

## **PENERAPAN KONSELING BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK *SHAPING* UNTUK MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR PADA SISWA KELAS X MIA 4 DI SMA NEGERI 2 SINGARAJA**

I Wayan Andika Sari Putra, Kadek Suranata, I Ketut Dharsana  
Jurusan Bimbingan Konseling, FIP  
Universitas Pendidikan Ganesha  
Singaraja, Indonesia

e-mail: [sariputraandika@gmail.com](mailto:sariputraandika@gmail.com), [sura@konselor.org](mailto:sura@konselor.org),  
[profdharsana@yahoo.com](mailto:profdharsana@yahoo.com)

### **Abstrak**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan disiplin belajar siswa setelah diberikan konseling behavioral teknik *shaping*. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan bimbingan konseling (*Action Reseach In Counseling*). Subjek Penelitian ini adalah siswa kelas X Mia 4 SMA Negeri 2 Singaraja yang berjumlah 28 orang siswa. Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus, identifikasi, diagnosa, prognosa, konseling/ treatment/ training (Bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok, konseling individu), evaluasi dan refleksi. Data disiplin belajar siswa diukur dengan menggunakan kuesioner. Selanjutnya dianalisis dengan analisis deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling behavioral teknik *shaping* efektif untuk mengembangkan disiplin belajar siswa. Efektivitas itu terlihat dari rata-rata persentase peningkatan sebelum tindakan sebesar 66 % menjadi 73 % pada siklus I dan tindakan layanan konseling pada Siklus II persentase peningkatannya mencapai 80%. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengembangan sikap disiplin belajar 14 % dari kondisi awal ke siklus I dan siklus II.

Kata-kata kunci : konseling behavioral, *shaping*, disiplin belajar.

### **Abstrak**

*The purpose of this study was to determine the improvement of student learning discipline given behavioral counseling after shaping techniques. Type of research is a counseling action (Action Reseach In Counseling). The study subjects were students of class X SMA Negeri 2 Mia 4 Singaraja totaling 28 students. This research was conducted in two cycles, identification, diagnosis, prognosis, counseling / treatment / training (classical guidance, group counseling, group counseling, individual counseling), evaluation and reflection. Students learn the discipline of data measured using a questionnaire. Then analyzed with descriptive analysis. The results showed that the shaping of effective behavioral counseling techniques to develop students' learning discipline. Effectiveness is evident in the average percentage increase was 66% before treatment to 73% in the first cycle and measures of counseling services in Cycle II, the percentage increases were 80%. This shows that there is a development of the discipline of learning 14% of the initial condition to the first cycle and second cycle.*

*Key words: behavioral counseling, shaping, disciplined learning.*

### **Pendahuluan**

Berdasarkan pengamatan peneliti di SMA Negeri 2 Singaraja di kelas X.Mia 4 dengan jumlah siswa 28

orang, dalam pengamatan ini ditemukan banyak siswa yang antusias mengikuti pembelajaran seperti: datang kesekolah tepat

waktu, mendengarkan guru dengan baik pada saat pelajaran berlangsung, aktif dalam diskusi kelas, tertib dalam kelas, tidak mengganggu teman yang sedang mendengarkan guru menjelaskan materi. Namun sebaliknya ada siswa yang berperilaku seperti : sering terlambat datang ke sekolah, suka membolos, ribut dikelas, suka mengganggu teman yang sedang belajar, jarang terlihat aktif dalam diskusi kelas. Gejala-gejala diatas dalam KBBI disebut perilaku yang tidak bisa mentaati peraturan, tata tertib, atau tidak disiplin. Adapun faktor-faktor yang menyebabkan siswa tidak disiplin dalam belajar seperti yang dijabarkan diatas adalah (1). Factor dari dalam diri siswa (intrinsik) yaitu rasa malas yang timbul dalam diri siswa, disebabkan karena tidak adanya motivasi diri untuk menjadi lebih maju dan menjadi siswa yang disiplin, (2). Factor dari luar diri (ekstrinsik) tidak kalah besar pengaruhnya terhadap kondisi siswa untuk menjadi malas belajar. Contoh pengaruh dari luar yaitu sikap orang tua yang tidak memberikan perhatian dalam belajar ataupun sebaliknya orang tua terlalu berlebihan dalam menunjukkan perhatiannya sehingga membuat anak malas dalam belajar.

Menurut N.A. Ametembun disiplin dapat diartikan secara etimologi maupun terminologi. Secara etimologis, istilah disiplin berasal dari bahasa Inggris "discipline" yang artinya pengikut atau penganut. Sedangkan secara terminologis, istilah disiplin mengandung arti sebagai keadaan tertib di mana para pengikut itu tunduk dengan senang hati pada ajaran-ajaran para pemimpinnya. Pendapat ahli diatas mengandung indikator (1) taat terhadap peraturan, selaras dengan pengertian disiplin diatas, Disiplin menurut Hurlock (1999: 82) berasal dari kata yang sesungguhnya sama dengan "*disciple*" yakni seseorang yang belajar dari atau secara sukarela mengikuti seorang

pemimpin, orang tua dan guru merupakan pemimpin sedangkan anak merupakan murid yang belajar dari mereka dan cara hidup yang menuju kehidupan yang berguna dan bahagia. pengertian disiplin diatas mengandung indikator (1) taat terhadap peraturan.

Sedangkan pengertian belajar menurut Effendi dan Praja belajar adalah suatu proses usaha atau interaksi yang dilakukan individu untuk memperoleh kebiasaan, pengetahuan, sikap dan sesuatu yang baru sebagai hasil pengalaman yang dilaluinya. Pengertian belajar menurut kedua ahli diatas mengandung indikator (1) usaha untuk memperoleh pengetahuan. Chaplin dalam *Dictionary of Psychology* membatasi belajar dengan dua macam rumusan. Salah satu rumusan tersebut berbunyi : "*...acquisition of any relatively permanent change behavior as a result of practice and experience*", yang artinya belajar adalah perolehan perubahan tingkah laku yang relative menetap sebagai akibat latihan dan pengalaman (dalam Muhibbin Syah, 1999:65). Pendapat ahli ini mengandung indikator sebagai berikut : (1) keterampilan, (2) pengetahuan, (3) sikap dan (4) nilai yang didapat dari pengalaman.

Dari seluruh pengertian diatas, dapat peneliti simpulkan bahwa disiplin belajar dalam penelitian ini adalah sikap siswa yang terbentuk melalui proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru mencakup perubahan berfikir, sikap dan tindakan yang sesuai dengan standar sosial yang menunjukkan nilai – nilai ketaatan, keteraturan dan ketertiban yang berdasarkan acuan nilai moral. dari kesimpulan pengertian diatas mengandung 5 aspek : 1. Perubahan tingkah laku, 2. Perubahan pola pikir, 3. Menunjukkan nilai ketaatan, 4. menunjukkan nilai

keteraturan, 5. menunjukkan nilai ketertiban.

Untuk meningkatkan disiplin belajar ada berbagai pendekatan yang dapat digunakan yaitu bimbingan belajar dan bimbingan konseling namun peneliti memilih pendekatan bimbingan konseling, didalam bimbingan konseling, 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 kebaikan dan kelemahan dari teori. Namun dari beberapa teori yang telah dipaparkan, peneliti memilih teori yang tepat untuk mengatasi permasalahan tentang disiplin belajar, yaitu teori behavioral.

Mengatasi gejala tersebut banyak teknik konseling yang dapat digunakan dari teori behavioral . Adapun teknik dari teori behavioral yang dapat digunakan yaitu: (1). Teknik penguatan positif(2). teknik *token economy*, (3). teknik *shaping*, (4) teknik pembuatan kontrak, (5) teknik pengapusan, (6) teknik time out, (7) teknik pembanjiran (*flooding*), (8) teknik penjenahan, (9) teknik hukuman, (10)terapi aversi, (11)disentisisasi sistematis. Berdasarkan teknik-teknik konseling

diatas maka peneliti menetapkan teknik *shaping* sebagai cara untuk meningkatkan disiplin belajar siswa.

Konseling behavioral memiliki beberapa model yang dapat digunakan untuk mengubah perilaku dan salah satunya adalah model yang digunakan dalam penelitian ini dengan tehnik *shaping*. Dimana *shaping* merupakan membentuk tingkah laku baru yang sebelumnya belum ditampilkan dengan memberikan reinforcement secara sistematis dan langsung setiap kali tingkah laku ditampilkan. Tingkah laku diubah secara bertahap dengan memperkuat unsur-unsur kecil tingkah laku baru yang diinginkan secara berturut-turut sampai mendekati tingkah laku akhir ( Komalasari dkk, 2011:169).

Berdasarkan pemikiran tersebut harapan peneliti setelah diberikan konseling behavioral dengan tehnik *shaping*, siswa yang tidak disiplin dapat mengubah tingkah lakunya menjadi disiplin dalam belajar khususnya siswa pada kelas X Mia 4 SMA N 2 singaraja.

Menurut N.A. Ametembun disiplin dapat diartikan secara etimologi maupun terminologi. Secara etimologis, istilah disiplin berasal dari bahasa Inggris "discipline" yang artinya pengikut atau penganut. Sedangkan secara terminologis, istilah disiplin mengandung arti sebagai keadaan tertib di mana para pengikut itu tunduk dengan senang hati pada ajaran-ajaran para pemimpinnya. Disiplin menurut Hurlock (1999: 82) berasal dari kata yang sesungguhnya sama dengan "*disciple*" yakni seseorang yang belajar dari atau secara sukarela mengikuti seorang pemimpin, orang tua dan guru merupakan pemimpin sedangkan anak merupakan murid yang belajar dari mereka dan cara hidup yang menuju kehidupan yang berguna dan bahagia. Sedangkan menurut Prijodarminto (1994: 23) disiplin adalah suatu kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses

dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan dan ketertiban. Berdasarkan pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa disiplin adalah sikap individu yang terbentuk dari serangkaian perilaku yang menunjukkan ketaatan dan keteraturan berdasarkan acuan nilai moral. Effendi dan Praja menyatakan bahwa belajar adalah suatu proses usaha atau interaksi yang dilakukan individu untuk memperoleh kebiasaan, pengetahuan, sikap dan sesuatu yang baru sebagai hasil pengalaman yang. Chaplin dalam *Dictionary of Psychology* membatasi belajar dengan dua macam rumusan. Salah satu rumusan tersebut berbunyi : “...*acquisition of any relatively permanent change behavior as a result of practice and experience*” , yang artinya belajar adalah perolehan perubahan tingkah laku yang relative menetap sebagai akibat latihan dan pengalaman (dalam Muhibbin Syah, 1999:65). Kedua pendapat terakhir di atas mempunyai maksud bahwa belajar merupakan suatu proses yang ditempuh seseorang untuk mendapatkan kapabilitas baru pada dirinya berupa ketrampilan, pengetahuan, sikap dan nilai yang didapat dari pengalaman.

Dari seluruh pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa disiplin belajar dalam penelitian ini adalah sikap siswa yang terbentuk melalui proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru mencakup perubahan berfikir, sikap dan tindakan yang sesuai dengan standar sosial yang menunjukkan nilai – nilai ketaatan, keteraturan dan ketertiban yang berdasarkan acuan nilai moral. Penerapan disiplin belajar dapat dilakukan melalui pembiasaan-pembiasaan yang terwujud dalam aspek disiplin belajar sebagai berikut: (1) aspek gerakan misalnya indikatornya berjalan, duduk, mengacungkan tangan, masuk dan

keluar kelas, (2) aspek berbicara misalnya indikatornya bertanya, menjawab, mengeluarkan pendapat baik pada guru ataupun pada teman, (3) aspek pekerjaan misalnya indikatornya mau menyelesaikan pekerjaan dengan baik, punya rasa ingin tau yang besar, bertanggung jawab terhadap pekerjaan yang diberikan, (4) aspek keselamatan misalnya indikatornya menyimpan alat-alat pelajaran, bersikap tertib, tenang dan rapi saat bertindak, (5) aspek perilaku sosial misalnya indikatornya dalam berinteraksi bersikap tenggang rasa, menghormati orang lain, menciptakan keakraban, tolong-menolong, (6) aspek berpakaian misalnya indikatornya berpakaian bersih dan rapi, menggunakan seragam sesuai aturan.

Hurlock (1999:86) menyatakan disiplin memiliki empat unsur pokok, yaitu: (1) peraturan, peraturan adalah pola yang ditetapkan untuk tingkah laku, (2) Hukuman, (3) Penghargaan, penghargaan dapat diartikan tiap bentuk penghargaan untuk sesuatu yang baik, (4) Konsistensi, konsistensi berarti tingkat keseragaman atau stabilitas

Menurut Komalasari dkk (2011:169) *Shaping* adalah membentuk tingkah laku baru yang sebelumnya belum ditampilkan dengan memberikan reinforcement secara sistematis dan langsung setiap kali tingkah laku ditampilkan. Tingkah laku diubah secara bertahap dengan memperkuat unsur-unsur kecil tingkah laku baru yang diinginkan secara berturut-turut sampai mendekati tingkah laku akhir. Konselor membentuk tingkah laku yang lebih adaptif dengan memberi reinforcement primer maupun sekunder

Menurut Corey (2003:224) pembentukan respon berwujud pengembangan suatu respon yang pada mulanya tidak terdapat dalam pembendaharaan tingkah laku

individu. Perkuatan sering digunakan dalam proses pembentukan respon ini.

Berdasarkan perumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

(1) Untuk mengetahui deskripsi hasil pengamatan data awal disiplin belajar pada siswa kelas X Mia 4 SMA Negeri 2 Singaraja.

(2) Untuk mengetahui peningkatan skor disiplin belajar pada siklus I setelah pemberian bimbingan klasikal, bimbingan kelompok dan konseling individual melalui konseling behavioral dengan teknik *shaping* pada siswa kelas X Mia 4 SMA Negeri 2 Singaraja. (3) Untuk mengetahui peningkatan skor disiplin belajar pada siklus II setelah pemberian bimbingan klasikal, bimbingan kelompok dan konseling individual melalui konseling behavioral dengan teknik *shaping* pada siswa kelas X Mia 4 SMA Negeri 2 Singaraja. (4) Untuk mengetahui peningkatan hasil skor disiplin belajar siklus I dan siklus II setelah pemberian layanan bimbingan klasikal, bimbingan kelompok dan konseling individual melalui konseling behavioral dengan teknik *shaping* pada siswa kelas X Mia 4 SMA Negeri 2 Singaraja.

#### **Metode**

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan (*Action Research*), yaitu suatu bentuk penelitian reflektif dan kolektif yang dilakukan oleh peneliti dalam situasi sosial untuk meningkatkan penalaran praktik sosial mereka, Kemmis 1988 (dalam Wina Sanjaya, 2009: 24). Menurut Elliot, 1982 (dalam Wina Sanjaya, 2009: 25), penelitian tindakan adalah kajian tentang situasi dengan maksud untuk meningkatkan kualitas tindakan melalui proses diagnosis, perencanaan, pelaksanaan, pemantauan, dan mempelajari pengaruh yang ditimbulkannya. Subyek penelitian adalah siswa kelas X.Mia 4 SMA Negeri 2 Singaraja yang berjumlah 28 orang yang terdiri dari

15 orang siswa perempuan dan 13 orang siswa laki-laki.

Alasan pengambilan subyek pada kelas X.Mia 4 karena dari hasil pengamatan dan observasi banyak siswa yang antusias mengikuti pembelajaran seperti : datang tepat waktu, mendengarkan dengan baik, aktif dalam diskusi, tertib dalam kelas, tidak mengganggu teman. Namun sebaliknya ada siswa yang berperilaku seperti : sering terlambat, membolos, ribut dikelas, suka mengganggu teman, jarang terlihat aktif.

Prodesur penelitian tindakan bimbingan konseling ini dilaksanakan dalam 2 (dua) siklus. Masing-masing siklus mencakup beberapa tahapan yaitu : tahap Identifikasi, tahap diagnosa, tahap prognosa, tahap konseling/treatment/training, tahap evaluasi dan tahap refleksi, setiap siklus diberikan 4 layanan (1) layanan informasi klasikal, (2) Bimbingan kelompok, (3) konseling kelompok, (4) konseling individu.

Data yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah mengenai disiplin belajar siswa. Untuk memperoleh data yang akurat dari masing-masing variabel yang diteliti menggunakan metode observasi adalah suatu cara pengumpulan data dengan mengadakan pengamatan langsung terhadap suatu obyek tertentu, , dokumentasi Metode dokumentasi digunakan untuk mengungkap data siswa yang memiliki disiplin belajar yang rendah dan kuesioner

#### **Hasil dan Pembahasan**

Hasil tes akhir siklus I menunjukkan bahwa disiplin belajar siswa sudah menunjukkan peningkatan dibandingkan pada siklus awal secara umum siswa sudah paham akan disiplin belajar yang dialaminya, hal ini nampak pada perubahan perilaku siswa dimana sebelumnya siswa masih sering ribut jika guru menerangkan materi. skor hasil dari siklus 1 akan dipaparkan di table berikut :

Tabel.4.12 skor hasil dari siklus 1

No.	Siklus I				Skor akhir	Persentase (%)
	Bim Klasikal	Bim. Klp	Kons. Klp	Kons. Ind.		
1	125	127	128		126	84.00
2	111	113	114		112	74.67
3	117	119	120		118	78.67
4	122	124	125		123	82.00
5	98	100	101	96	74	49.33
6	127	128	129		128	85.33
7	106	108	109		107	71.33
8	122	124	125		123	82.00
9	98	100	101	96	74	49.33
10	135	137	138		136	90.67
11	133	135	136		134	89.33
12	98	99	100	96	74	49.33
13	131	132	133		132	88.00
14	134	135	136		135	90.00
15	133	134	135		134	89.33
16	98	100	101	96	74	49.33
17	120	122	123		121	80.67
18	133	135	136		134	89.33
19	98	100	101	96	74	49.33
20	138	139	140		139	92.67
21	124	125	126		125	83.33
22	98	100	101	96	74	49.33
23	120	122	123		121	80.67
24	120	122	123		121	80.67
25	102	104	105		103	68.67
26	96	98	99	94	73	48.67
27	109	111	112		110	73.33
28	97	99	100	95	74	49.33
total	115	111	118	118	110	73 %

Berdasarkan tindakan BK untuk meningkatkan disiplin belajar siswa di masing masing indicator maka dapat dipantau proses peningkatan disiplin belajar melalui buku harian siswa. Evaluasi dilaksanakan kepada 28 orang siswa pada kelas X Mia 4. Hasil akhir siklus II menunjukkan bahwa tingkat perkembangan disiplin belajar siswa sudah meningkat secara signifikan dibandingkan pada siklus I. Secara umum, siswa sudah mampu menemukan solusi atas permasalahan yang dihadapi dan mengatasi kendala-kendala yang dihadapi selama pelaksanaan konseling. Hasil tes akhir

menunjukkan bahwa telah terjadi peningkatan disiplin belajar siswa. Hal tersebut dapat dilihat dari tingkat skor dan katagori yang diperoleh oleh siswa. Evaluasi ditekankan pada lima orang siswa yang teridentifikasi mengalami disiplin belajar yang rendah maupun sedang, yang secara intens diberikan layanan konseling individu. Anggota kelompok yang semula berada pada katagori sedang dan rendah kini pada siklus II mampu mencapai skor dan katagori yang lebih tinggi yaitu berada pada katagori tinggi ke atas. Tingkat pencapaian skor masing-masing siswa dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

**Data Peningkatan Skor Disiplin Belajar Siswa Kelas X Mia 4 Pada Siklus II Siklius II**

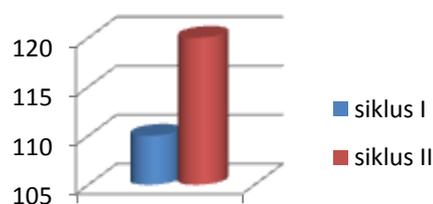
Bim. Klasikal	Bim. Klp	Kons. Klp	Kons. Ind.	Skor akhir	Persentase %
129	129	129		129	86.00
115	115	115		115	76.67
121	121	121		121	80.67
126	126	126		126	84.00
102	102	102	98	101	67.33
130	130	130		130	86.67
110	110	110		110	73.33
126	126	126		126	84.00
102	102	102	98	101	67.33
139	139	139		139	92.67
137	137	137		137	91.33
102	102	102	98	101	67.33
134	134	134		134	89.33
137	137	137		137	91.33
136	136	136		136	90.67
103	103	103	98	101	67.33
124	124	124		124	82.67
137	137	137		137	91.33
103	103	103	98	101	67.33
141	141	141		141	94.00
127	127	127		127	84.67
103	103	103	98	101	67.33
124	124	124		124	82.67
124	124	124		124	82.67
106	106	106		106	70.67
101	101	102	95	99	66.00
113	113	113		113	75.33
102	102	103	96	134	89.33
119	119	120	97	120	80.00 %

Berdasarkan proses tindakan Bimbingan Konseling pada siklus I dan siklus II dari pertemuan 1, 2, 3, dan 4 maka dihasilkan skor peningkatan disiplin belajar siswa seperti disajikan Tabel di bawah ini. Tabel 3. perbandingan skor siklus I dan siklus II

Skor akhir	
Siklus I	Siklus II
110	120

Berdasarkan tindakan Bimbingan Konseling untuk meningkatkan disiplin belajar siswa di masing-masing indikator maka dapat dipantau proses peningkatan disiplin belajar melalui buku bulanan siswa

seperti disajikan pada Tabel di atas adapun hasil analisis skor pengisian buku bulanan dituangkan dalam table pengisian buku bulanan di atas dan untuk memantau proses peningkatan disiplin belajar siswa dapat disajikan pada grafik di bawah ini:



bandingan Akhir Siklus I Dan Siklus II

Grafik 1  
Akumulasi Siklus I dan Siklus II  
(Bimbingan Klasikal,  
BimbinganKelompok, Konseling  
Kelompok, Konseling Individu).

Setelah diberikan layanan bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu pada siklus II, maka siswa kelas X Mia 4 SMA Negeri 2 Singaraja sudah dapat meningkatkan disiplin belajarnya. Jadi tindakan/pemberian layanan bimbingan konseling oleh peneliti dapat diberhentikan, tetapi untuk pemberian layanan bimbingan konseling disekolah tetap diberikan oleh guru BK yang bersangkutan.

### **Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa disiplin belajar siswa dapat meningkat setelah diberikan layanan bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu. Pada siklus I siswa masih memiliki disiplin 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 disiplin 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 disiplin 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 disiplin belajar siswa dari kategori sedang dan rendah menjadi tinggi. Jadi pemberian konseling pada siklus I dan siklus II terjadi peningkatan pada disiplin belajar siswa. disiplin belajar yang ditunjukkan seperti perubahan tingkah laku siswa kearah disiplin belajar, mengumpulkan tugas tepat waktu, tidak telat saat masuk kelas, mampu

membagi waktu dengan baik. Pada siklus I ada tiga orang siswa yang masih ragu untuk mengungkapkan masalah yang dialami sehingga mereka terkesan sulit untuk meningkatkan disiplin belajarnya. Namun setelah siklus II dilaksanakan siswa tersebut sudah menunjukkan perubahan diantaranya siswa sudah mulai mementingkan belajar dari pada membuat keributan dikelas, sudah mulai taat dan tertib kepada guru mata pelajaran, dan tepat waktu mengumpulkan tugas.

Dari hasil tindakan diketahui bahwa pengembangan disiplin belajar siswa bervariasi. Pengembangan disiplin belajar yang dicapai siswa disebabkan karena keantusiasan siswa saat mengikuti kegiatan layanan bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok maupun konseling individu untuk dapat mengembangkan disiplin belajarnya.

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 *shaping* efektif digunakan untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas X Mia 4 SMA Negeri 2 Singaraja. Dengan demikian ini dapat dijadikan sebagai modal untuk menangani masalah dalam disiplin belajar siswa.

### **Penutup**

Berdasarkan hasil penelitian tersebut diatas serta hasil

pembahasan diatas, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

Disiplin belajar siswa kelas X Mia 4 SMA Negeri 2 Singaraja pada skor awal sebelum siklus I dan II tergolong rendah.

Setelah diberikan treatment konseling behavioral dengan teknik *shaping* pada siklus I (melalui bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individual), disiplin belajar siswa kelas X Mia 4 SMA Negeri 2 Singaraja menurun menjadi sedang.

Kemudian diberikan kembali treatment konseling behavioral dengan teknik *shaping* pada siklus II (melalui bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individual), disiplin belajar siswa kelas X Mia 4 SMA Negeri 2 Singaraja menurun menjadi tinggi

Berdasarkan hasil siklus I dan siklus II pemberian treatment konseling behavioral dengan teknik *shaping* (melalui bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individual) dapat dilihat dari peningkatan disiplin belajar siswa kelas X Mia 4 SMA Negeri 2 Singaraja dari kategori sedang menjadi tinggi dan sangat tinggi.

Konseling behavioral teknik *shaping* ternyata mampu mengembangkan disiplin belajar siswa. Berdasarkan hasil penelitian ini maka diberikan saran-saran kepada pihak terkait sebagai berikut:

(1)Kepada kepala sekolah Diharapkan kepada kepala sekolah menyekat ruang BK dengan ruang konseling kelompok agar proses pemberian konseling kelompok lebih efektif, (2) Kepada guru pembimbing Diharapkan kepada guru pembimbing agar dapat menerapkan konseling behavioral teknik *shaping* dalam menangani siswa yang memiliki disiplin belajar yang rendah, (3)Kepada siswa, Siswa yang sudah termotivasi dalam mengikuti konseling

kelompok atau konseling individu, dapat berbagi pengalaman dan perubahan yang terjadi dalam bentuk perilaku pergaulan sehari-hari. Hal ini akan berdampak positif terhadap siswa yang masih kurang termotivasi dalam mengikuti konseling kelompok ataupun konseling individu. Selain itu, siswa diharapkan dapat selalu disiplin dalam belajar agar menjadi orang yang pintar dan apa yang dicita-citakan tercapai, (4) Kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat lebih mengembangkan layanan konseling behavioral teknik *shaping* pada aspek yang lebih luas dengan mengambil faktor-faktor lain sebagai pelengkap untuk meningkatkan disiplin belajar siswa.

#### Daftar Pustaka

- Corey, Gerald. 2003. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* (Alih Bahasa). Bandung: PT. Refika Aditama.
- Dharsana, Ketut. 2007. *Dasar-Dasar Konseling Seri 2. Seri 2.* Singaraja: Universitas Pendidikan ganesha.
- Darsana, Ketut. 2010. *Diktat Konseling Karir Dan Problematik Konseling.* Singaraja: Undiksha
- Dharsana, Ketut. 2007. *Dasar-Dasar Konseling Seri 2. Seri 2.* Singaraja: Universitas Pendidikan ganesha.
- Gunarsa, Singgih D. & Ny. Y. Singgih D. Gunarsa. 1992. *Psikologi Untuk Membimbing.* Jakarta : BPK Gunung Mulia.
- Gie, The Liang. 1999. *Cara Belajar Efektif,* Yogyakarta : Gajah Mada University
- Komalasari, Gantina dkk. 2011. *Teori dan Teknik Konseling.* Jakarta: PT. Indeks
- Prijodarminto, Soegeng. 1994. *Menanamkan Disiplin*

*dan Rasa Percaya Diri  
pada Anak.* Jakarta:  
PT.Gramedia.  
Slameto. 1997. *Belajar dan  
Faktor-faktor yang  
Mempengaruhinya.*

Jakarta : Gunung Mulia.  
Tu'u, Tulus. 2004. *Peran Disiplin  
pada Perilaku dan  
Prestasi Siswa.* Jakarta  
: Grasindo.