

## **PENERAPAN KONSELING KELOMPOK RASIONAL EMOTIF PERILAKU UNTUK MEREDUKSI PERILAKU KONFORMITAS NEGATIF SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 8 KOTA MOJOKERTO**

**Indri Dian Utami**

Bimbingan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
[indri.sibarani69@gmail.com](mailto:indri.sibarani69@gmail.com)

**Dra. Titin Indah Pratiwi, M.Pd**

BK FIP Universitas Negeri Surabaya

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menguji penerapan konseling kelompok rasional emotif perilaku dalam mereduksi perilaku konformitas negatif siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Kota Mojokerto. Jenis penelitian ini merupakan penelitian *pre-eksperimen design* dengan rancangan penelitian *pre-test post-test one group design*. Alat ukur yang digunakan yaitu dengan menggunakan angket perilaku konformitas negatif yang terdiri dari 30 item. Penentuan subjek dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan *purposive sample*, yaitu 6 siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Kota Mojokerto yang teridentifikasi memiliki skor perilaku konformitas negatif paling tinggi. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik non parametrik dengan menggunakan uji tanda dapat diketahui dalam tabel tes binomial dengan ketentuan  $N = 6$  dan  $x = 0$  ( $z$ ), maka diperoleh  $p$  (kemungkinan harga di bawah  $H_0$ ) = 0,016. Bila dalam ketetapan  $\alpha$  (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa harga  $0,016 < 0,05$ . Jadi dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan skor perilaku konformitas negatif sebelum dan sesudah penerapan konseling kelompok rasional emotif perilaku. Berdasarkan penghitungan di atas *mean pre-test* sebesar 80,83, *mean post-test* sebesar 61,16 dan selisih antara *mean pre-test* dan *mean post-test* sebesar 19,67. Dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok rasional emotif perilaku dapat mereduksi perilaku konformitas negatif siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Kota Mojokerto.

**Kata Kunci :** Konseling Kelompok, Konseling Rasional Emotif Perilaku, Konformitas Negatif

### **Abstract**

This study aims to examine the implementation of rational emotive behavioral group counseling in reducing the negative conformity behavior at eighth grade students of SMPN 8 Mojokerto. This type of research is the study pre-experimental design with pre-test research design post-test one group design. Measuring instruments used is by using negative conformity behavior questionnaire consisting of 30 items. Determination of the subjects in this study is by using purposive sample, that is 7 class VIII SMPN 8 Mojokerto identified as having scores highest negative conformity behavior. The data analysis technique used is by using a non-parametric statistical test marks can be seen in the table binomial tests with the provisions of  $N = 6$  and  $x = 0$  ( $z$ ), the obtained  $p$  (possible price under  $H_0$ ) = 0.016. When the provisions  $\alpha$  (standard error) of 5% is 0.05, it can be concluded that the price of  $0.016 < 0.05$ . So it can be concluded that there is a difference of negative conformity behavior scores before and after the application of rational emotive behavioral group counseling. Based on the calculation above the mean pre-test of 80.83, the mean post-test of 61.16 and the difference between the mean pre-test and post-test mean of 19.67. Thus  $H_0$  is rejected and  $H_a$  accepted. It concluded that the group of rational emotive behavioral counseling can reduce the negative conformity behavior eighth grade students of SMPN 8 Mojokerto.

**Keywords:** Group Counseling, Rational Emotive Behavioral Counseling, Conformity Negative

## **PENDAHULUAN**

Manusia adalah makhluk sosial yang saling membutuhkan satu dengan yang lain, saling memberikan pengaruh antara yang satu dengan yang lain dan ingin berkumpul untuk berinteraksi. Tercermin dari kehidupan bermasyarakat yang tercipta dari awal leluhur kita, yaitu membentuk kelompok dan membagi tugas di dalam kelompok tersebut adalah cikal bakal kehidupan

bermasyarakat yang sedemikian kompleks saat ini. Dari kelompok-kelompok masyarakat yang ada, sebagai manusia yang tergabung di dalamnya timbul perasaan-perasaan untuk menegaskan diri bahwa kita adalah bagian dari kelompok tertentu atau perasaan tidak ingin berbeda dari yang lain. Terkadang, dari perasaan tersebut, akan timbul tingkah laku yang disebut dengan konformitas (Donald, 2010).

Konformitas dapat timbul ketika seseorang berinteraksi dengan orang lain. Sears (1995) mengemukakan bahwa konformitas adalah suatu bentuk tingkah laku menyesuaikan diri dengan tingkah laku orang lain sehingga menjadi kurang lebih sama atau identik guna mencapai tujuan tertentu (dalam Kurniawan & Rois, 2008). Seseorang melakukan konformitas, disebabkan adanya ketakutan untuk tidak diterima oleh kelompok, menghindari celaan, dan ketakutan dianggap menyimpang.

Perilaku konformitas juga tidak lepas dari kehidupan remaja. Masa remaja adalah suatu masa peralihan yang sering menimbulkan gejala. Menurut Hurlock (1996) remaja berasal dari istilah *adolescence* yang memiliki arti tumbuh untuk mencapai kematangan, baik mental, emosional, sosial, dan fisik. Pada masa ini ditandai dengan adanya perkembangan yang pesat pada individu dari segi fisik, psikis dan sosialnya. Hurlock (1996) berpendapat bahwa pada masa ini timbul banyak perubahan yang terjadi, baik secara fisik maupun psikologis, seiring dengan tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi oleh remaja.

Salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial. Berkaitan dengan penyesuaian sosial, remaja harus menyesuaikan diri dengan orang di luar lingkungan keluarga, seperti meningkatnya pengaruh kelompok teman sebaya (*peer group*). Kuatnya pengaruh kelompok sebaya terjadi karena remaja lebih banyak berada di luar rumah bersama dengan teman sebaya sebagai kelompok, baik kelompok sekolah maupun kelompok bermain di luar sekolah. Kelompok teman sebaya memiliki aturan tertentu yang harus dipatuhi oleh remaja sebagai anggota kelompoknya. Selain itu, Conger (1991) dan Papalia & Olds (2001) (dalam Handayani, 2009) mengemukakan bahwa kelompok teman sebaya merupakan sumber referensi utama bagi remaja dalam hal persepsi dan sikap yang berkaitan dengan gaya hidup. Bagi remaja, teman-teman menjadi sumber informasi mengenai bagaimana cara berpakaian yang menarik, musik atau film apa yang bagus, dan sebagainya.

Kondisi remaja lebih banyak bergantung dengan aturan dan norma yang berlaku dalam kelompok. Hal ini disebabkan oleh motivasi remaja untuk menuruti ajakan dalam kelompoknya yang cukup tinggi. Kebutuhan untuk diterima dalam kelompok menyebabkan remaja melakukan perubahan dalam sikap dan perilaku sesuai dengan perilaku anggota kelompoknya. Perubahan sikap dan perilaku yang ditunjukkan siswa ada yang sesuai dengan keinginannya dan ada yang bertentangan dengan keinginannya sehingga mereka mengalami masalah konformitas.

Berkaitan dengan pengaruh yang diberikan oleh kelompok sebaya dapat dibagi dua, yaitu positif dan negatif. Efek dari teman sebaya pada tingkah laku remaja tergantung pada sikap dan aktivitas yang biasa dilakukan dalam kelompok sebaya tersebut dan pada kebutuhan-kebutuhan individu itu sendiri. Ketika norma-norma kelompok menekankan pada prestasi atau sesuatu yang baik, kebanyakan anggota kelompok sebaya tersebut akan mengikuti. Misalnya adalah jika kelompok dimana individu tersebut berada sering melakukan belajar bersama, maka secara tidak langsung individu tersebut terlibat di dalamnya dan saling memotivasi untuk berprestasi.

Sedangkan untuk hal-hal yang berhubungan dengan ketidaksetujuan mereka terhadap norma-norma yang dibentuk para orang tua, mereka akan menunjukkannya dalam bentuk kegiatan-kegiatan yang akan menimbulkan kesenangan pada diri mereka. Maksudnya adalah kelompok remaja ini dapat membentuk suatu nilai atau norma baru yang berlaku pada kelompok sebayanya sebagai pengganti norma orang dewasa. Hal itu akan mendorong remaja yang berada pada kelompok tersebut untuk melakukan penyesuaian pada kelompoknya.

Dapat dikatakan pengaruh negatif berupa perilaku antisosial dari konformitas kelompok sebaya pada remaja seperti minum-minuman beralkohol, merokok, tawuran, mencuri, serta membolos pengaruhnya lebih besar dibandingkan dengan pengaruh positifnya. Remaja dapat kehilangan identitas diri dan kurang percaya diri (Myers, 2012). Remaja akan selalu bergantung kepada kelompoknya, tidak dapat mengambil keputusan sendiri, dan tidak dapat menilai mana yang baik dan sesuai dengan dirinya. Hal ini sangat berdampak negatif bagi seorang remaja, karena pada saat perkembangan mereka adalah saat-saat dimana mereka harus mencari jati diri sesungguhnya demi menghadapi perkembangan kehidupan selanjutnya.

Saat ini terjadi beberapa fenomena dimana remaja yang tidak mengerti apa yang terjadi, banyak remaja yang terjerumus pada pergaulan yang tidak baik hanya karena tuntutan agar dapat bersosialisasi dan menyesuaikan diri dengan teman. Fenomena tersebut bermacam-macam seperti merokok, tawuran, membolos, bahkan sampai dengan melakukan seks bebas dan hamil di luar nikah. Mereka rela mengorbankan prinsip, meninggalkan belajar dan mengabaikan nasihat orang tua. Hal tersebut bisa terjadi karena remaja ingin diakui dan diterima lingkungannya walaupun sebenarnya perilaku dan sikap yang mereka lakukan jauh dari keinginannya.

Menurut Menkes, kecenderungan merokok di kalangan remaja umur 15-19 tahun di Indonesia semakin meningkat sebanyak 3 kali lipat dari 7,1% menjadi 43,3%. Senada dengan data tersebut, data hasil Riskesdas

(2010) menunjukkan persentase anak yang memulai perilaku merokok pada umur 10-14 tahun adalah sebesar 17,5% (Dikes Kab. Bandung, 2013). Prof. dr. Tjandra Yoga Aditama SpP(K) dari Dirjen Pengendalian Penyakit dan Penyehatan Lingkungan (P2PL), menyebutkan bahwa alasan remaja merokok antara lain: pengaruh iklan televisi, ingin kelihatan gagah, dipaksa teman, faktor lingkungan keluarga dan masyarakat, 15 tahun mempunyai orangtua yang merokok, dan alasan yang dominan adalah coba-coba (Liputan6.com). Dari enam alasan yang telah disebutkan, lima di antaranya merupakan pengaruh dari adanya konformitas.

Pada tahun 2010, setidaknya terjadi 128 kasus tawuran antar pelajar. Angka itu melonjak tajam lebih dari 100 persen pada 2011, yakni 330 kasus tawuran yang menewaskan 82 pelajar. Pada Januari-Juni 2012, telah terjadi 139 tawuran yang menewaskan 12 pelajar (Liputan6.com). Ironisnya, sebagian di antara pelajar yang terlibat mengaku tak tahu-menahu ikhwal permasalahan tawuran. Adanya rasa bermusuhan yang diwariskan secara turun menurun dari angkatan ke angkatan berikutnya. Menanamkan bahwa kelompok siswa sekolah lain merupakan musuh bebuyutan. Tekanan dalam kelompok sebagai bentuk solidaritas juga membawa pengaruh terjadinya tawuran (Kurniawan & Rois, 2008).

Masalah lain seperti yang dilaporkan oleh Ramadhian Fadillah untuk Merdeka.com pada Selasa, 13 Januari 2015 bahwa seorang siswi SMK di Depok, Jawa Barat, nekat menjual dirinya dengan tarif Rp 500 ribu. Hal itu dilakukan untuk mendapatkan barang yang diinginkannya seperti handphone dan baju baru. Dirinya mengaku bahwa sudah beberapa kali melayani hasrat dari beberapa pria hidung belang yang dilakukannya secara suka rela. Kasus serupa juga terjadi di Kalimantan Tengah. Lebih dari sepuluh anak di bawah umur dan masih berstatus pelajar terjaring razia dalam praktik prostitusi terselubung di Kabupaten Kotawaringin Timur, Kalimantan Tengah. Mereka rata-rata mengaku terjerumus ke lembah hitam itu karena dua alasan, yakni faktor ekonomi dan ada pula yang terpengaruh pergaulan bebas. Terkadang hanya karena ingin membeli handphone canggih, mereka rela menjual diri (Merdeka.com, 2015).

Selain itu berdasarkan hasil observasi dan wawancara di SMP N 8 Mojokerto pada tanggal 10 Februari 2015, konselor sekolah menyebutkan bahwa siswa menyukai kegiatan bersama dengan teman-temannya dan membentuk suatu kelompok yang saling mempengaruhi antar anggota kelompok. Hal inilah yang mendorong terjadinya konformitas pada siswa di SMP N 8 Mojokerto, terutama pada kelas VIII. Konselor sekolah mengatakan bahwa siswa cenderung menunjukkan

perilaku konformitas yang bersifat negatif. Hal ini ditunjukkan dengan kasus siswa yang pernah terjadi, antara lain adalah melanggar aturan sekolah bersama, mencontek, *bullying*, membolos sekolah karena diajak temannya, berkelahi untuk membela temannya, serta menyimpan gambar dan video porno yang diperoleh dari temannya. Kebanyakan dari perilaku-perilaku tersebut dilakukan secara bersama-sama dengan teman-teman gengnya.

Hal tersebut terjadi karena siswa terbiasa untuk selalu sama, bersikap konformis, sehingga merasa tidak nyaman bila harus 'beda'. Ketika siswa telah menjadi anggota suatu kelompok tertentu, perbedaan perilaku dengan kelompok akan menimbulkan rasa yang tidak nyaman dalam diri siswa, sehingga siswa akan berusaha menyesuaikan perilakunya dengan perilaku kelompok.

Dilihat dari fakta yang diperoleh dari hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa perilaku konformitas negatif yang ditunjukkan oleh siswa SMP N 8 Mojokerto adalah akibat dari pikiran irasional siswa untuk harus menjadi "sama" agar dapat diterima dalam suatu lingkungan/kelompok. Ada dua aspek penting yang mendasari siswa melakukan konformitas, yaitu aspek emosional dan aspek kognitif. Yang pertama adalah aspek emosional, yaitu perasaan individu yang ingin disukai dan diterima oleh lingkungan sosial. Siswa merasa tidak nyaman apabila harus berbeda sehingga siswa mengikuti dan meniru apapun yang dilakukan kelompoknya. Mereka mengamati, hal apa saja yang disukai dan tidak disukai oleh kelompoknya, maka siswa akan melakukan hal-hal yang disukai oleh kelompoknya tanpa memikirkan dampak dari perilaku tersebut. Hal itu juga sebagai ungkapan persetujuan siswa terhadap perilaku kelompoknya. Bahkan, merupakan bentuk kesukaan siswa terhadap kelompoknya sehingga ia akan mudah diterima oleh kelompoknya tersebut. Sebisanya mungkin siswa berusaha agar terhindar dari konsekuensi yang diberikan oleh kelompok apabila tidak mengikuti ketentuan kelompok yang berupa celaan ataupun penolakan oleh kelompok.

Sedangkan aspek yang kedua adalah kognitif, yaitu keinginan untuk menjadi benar dan tepat. Saat anggota kelompok mengerjakan atau mengatakan hal yang sama, di dalam diri siswa terdapat dorongan yang kuat untuk mengikuti atau mengerjakan apa yang kelompoknya lakukan. Siswa mencoba membandingkan apa yang menjadi pemikiran anggota kelompok yang lain dengan pemikirannya. Dengan kata lain siswa menjadikan kelompoknya sebagai tolok ukur untuk penilaian dirinya sendiri, yaitu semacam kepercayaan bahwa tindakan dan opini kelompok menegaskan kenyataan sosial bagi siswa sehingga ia jadikan acuan untuk bertindak. Siswa yang berkonformitas melakukannya dengan sepenuh hati.

Mereka menganggap bahwa mereka salah dan kelompoknya benar dan dengan melakukan konformitas hanya akan menimbulkan dilemma sementara. Namun banyak juga yang beranggapan penilaian mereka benar namun mereka tidak mau dianggap berbeda atau dianggap tidak benar sehingga mereka berperilaku tidak konsisten dengan *belief* pribadi mereka. Sehingga untuk mengubah persepsi mereka pada situasi tersebut, mereka membenarkan konformitas.

Berdasarkan permasalahan yang dipaparkan di atas, salah satu upaya yang dapat digunakan untuk mengatasi perilaku konformitas negatif siswa yaitu dengan menggunakan model konseling rasional emotif perilaku. Ellis (dalam Corey, 2010), konseling rasional emotif perilaku adalah suatu pendekatan untuk membantu memecahkan masalah-masalah yang disebabkan oleh pola pikir bermasalah. Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, perilaku konformitas negatif yang ditunjukkan oleh siswa SMP N 8 Mojokerto terjadi karena pikiran irasional siswa yang selalu ingin disukai dan diakui keberadaannya dalam kelompok, dengan cara mengikuti dan meniru apapun yang dilakukan kelompoknya.

Darminto (2007) mengungkapkan tujuan umum konseling rasional emotif perilaku adalah membantu individu mengidentifikasi sistem keyakinannya yang tidak rasional dan kemudian memodifikasinya agar menjadi lebih rasional. Secara khusus, konseling rasional emotif perilaku memusatkan perhatian pada upaya membantu konseli untuk belajar memperoleh keterampilan yang memudahkannya untuk membentuk pikiran-pikiran yang lebih rasional, mengarahkan pada penerimaan diri dan kebahagiaan yang lebih besar, dan mendorong kesanggupan untuk dapat lebih menikmati hidupnya.

Jika dilihat dari tujuannya, konseling rasional emotif perilaku sangatlah tepat bila digunakan untuk mereduksi perilaku konformitas negatif siswa. Dengan konseling rasional emotif perilaku, pikiran irrasional siswa dapat diubah menjadi pikiran yang lebih rasional, sehingga menimbulkan konsekuensi emosi dan perilaku yang sesuai dengan nilai dan norma sosial. Namun hal itu tidak akan terjadi jika siswa atau individu yang bersangkutan tidak menyadari serta tidak memiliki keinginan untuk mengubahnya. Darminto (2007), teori konseling rasional emotif perilaku menekankan bahwa manusia memiliki pilihan. Manusia mengontrol pikiran, perasaan, sikap, dan tindakannya, serta merancang hidupnya sesuai dengan arahan atau keinginan manusia itu sendiri.

Dalam mengatasi masalah perilaku konformitas negatif siswa, konseling rasional emotif ini menitik beratkan pada sikap, persepsi, cara berpikir, emosi, tindakan, keyakinan serta pandangan-pandangan konseli

yang irasional agar menjadi rasional. Sasaran layanan ini adalah menjadikan individu menginternalisasikan suatu filsafat hidup yang rasional sebagaimana individu menginternalisasikan keyakinan-keyakinan yang logis yang berasal dari orang tuanya maupun kebudayaannya.

Ellis (dalam Willis, 2011) mengatakan bahwa Rasional Emotif dilakukan dengan cara konselor menunjukkan bahwa masalah ataupun gangguan yang dihadapinya adalah berasal dari pikiran irasionalnya, maka konseli akan dibantu untuk membedakan pikiran irasional dengan rasionalnya. Setelah konseli dapat memahami bahwa masalahnya bersumber dari pikiran irasionalnya, maka konseli berusaha mengubah keyakinan tersebut menjadi rasional. Selanjutnya konselor berusaha membantu konseli menghindari pikiran irasionalnya dengan menjelaskan mekanisme pikiran tersebut menjadi masalah dalam hidupnya. Kemudian membantu konseli untuk mengembangkan filosofi hidupnya yang rasional dan membuang yang irrasional. Dengan demikian diharapkan siswa tersebut mampu menghasilkan perubahan yang berarti dalam cara berperasaan dan berperilaku.

Dari pemaparan diatas maka peneliti mengangkat masalah tentang “Penerapan Konseling Kelompok Rasional Emotif Perilaku untuk Mereduksi Perilaku Konformitas Negatif pada Siswa Kelas VIII SMP N 8 Mojokerto”.

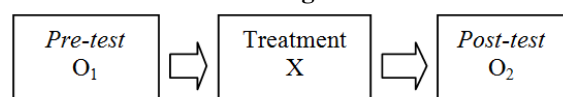
#### **METODE**

Jenis penelitian ini merupakan penelitian *pre-eksperimen design* dengan rancangan penelitian *pre-test post-test one group design* yang bertujuan untuk menguji penerapan konseling kelompok rasional emotif perilaku dalam mereduksi perilaku konformitas negatif siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Kota Mojokerto.

Pendekatan *One-Group Pretest-Posttest Design* adalah rancangan yang digunakan pada satu kelompok subjek. Pertama dilakukan pengukuran awal (*pre-test*) terhadap satu kelompok subjek untuk mendapatkan sejumlah subjek yang sesuai dengan kriteria yang diperlukan. Setelah didapatkan sejumlah subjek yang sesuai dengan kriteria, lalu dilaksanakan perlakuan untuk jangka waktu tertentu terhadap sejumlah subjek tersebut. Terakhir, dilakukan pengukuran akhir (*post-test*) terhadap sejumlah subjek yang telah diberikan perlakuan dan membandingkan hasil *pre-test* dengan hasil *post-test* untuk mengetahui apakah terjadi perubahan skor yang signifikan.

#### **Bagan 3.1**

#### **Desain Penelitian Pre-test dan Post-test One Group Design**



Keterangan :

- $O_1$  : Nilai *pre-test* (sebelum diberi perlakuan)  
X : Pelaksanaan perlakuan (konseling kelompok rasional emotif perilaku)  
 $O_2$  : Nilai *post-test* (setelah diberi perlakuan)

Lokasi penelitian ini di SMP Negeri 8 Kota Mojokerto yang beralamatkan di Jalan Raden Wijaya No.62 Mojokerto. Lokasi tersebut dipilih karena berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan konselor sekolah yang menyebutkan bahwa siswa menyukai kegiatan bersama dengan teman-temannya dan membentuk suatu kelompok yang saling mempengaruhi antar anggota kelompok. Hal inilah yang mendorong terjadinya konformitas pada siswa di SMP N 8 Mojokerto, terutama pada kelas VIII. Konselor sekolah mengatakan bahwa siswa cenderung menunjukkan perilaku konformitas yang bersifat negatif.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP N 8 Kota Mojokerto yang berjumlah 219 siswa dengan sampel penelitian berjumlah enam orang siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *purposive sampling* (sampel bertujuan), yaitu penentuan sampel dengan pertimbangan peneliti. Sampel diambil dari enam siswa kelas VIII SMP N 8 Kota Mojokerto yang memiliki perilaku konformitas negatif tinggi, yang dapat diketahui sebelumnya dari hasil *pre-test*.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yakni variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen). Pada penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah konseling kelompok rasional emotif perilaku Sedangkan yang menjadi variabel terikat adalah perilaku konformitas negatif.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data *pre-test* dan *post-test* tentang perubahan perilaku konformitas negatif siswa. Data *pre-test* diperoleh dari siswa kelas VIII SMP N 8 Kota Mojokerto sebelum perlakuan diberikan yang bertujuan untuk mengetahui skor awal perilaku konformitas negatif siswa. Sedangkan data *post-test* diperoleh dari 6 orang siswa yang dijadikan sampel penelitian setelah diberikan perlakuan dengan konseling kelompok rasional emotif perilaku.

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah angket tertutup. Angket yang dikembangkan dalam penelitian ini adalah angket perilaku konformitas negatif siswa.

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data statistik, karena data yang dikumpulkan merupakan data kuantitatif. Teknik analisis yang sesuai dengan rancangan dalam penelitian ini adalah menggunakan statistik inferensial yaitu dengan teknik non parametrik sebab dalam penelitian ini jumlah sampelnya relatif kecil. Sedangkan tes statistik yang digunakan untuk

menganalisis data adalah uji tanda (*sign test*) digunakan untuk menguji hipotesis komparatif dua sampel yang berkorelasi bila datanya berbentuk ordinal (Suciptawati, 2009:42). Selain itu uji tanda digunakan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan tanpa memperhatikan besarnya perbedaan tersebut.

Langkah-langkah dalam menganalisis dengan menggunakan Uji tanda (*sign test*) adalah sebagai berikut (Reksoatmodjo, 2007:148):

1. Menentukan kriteria perbedaan. Jika dari suatu pengujian menunjukkan tidak ada perbedaan maka skor perilaku konformitas negatif antara sebelum dan sesudah perlakuan adalah sama.
2. Menentukan hipotesis:  
 $H_0$  = Tidak ada perbedaan skor yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian perlakuan konseling kelompok rasional emotif perilaku  
 $H_a$  = Ada perbedaan skor yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian perlakuan konseling kelompok rasional emotif perilaku.
3. Menentukan kriteria tanda
  - a. Tanda positif (+) menunjukkan adanya penurunan perilaku konformitas negatif setelah diberikan perlakuan konseling kelompok rasional emotif perilaku.
  - b. Tanda negatif (-) menunjukkan tidak adanya penurunan perilaku konformitas negatif setelah diberikan perlakuan konseling kelompok rasional emotif perilaku.
4. Menetapkan tingkat signifikan  $\alpha=0,05$
5. Membuat tabel kolom yang berisi kode subjek, hasil *pre-test* (sebelum perlakuan) dan *post-test* (sesudah perlakuan), arah perbedaan dan tanda perbedaan.
6. Menghitung frekuensi dari masing-masing tanda (+) dan (-). "N" menunjukkan jumlah tanda positif dan tanda negatif, "r" menunjukkan jumlah kecil.
7. Menentukan signifikansi dengan pertolongan tabel probabilitas binomial.
8. Menentukan rumusan keputusan:
  - a. Terima  $H_0$  jika  $\alpha \leq$  peluang sampel  $p_{tabel} \geq \alpha$ .
  - b. Tolak  $H_0$  dan terima  $H_1$  jika  $\alpha >$  peluang sampel.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Setelah melakukan pengumpulan data dengan menerapkan metode pengumpulan data yang telah diuraikan sebelumnya, maka langkah selanjutnya adalah menyajikan hasil penelitian yang disesuaikan dengan hasil angket. Jumlah siswa pada pengukuran awal yaitu sebanyak 219 siswa. Dari hasil perhitungan dengan menggunakan rumus standar deviasi diperoleh 40 siswa kelas VIII yang memiliki skor perilaku konformitas negatif yang tinggi atau berada di atas 72,834. Dari 40

siswa tersebut diambil 6 siswa yang memiliki skor tertinggi untuk dijadikan subjek penelitian. Selanjutnya skor yang diperoleh dari keenam subjek tersebut digunakan sebagai data hasil *pre-test*. Berikut ini data hasil *pre-test* enam siswa yang memiliki skor perilaku konformitas negatif tertinggi:

**Tabel 4.1**  
**Data Hasil *Pre-Test***

NO.	NAMA	KELAS	$\Sigma$ SKOR	KATEGORI
1	OFBR	VIII B	85	TINGGI
2	RBP	VIII F	81	TINGGI
3	MM	VIII A	80	TINGGI
4	BCA	VIII E	80	TINGGI
5	AAC	VIII E	80	TINGGI
6	VGA	VIII F	79	TINGGI

Hasil *pre-test* ini menunjukkan kondisi awal sebelum subjek mendapatkan perlakuan. Setelah diperoleh hasil *pre-test*, langkah selanjutnya adalah pemberian perlakuan konseling kelompok rasional emotif perilaku.

Setelah subjek mendapatkan perlakuan konseling kelompok rasional emotif perilaku, langkah selanjutnya yaitu memberikan *post-test* dengan menggunakan angket yang sama dengan angket yang digunakan pada *pre-test*, yaitu angket perilaku konformitas negatif. Tujuan dari pemberian *post-test* adalah untuk mengukur dan mengetahui kembali skor perilaku konformitas negatif pada siswa, apakah ada perbedaan skor perilaku konformitas negatif subjek setelah diberikan perlakuan. Data yang diperoleh dari pemberian *post test* yaitu:

**Tabel 4.2**

**Data Hasil *Post-Test***

NO.	NAMA	KELAS	$\Sigma$ SKOR	KATEGORI
1	OFBR	VIII B	70	SEDANG
2	RBP	VIII F	64	SEDANG
3	MM	VIII A	59	SEDANG
4	BCA	VIII E	62	SEDANG
5	AAC	VIII E	59	SEDANG
6	VGA	VIII F	53	RENDAH

Setelah diketahui hasil dari *pre-test* dan *post-test* maka selanjutnya yaitu membandingkan data hasil *pre-test* dan *post-test* tersebut, kemudian mengadakan analisis terhadap data tersebut untuk mengetahui hasil penelitian dengan cermat dan teliti serta untuk mengetahui adanya

perbedaan perilaku konformitas negatif siswa antara sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Penelitian ini menggunakan statistik non parametrik dengan uji tanda untuk menjawab rumusan masalah yang diajukan serta untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Berikut ini merupakan data hasil *pre-test* dan dibandingkan dengan data hasil *post-test* subjek yang diberikan perlakuan konseling kelompok rasional emotif perilaku:

**Tabel 4.3**

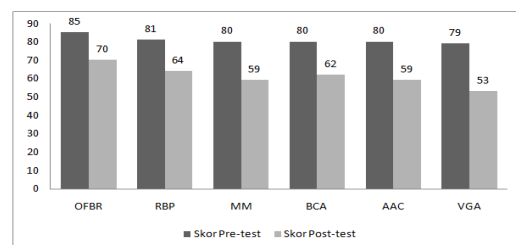
**Perbedaan Skor Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test***

No.	Subjek	Skor <i>Pre-Test</i> ( $X_B$ )	Skor <i>Post-Test</i> ( $X_A$ )	Arah Perbedaan	Tanda
1	OFBR	85	70	$X_A < X_B$	+
2	RBP	81	64	$X_A < X_B$	+
3	MM	80	59	$X_A < X_B$	+
4	BCA	80	62	$X_A < X_B$	+
5	AAC	80	59	$X_A < X_B$	+
6	VGA	79	53	$X_A < X_B$	+
	Mean	80,83	61,16	$X_A < X_B$	+

Untuk lebih memudahkan dalam melihat perbedaan skor antara sebelum dan sesudah perlakuan, peneliti juga menyajikan data tersebut dalam diagram di bawah ini:

**Diagram 4.3**

**Perbandingan Skor Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test***



Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa keenam subjek memperoleh tanda positif (+), maka N (jumlah pengamatan yang relevan) = 6, sedangkan r (banyaknya tanda paling sedikit) = 0. Untuk menentukan signifikansi dilakukan berdasarkan tabel *probabilita binomial*, dengan ketentuan  $N=6$  dan  $r=0$  maka diperoleh  $t_{tabel} = 0,016$  yang memiliki harga lebih kecil dari  $\alpha=0,05$ . Bila dalam ketentuan  $\alpha = 0,05$  (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa harga  $0,016 < 0,05$ . Untuk menolak  $H_0$  peluang harus lebih kecil dari 0,05.

Berdasarkan analisis di atas, maka dapat dikatakan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yang berbunyi “terdapat perubahan skor perilaku konformitas negatif siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Kota Mojokerto antara sebelum dengan sesudah penerapan konseling kelompok rasional emotif perilaku” dapat diterima. Sehingga dapat dikatakan bahwa konseling kelompok rasional emotif perilaku dapat mereduksi perilaku

konformitas negatif tinggi siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Kota Mojokerto.

### **Pembahasan**

Berdasarkan hasil analisis angket perilaku konformitas negatif yang telah disebarkan kepada seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Kota Mojokerto, peneliti mengambil 6 siswa yang mempunyai skor angket tertinggi yaitu sekitar 79-85 untuk dijadikan subjek penelitian. Keenam subjek tersebut kemudian diberikan perlakuan berupa konseling kelompok rasional emotif perilaku. Dari keenam subjek tersebut dapat dilihat adanya penurunan perilaku konformitas negatif siswa sesuai dengan indikator permasalahan perilaku konformitas negatif yang dihadapi oleh masing-masing subjek. Setelah diberikan perlakuan, untuk mengukur perubahan perilaku konformitas negatif maka subjek diberikan *post-test* dengan mengisi angket perilaku konformitas negatif yang sama dengan yang digunakan ketika *pre-test*.

Pada dasarnya subjek memiliki perilaku konformitas negatif yang tinggi dikarenakan adanya keyakinan yang irrasional dalam dirinya. Keyakinan irrasional atau tidak logis tersebut yang membuat subjek selalu merasa ingin disukai dan diakui keberadaannya dalam kelompok serta tidak nyaman apabila harus berbeda, sehingga siswa mengikuti dan meniru apapun yang dilakukan kelompoknya. Keyakinan-keyakinan irrasional atau tidak logis tersebut juga menyebabkan terbentuknya perasaan-perasaan yang negatif pada subjek seperti adanya rasa takut, cemas, tertekan dan tidak nyaman karena tidak ingin terlihat berbeda dari yang lain. Dan tentu saja hal itu juga berdampak negatif terhadap perilaku yang ditunjukkannya.

Setelah diberikan konseling kelompok rasional emotif perilaku, terjadi perubahan perilaku yang cukup signifikan terhadap semua anggota kelompok. Perubahan perilaku menuju ke arah yang lebih positif ini disebabkan adanya pemberian pergantian keyakinan yang diperdebatkan terlebih dahulu dalam proses konseling kelompok rasional emotif perilaku oleh subjek dan konselor sesuai dengan indikator permasalahan perilaku konformitas negatif yang dialami oleh subjek. Konselor menggiring subjek untuk menyadari kesalahan pola pikirnya yang irrasional dan membentuk pola pikir atau keyakinan baru yang lebih rasional. Perubahan keyakinan menjadi lebih rasional dan perilaku tersebut juga menyebabkan adanya perubahan emosi yang dialami oleh subjek. Ketika ia mampu berpikir menjadi lebih rasional, subjek merasa lebih puas, lega, menyenangkan diri sendiri, tenang, dan bersemangat untuk mencoba hal-hal baru yang positif.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa perubahan keyakinan pada subjek dapat memberikan perubahan pada emosi serta perilakunya sehingga perilaku konformitas yang bersifat negatif dapat direduksi. Hal itu sesuai dengan salah satu asumsi KREP dalam Corey (2005) yang menyebutkan bahwa keyakinan-keyakinan dan nilai-nilai irasional orang-orang yang berhubungan secara kausal dengan gangguan-gangguan emosional dan behavioralnya.

Dari proses pemberian perlakuan di lapangan, dapat dikatakan bahwa subjek menyadari permasalahan yang ada dalam dirinya. Mereka juga memiliki kemauan untuk mengubah pikiran-pikiran tersebut sehingga dapat memberikan dampak yang baik bagi emosi dan perilakunya. Sehingga ketika subjek memutuskan untuk mengubah pikiran irrasional dan menggantinya dengan yang lebih rasional mereka melakukannya dan mengendalikannya sendiri. Hal itu sejalan dengan pendapat Darminto (2007) yang menyatakan bahwa manusia mengontrol pikiran, perasaan, sikap, dan tindakannya, serta merancang hidupnya sesuai dengan arahan atau keinginan manusia itu sendiri. Sehingga apapun yang terjadi dalam kehidupan, baik positif maupun negatif sebenarnya setiap individu mampu mengendalikannya sendiri yaitu dengan memahaminya secara rasional.

Perubahan perilaku konformitas negatif siswa antara sebelum dengan sesudah diberikannya konseling kelompok rasional emotif perilaku ini selain dilihat dari perubahan perilaku dan emosi yang ditunjukkan juga dapat dilihat dari adanya penurunan skor perilaku konformitas negatif siswa. Pada hasil *pre-test* dan *post-test* dapat diketahui bahwa skor perilaku konformitas negatif subjek mengalami penurunan yang cukup signifikan.

Berdasarkan hasil tersebut berarti bahwa konseling kelompok rasional emotif perilaku dapat dijadikan alternatif bantuan bagi siswa yang memiliki perilaku konformitas negatif tinggi. Hal itu terlihat dari adanya perubahan emosi dan perilaku subjek setelah pemberian perlakuan berupa konseling kelompok rasional emotif perilaku oleh peneliti. Subjek yang awalnya berpikir irrasional dan memiliki emosi serta perilaku yang negatif akhirnya menjadi berpikir lebih rasional sehingga emosi serta perilakunya berubah menjadi lebih positif. Hal ini sesuai dengan pendapat Willis (2010) bahwa konseling kelompok rasional emotif perilaku dalam teori ini bertujuan untuk memperbaiki dan mengubah sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan serta pandangan konseli yang irrasional menjadi rasional, sehingga ia dapat mengembangkan diri dan mencapai realisasi yang optimal. Jadi, konseling kelompok rasional emotif perilaku merupakan pendekatan konseling yang tepat

digunakan untuk membantu mengubah perilaku negatif yang dilakukan sunjek dikarenakan pikiran subjek yang kurang rasional.

Penyebab munculnya perilaku konformitas negatif siswa berbeda-beda, namun setelah diberikan perlakuan konseling kelompok rasional emotif perilaku semua anggota menunjukkan hasil yang positif, yaitu keyakinan rasional siswa dalam mereduksi perilaku konformitas negatif mereka.

Keseluruhan dari pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa adanya keyakinan-keyakinan irrasional yang ditumbuhkan siswa berpengaruh pada skor perilaku konformitas negatif yang tinggi sehingga pada akhirnya merugikan diri siswa dalam mengembangkan dirinya. Setelah diterapkan konseling kelompok rasional emotif perilaku, konseli mengalami perubahan dalam membentuk keyakinannya menjadi lebih rasional. Hal ini berdampak baik bagi perilakunya, skor perilaku konformitas negatif siswa yang diperoleh setelah mengikuti konseling ini menurun secara signifikan. Penurunan skor tersebut rata-rata sebanyak 19,67 angka. Jadi, konseling kelompok rasional emotif perilaku dapat digunakan untuk mereduksi perilaku konformitas negatif siswa.

## PENUTUP

### Simpulan

Berdasarkan analisis data dari penelitian ini menunjukkan adanya perubahan skor perilaku konformitas negatif pada semua anggota kelompok sesudah diberikan perlakuan konseling kelompok rasional emotif perilaku. Dengan melihat tabel tes binomial dengan  $N=6$  dan  $x=0$  ( $z$ ), maka diperoleh  $p$  (kemungkinan harga di bawah  $H_0$ ) = 0,016. Bila dalam ketetapan  $\alpha$  (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05

Dengan demikian, ada perbedaan skor perilaku konformitas negatif sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) penerapan konseling kelompok rasional emotif perilaku. Berdasarkan penghitungan di atas *mean pre-test* sebesar 80,83, *mean post-test* sebesar 61,16 dan selisih antara *mean pre-test* dan *mean post-test* sebesar 19,67. Dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok rasional emotif perilaku dapat mereduksi perilaku konformitas negatif siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Kota Mojokerto.

### Saran

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

#### 1. Bagi Konselor

Layanan konseling kelompok rasional emotif perilaku merupakan suatu layanan BK yang sangat efektif untuk menangani masalah yang dihadapi

siswa dan sangat menarik bagi siswa. Maka dari itu, konselor harus mempertimbangkan layanan konseling kelompok rasional emotif perilaku sebagai salah satu alternatif yang dapat digunakan untuk membantu mengentaskan permasalahan siswa. Selain itu, konseling tersebut perlu dilaksanakan secara berkelanjutan dan kontinyu dengan tujuan untuk mengetahui perkembangan siswa baik yang bermasalah maupun yang tidak bermasalah.

#### 2. Bagi Peneliti Lain

a. Konseling kelompok rasional emotif perilaku ini bukan satu-satunya pendekatan yang bisa digunakan untuk mereduksi perilaku konformitas negatif siswa sehingga masih memungkinkan untuk menggunakan alternatif lain untuk membantu permasalahan ini dengan memperhatikan faktor-faktor yang lain.

b. Penelitian ini hanya menggunakan angket dan kurang mampu menjelaskan secara terperinci pokok permasalahan siswa, maka untuk selanjutnya sebaiknya menggunakan pedoman atau instrument lainnya seperti observasi dan wawancara.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi revisi VI*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Azwar, Saifudin. 2010. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Baron, Robert A, dan Byrne, Donn. 2005. *Psikologi Sosial Jilid 2*. Jakarta: Erlangga
- Chaplin, J.P., Kartini Kartono (Penerjemah). 2002. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Corey, Gerald. 2010. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama
- Darminto, Eko. 2007. *Teori-Teori Konseling*. Surabaya: Unesa University Press
- Donald, Oktaviano. 2010. *Konformitas dalam Pergaulan Sekolah* (Online), (<http://www.kampusbebeck.blogspot.com/konformitas-dalam-pergaulan-sekolah.html> diakses pada 4 April 2015)



- Fadillah, Ramadhian. 2015. *Para ABG yang Tergiur HP Canggih Lalu Jual Diri Jadi PSK* (Online), (<http://www.merdeka.com/peristiwa/para-abg-yang-tergiur-hp-canggih-lalu-jual-diri-jadi-psk.html> diakses pada 21 Februari 2015)
- Hurlock, E.B. (1996). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Handayani, Wuriyanti. 2009. *Hubungan antara Faktor-Faktor Munculnya Konformitas Kelompok Sebaya dengan Perilaku Bullying pada Remaja di SMP PGRI 35 Serpong* (Online), (<http://respository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/24440/1/WURIYANTI%20HANDAYANI-PSI.pdf> diakses 2 Agustus 2015)
- Hardika, I Wayan dkk. 2014. "Penerapan Konseling Rasional Emotif dengan Formula ABC untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas VIII 2 SMP Laboratorium Undiksha 2013/2014". *e-journal Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling*. Vol. 2 No. 1
- Kurniawan, Singgih & Rois, A. Mutho M. 2008. "Tawuran, Prasangka Terhadap Kelompok Siswa Sekolah Lain, serta Konformitas pada Kelompok Teman Sebaya". *Jurnal Proyeksi*. Vol. 4 No. 2.
- Kusmiyati. 2013. *Berbagai Perilaku Kenakalan Remaja yang Mengkhawatirkan*, (Online), (<http://health.liputan6.com/read/688614/berbagai-perilaku-kenakalan-remaja-yang-mengkhawatirkan?p=0> diakses 20 Februari 2015).
- Latipun. 2010. *Psikologi Konseling. Edisi Ketiga*. Malang: UMM Press.
- Levianti. 2008. "Konformitas dan Bullying pada Siswa". *Jurnal Psikologi* Vol. 6 No. 1
- Mashudi, Farid. 2012. *Psikologi Konseling*. Yogyakarta: IRCiSoD
- Myers, David G. 2012. *Psikologi Sosial Edisi 10 Buku 1*. Jakarta: Salemba Humanika
- Prastiwi, Any. 2014. *Penerapan Strategi Assertive Training untuk Mereduksi Perilaku Konformitas pada Teman Sebaya Kelas XI IPS 4 SMAN 3 Lamongan*. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya: Unesa.
- Reksoatmojo, Tedjo N. 2007. *Statistika untuk Psikologi dan Pendidikan*. Bandung: Refika Aditama
- Sarwono. W. S. 2005. *Psikologi Sosial: Psikologi Kelompok dan Psikologi Terapan*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Sears, Jonathan, & Anne. (1994). *Psikologi Sosial Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Suciptawati, Ni LuhPutu. 2009. *Metode Statistika Nonparametrik*. Bali: Udayana University Press.
- Sugiyono. 2010. *Statistik Non Parametrik*. Bandung: Alfabeta.
- Suyatno. 2007. *Memahami Remaja dari Berbagai Perspektif Kajian Sosiologis*, (Online), (<http://hqweb01.bkkbn.go.id/hqweb/ceria/ma45memahami.html>, diakses 5 Desember 2014)
- Willis, Sofyan S. 2011. *Konseling Individual: Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta
- a) \_\_\_\_\_. 2013. *Melindungi Generasi Bangsa Dari Iklan, Promosi Dan Sponsor Rokok, Menkes Luncurkan Peraturan Pencant*, (Online), (<http://www.dikes.badungkab.go.id/index.php/baca-berita/1/Melindungi-Generasi-Bangsa-Dari-Iklankoma-Promosi-Dan-Sponsor-Rokokkoma-Menkes-Luncurkan-Peraturan-Pencant->, diakses 20 Februari 2015).