yaitu 65%. Untuk menangani siswa tersebut akan di berikan tindakan melalui konseling kelompok. Tindakan akan diberikan oleh guru pembimbing dalam hal ini peneliti sendiri. Dipilihnya SMA Negeri 2 Singaraja sebagai lokasi penelitian didasari oleh beberapa pertimbangan: (1) SMA Negeri 2 Singaraja berstatus negeri berada di dalam kota, (2) Dalam hal layanan BK sekolah ini sangat memadai hal ini terlihat dari konselornya telah memenuhi persyaratan S1 dengan jumlah berimbang 1: 150 siswa. Selain itu juga memang sudah ditemukan kasus sebelumnya yaitu pada saat peneliti mengadakan praktik BK atau internsif di SMA negeri 2 Singaraja. Ke enam siswa yang bermasalah tersebut akan siap diberikan tindak lanjut berupa konseling Behavioral dengan teknik *asertive training* untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa.

Jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (*Action Research in Counseling*) yang sering disingkat dengan PTBK. Rancangan penelitian bimbingan konseling terdiri dari tahap-tahap yaitu tahap identifikasi, tahap diagnosa, tahap prognosa, tahap konseling/treatment/training, tahap evaluasi dan tahap refleksi. Pengertian masing-masing tahap diuraikan pada rancangan penelitian.

Hasil perubahan berupa peningkatan kemandirian belajar siswa dipantau dengan kuesioner kemandirian, untuk melihat seberapa besar hasil manfaat konseling behavioral dengan teknik *asertive training* untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa, maka skor

hasil penyebaran kuesioner setelah teknik *asertive training* tersebut dilaksanakan akan dianalisis secara deskriptif.

Untuk mengetahui persentase peningkatan kemandirian belajar siswa digunakan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{X}{SMI} \times 100 \%$$

(Nurkencana, 1990: 126)

Keterangan:

P = Persentase pencapaian  
 X= Skor Mentah  
 SMI = Skor Maksimal Ideal

## Hasil dan Pembahasan

### Hasil Penelitian

Untuk memperoleh data tentang siswa yang memiliki perilaku kemandirian belajar yang rendah, terlebih dahulu dilakukan observasi di kelas X IIS 1 pemberian buku harian dilakukan untuk memantau peningkatan perilaku kemandirian belajar siswa kelas X IIS 1, dari hasil pemberian buku harian kemudian dianalisis kedalam grafik.

### Deskripsi Hasi Siklus I

Pada siklus I dilakukan sebanyak enam tahap kegiatan. Adapun tahap-tahap tersebut antara lain identifikasi, diagnosa, prognosa, konseling/treatment/training, evaluasi, follow up, dan refleksi. Siklus I

dilaksanakan dalam empat kali pertemuan dengan rincian pertemuan 1 dilakukan pemberian layanan secara klasikal, pertemuan 2 dilakukan pemberian layanan bimbingan kelompok, pertemuan 3 dilakukan pemberian layanan konseling kelompok, pertemuan 4 dilakukan pemberian layanan konseling individual. Pemberian layanan secara klasikal pertemuan pertama berlangsung pada hari jumat 4 April 2014, pertemuan kedua berlangsung pada hari jumat 8 April 2014, pertemuan ketiga berlangsung pada hari jumat 12 April 2014, pertemuan keempat berlangsung pada hari kamis 15 April 2014.

Dengan menempuh prosedur yang sama, diperoleh hasil evaluasi seperti pada tabel berikut :

**Tabel 01. Siswa yang Kurang Mandiri**

No	Nama	Skor	Persentase %	Kategori
1	AR	87	58,00	Rendah
2	EY	90	60,00	Rendah
3	GL	94	62,67	Rendah
4	ID	93	62,00	Rendah
5	SR	88	58,67	Rendah
6	TA	93	62,00	Rendah

### Rekomendasi Hasil Siklus I

Setelah pemberian layanan pada siklus I ternyata masih ada 2

orang siswa yang belum mencapai kriteria keberhasilan. Ini dikarenakan dalam pelaksanaan kegiatan layanan konseling pada siklus I berjalan belum

maksimal, dapat dilihat dari kesiapan siswa yang kurang serius untuk mengikuti layanan konseling, ada juga siswa yang bercanda saat pemberian layanan konseling berlangsung, tidak fokus mendengarkan, selain itu sebelumnya sebagian besar dari siswa ternyata belum pernah

mengikuti kegiatan layanan konseling. Karena layanan bimbingan klasikal dan konseling kelompok pada siklus I belum mampu memenuhi target pencapaian kriteria keberhasilan, maka siklusnya berlanjut dengan pemberian layanan konseling individual pada siklus II.

### Hasil Penelitian Siklus II

Siklus II dilaksanakan dalam empat kali pertemuan dengan rincian pertemuan 1 dilakukan pemberian layanan secara klasikal, pertemuan 2 dilakukan pemberian bimbingan kelompok, pertemuan 3 dilakukan pemberian layanan konseling kelompok, dan pertemuan 4 dilaksanakan pemberian konseling individual. Siklus II dilaksanakan untuk mengetahui sejauh mana tingkat keberhasilan pemberian layanan konseling behavioral dengan teknik *asertive training*. Pemberian layanan konseling pertemuan pertama

berlangsung pada hari rabu tanggal 3 Mei 2014, pertemuan kedua berlangsung selasa tanggal 7 Mei 2014, dan pertemuan ketiga berlangsung padahari jumat tanggal 9 Mei 2014, serta pertemuan keempat berlangsung pada hari selasa tanggal 12 Mei 2014. Evaluasi tindak lanjut pada siklus I, Selanjutnya evaluasi tindak lanjut pada siklus ke II dievaluasi melalui analisis statistic deskriptif dengan teknik presentase. Dengan menempuh prosedur yang sama, diperoleh hasil evaluasi seperti pada tabel berikut :

**Tabel 02. Hasil Evaluasi Terhadap Kemandirian Belajar Siswa**

No Nama	Kemandirian Belajar						Kriteria
	Awal		Siklus I		Siklus II		
	Skor	Persentase (%)	Skor	Persentase %	Skor	Persentase %	
1 AS	87	58	117	78	135	90	Sangat Tinggi
2 EY	90	60	116	77	137	91	Sangat Tinggi
3 GL	94	62	102	67	124	83	Tinggi
4 ID	93	62	93	62	120	80	Tinggi
5 SR	88	58	101	68	127	85	Tinggi
6 TA	93	62	94	63	123	82	Tinggi
Rata-Rata		60,33%		69,17%		85,17%	

### Hasil Rekomendasi Siklus II

Setelah pemberian layanan pada siklus I ternyata masih ada 2 orang siswa yang belum mencapai kriteria keberhasilan. Ini dikarenakan dalam pelaksanaan kegiatan layanan konseling pada siklus I berjalan belum maksimal, dapat dilihat dari kesiapan siswa yang kurang serius untuk mengikuti layanan konseling, ada juga

siswa yang bercanda saat pemberian layanan konseling berlangsung, tidak fokus mendengarkan, selain itu sebelumnya sebagian besar dari siswa ternyata belum pernah mengikuti kegiatan layanan konseling. Karena layanan bimbingan klasikal dan konseling kelompok pada siklus I belum mampu memenuhi target pencapaian kriteria keberhasilan,

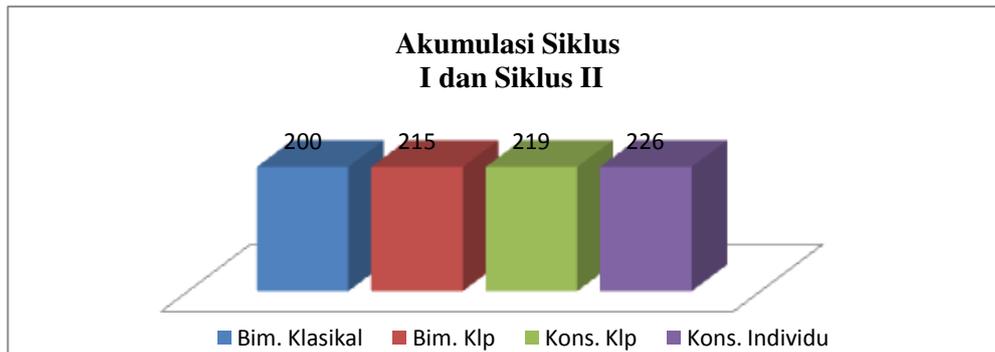
maka siklusnya berlanjut dengan pemberian layanan konseling

individual pada siklus II.

Adapun Hasil Skor Akumulasi Siklus I dan II (Bimbingan Klasikal, Bimbingan Kelompok, Konseling Kelompok, dan

Konseling Individu) yang dapat dilihat pada grafik 4.19 sebagai berikut

**Grafik 4.19 hasil skor akumulasi siklus I dan Siklus II**



Berdasarkan hasil skor akumulasi siklus I dan II (Bimbingan Klasikal, Bimbingan Kelompok, Konseling Kelompok, dan Konseling Individu) terdapat peningkatan

kemandirian belajar siswa di masing-masing indikator maka dapat dipantau proses peningkatan kemandirian belajar melalui grafik 4.19 sebagai berikut:

**Grafik 4.19 Perbandingan Akhir Siklus I dan Siklus II**



### Hasil Rekomendasi Siklus II

Setelah pemberian layanan pada siklus II siswa sudah mampu meningkatkan kemandiriannya dan mampu mencapai kriteria keberhasilan. Ini dikarenakan dalam pelaksanaan kegiatan layanan konseling pada siklus II berjalan dengan baik, dapat dilihat dari kesiapan siswa yang sangat antusias dan serius dalam mengikuti layanan

konseling, siswa sudah fokus mendengarkan, dan siswa juga semangat dalam mengikuti konseling. Sehingga pelaksanaan layanan bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu sudah bisa dikatakan berhasil.

### Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa kemandirian belajar

siswa dapat meningkat setelah diberikan layanan bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu. Pada siklus I siswa masih memiliki kemandirian belajar yang sedang dan rendah. Hal ini dapat dilihat dari pencapaian skor yang diperoleh siswa masih ada yang di kategori sedang dan rendah. Untuk itu agar siswa yang memiliki kemandirian belajar dengan kategori sedang dan rendah dapat meningkat maka proses konseling akan dimantapkan lagi pada siklus II.

Ternyata pada siklus II ada peningkatan perilaku yang cukup signifikan terhadap kemandirian belajar siswa. Siswa yang belum mencapai syarat ketuntasan pada siklus I mengalami peningkatan setelah diberikan konseling pada siklus II. Ini dapat terlihat dari tabel di atas yaitu pengembangan kemandirian belajar siswa dari kategori sedang dan rendah menjadi tinggi. Jadi pemberian konseling pada siklus I dan siklus II terjadi peningkatan pada kemandirian belajar siswa. Kemandirian belajar siswa yang ditunjukkan seperti meningkatnya tanggung jawab siswa, mengumpulkan tugas tepat waktu, berusaha mengerjakan tugas sendiri tanpa bantuan dari orang lain lagi, sudah memiliki inisiatif dalam bertanya maupun menjawab pertanyaan dari guru. Pada siklus I ada lima orang siswa yang masih ragu untuk mengungkapkan masalah yang dialami sehingga mereka terkesan sulit untuk meningkatkan proaktifnya. Namun setelah siklus II dilaksanakan siswa tersebut sudah menunjukkan perubahan diantaranya siswa sudah mulai meningkat tanggung jawabnya, sudah mulai mandiri, sudah memiliki inisiatif untuk bertanya maupun menjawab pertanyaan kepada guru.

Dari hasil tindakan diketahui bahwa pengembangan kemandirian belajar siswa bervariasi. Peningkatan

kemandirian belajar yang dicapai siswa disebabkan karena keantusiasan siswa saat mengikuti kegiatan layanan bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok maupun konseling individu untuk dapat mengembangkan kemandiriannya. Mereka juga memperoleh pemahaman dan pengalaman baru melalui teknik *asertive training* (latihan asertif) dengan bermain peran yang dilaksanakan konselor kepada konseli.

Peningkatan terjadi karena keseriusan siswa dalam mengikuti proses layanan bimbingan konseling. Layanan bimbingan konseling yang diberikan juga harus benar-benar membuat siswa menjadi lebih memahami tujuan dan makna dari konseling agar nantinya apabila siswa tersebut mengalami permasalahan, siswa bisa datang kepada guru BK untuk mengutarakan permasalahannya. Selain itu, berdasarkan analisis yang dilakukan ternyata hasil yang diperoleh mendukung teori yang mendasari penelitian ini yaitu secara teoritis bahwa melalui konseling behavioral teknik *asertive training* efektif digunakan untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa kelas X IIS 1 SMA Negeri 2 Singaraja. Dengan demikian ini dapat dijadikan sebagai pelatihan-pelatihan untuk siswa yang mengalami masalah dalam kemandirian belajarnya.

## **Penutup**

Berdasarkan hasil penelitian tersebut diatas serta hasil pembahasan diatas, maka dapat disimpulkan sebagai berikut : Kemandirian belajar siswa kelas X IIS 1 SMA Negeri 2 Singaraja pada skor awal sebelum siklus I dan siklus litergolong rendah.

Setelah diberikan treatment konseling behavioral dengan teknik *asertive training* pada siklus I (melalui

bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu) kemandirian belajar siswa kelas X IIS 1 SMA Negeri 2 Singaraja meningkat menjadi sedang.

Kemudian diberikan kembali treatment konseling behavioral dengan teknik *asertive training* pada siklus II (melalui bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu) kemandirian belajar siswa kelas X IIS 1 SMA Negeri 2 Singaraja mengalami peningkatan menjadi tinggi dan sangat tinggi.

Berdasarkan hasil siklus I dan siklus II pemberian treatment konseling behavioral dengan teknik *asertive training* pada siklus I (melalui bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu) kemandirian belajar siswa kelas X IIS 1 SMA Negeri 2 Singaraja dari sedang menjadi tinggi dan sangat tinggi.

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian tindakan bimbingan konseling yang dilakukan, dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut :

Kemandirian belajar berpengaruh terhadap prestasi belajar untuk itu perlu dipelihara dan ditingkatkan melalui pemberian informasi tentang cara-cara belajar yang baik.

Konseling kelompok maupun konseling individu dapat meningkatkan kemandirian belajar oleh karena itu perlu diinformasikan kepada pembimbing (Guru BK) bahwa konseling kelompok maupun konseling individu dapat digunakan sebagai salah satu alternatif dalam meningkatkan kemandirian belajar siswa.

Siswa perlu meningkatkan kemandirian belajarnya dengan

berlatih bertanggung jawab terhadap tugas dan kewajiban sebagai siswa, sehingga hal ini lama-kelamaan tugas dan kewajiban dalam belajar akan menjadi kebutuhan bagi mereka dan mereka tidak ketergantungan dengan orang lain.

Orang tua juga diharapkan untuk memberikan pembinaan kepada putra-putrinya melalui teknik-teknik tertentu seperti halnya konseling kelompok maupun konseling individu untuk meningkatkan kemandirian belajarnya.

#### Daftar Pustaka

- Corey, Gerald. 2003. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, Bandung: PT. Refika Aditama.
- Juntika N, Achmad. 2007. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*, Bandung: PT. Refika Aditama.
- Dhasana, Ketut. 2007. *Dasar-Dasar Konseling seri 2*. Singaraja: BK FIP Universitas Pendidikan Ganesha.
- Nurkencana. 1993. *Pemahaman Individu*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Rahayu, Sri Ani. 2012. *Pengembangan Kreativitas Kemandirian*, Yogyakarta: Aditya Media Publishing.
- Dantes, Nyoman. 2012. *Metode Penelitian*, Yogyakarta: C.V ANDI OFFSET
- Holstein, Hermann. 1984. *Murid Belajar Mandiri*, Bandung: CV Remadja Karya