

**PENERAPAN KONSELING KELOMPOK REALITA UNTUK
MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR PESERTA DIDIK SMA****NURHAYATI, M.Pd**

Abstrak: Tujuan penelitian ini untuk mengetahui peningkatan disiplin belajar setelah subjek di treatment menggunakan konseling kelompok realita. Penerapan konseling kelompok realita ini menggunakan alur/sistem WDEP yang terdiri dari 4 tahap yaitu: yaitu tahap eksplorasi kebutuhan/tujuan (wants), tahap tindakan (doing), tahap penilaian (evaluation), tahap perencanaan (planning). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif model *singlesubject design*. Alat pengumpul data yang digunakan adalah daftar cek monitoring untuk mendapatkan data perubahan perilaku disiplin belajar peserta didik, catatan dokumentasi dan pedoman observasi sebagai data pelengkap yang digunakan untuk mengetahui perubahan perilaku disiplin belajar peserta didik setelah diberikan perlakuan. Subjek penelitian ini empat orang peserta didik kelas XI SMA Negeri 2 Kota Bima yang memiliki disiplin belajar kategori rendah. Teknik analisis data yang digunakan yaitu statistik non parametrik uji tanda (*sign test*) dan persentase (%). Hasil analisis data persentase (%) menunjukkan bahwa penurunan skor tidak disiplin belajar peserta didik setelah diberikan perlakuan menggunakan konseling kelompok realita dengan menggunakan alur/sistem WDEP sebagai berikut: SH menurun frekuensi 68,75 % dan durasi 72,41 %, KA menurun frekuensi 62,5 % dan durasi 72 %, AD menurun frekuensi 83,33 % dan durasi 88,88 %, SR menurun frekuensi 70,58 % dan durasi 78,57 %. Hasil analisis uji tanda (*sign test*) menunjukkan bahwa peningkatan skor disiplin belajar peserta didik setelah diberikan perlakuan menggunakan konseling kelompok realita dengan menggunakan alur/sistem WDEP signifikan, karena $p = 0,031$ memiliki harga yang lebih kecil dari $\alpha = 0,05$, dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling kelompok realita dapat meningkatkan disiplin belajar peserta didik

Kata kunci: Konseling Kelompok Realita, Disiplin Belajar, Peserta didik

PENDAHULUAN

Sekolah sebagai salah satu lembaga pendidikan formal memiliki tujuan yang jelas dan terarah yaitu tujuan pendidikan nasional. Fungsi dan tujuan pendidikan nasional tertuang dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Bab II Pasal 3 yaitu: "Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab".

Banyak faktor yang mempengaruhi tidak tercapainya tujuan pendidikan, baik faktor dari peserta didik maupun dari pihak sekolah. Salah satu faktor yang berasal dari peserta didik yakni disiplin belajar yang rendah, dimana perilaku peserta didik yang tidak mematuhi peraturan dan kurang tanggung jawab dalam kegiatan belajar mengajar. Jadi, disiplin belajar peserta didik perlu ditingkatkan

agar tujuan pendidikan dapat tercapai. Terdapat beragam gejala perilaku tidak disiplin belajar yang tampak dari peserta didik. Menurut Widodo (2009) bentuk indisipliner peserta didik seperti; perilaku membolos, terlambat masuk sekolah, ribut di kelas, ngobrol di kelas saat guru sedang menjelaskan mata pelajaran, tidak mengenakan atribut sekolah secara lengkap, dan menyontek. Brown dan Brown dalam (Sudrajat, 2008) mengelompokkan beberapa penyebab perilaku peserta didik yang indisiplin, antara lain: perilaku tidak disiplin disebabkan oleh guru, kondisi sekolah yang kurang menyenangkan, kurang teratur, peserta didik yang berasal dari keluarga yang *broken home*, kurikulum yang terlalu kaku, terlalu dipaksakan dan lain-lain bisa menimbulkan perilaku yang tidak disiplin, dalam proses belajar mengajar dan dalam proses pendidikan secara umum. Tentu saja, semua itu membutuhkan upaya pencegahan dan penanggulangannya.

Perilaku indisiplin peserta didik tersebut jika dibiarkan kemungkinan berdampak buruk terhadap prestasi belajar maupun sikap mental peserta didik. Ketidaksiplinan akan mengganggu pembelajaran sehingga berpengaruh terhadap kurang berkembangnya prestasi belajar peserta didik, oleh sebab itu, agar proses belajar mengajar berjalan lancar salah satu upaya yang bisa dilakukan yaitu

dengan meningkatkan disiplin belajar pada peserta didik.

Berdasarkan hasil catatan dokumentasi (raport dan catatan kasus) yang diperoleh dari guru BK dan hasil observasi awal di SMA Negeri 2 Kota Bima, bahwa lebih dari 40% dari jumlah seluruh peserta didik ±920 orang mengalami disiplin belajar rendah. Berdasarkan keterangan guru BK, masih banyak peserta didik kurang serius bahkan kadang terkesan belajar semauanya sendiri dalam mengikuti proses pembelajaran. Hal ini tampak pada saat proses kegiatan belajar mengajar berlangsung banyak peserta didik yang datang terlambat dan suka ijin keluar-masuk kelas, tidak mencatat, suka ngobrol dengan teman. Pegang *Hand phone*, tidak mendengarkan dan memperhatikan penjelasan guru karena sibuk mengerjakan PR bidang studi yang lain, lambat dalam mengumpulkan tugas maupun PR.

Perilaku tersebut timbul karena banyaknya penyebab, misalnya aktivitas peserta didik yang menyebabkan rasa letih dan jenuh sehingga peserta didik malas dan kurang serius dalam menerima pelajaran, peserta didik tidak suka dengan guru bidang studi tertentu, dan adanya tidak suka dan menganggap pelajaran tertentu sulit dan lain sebagainya. Hal ini dikarenakan kurangnya rasa tanggung jawab dan kesadaran peserta didik akan pentingnya belajar, peserta didik kurang mengarahkan dan mengendalikan perilaku yang menyimpang dari kegiatan belajar, merasa diri tidak punya kemampuan pada bidang studi tertentu sehingga menimbulkan kesulitan dan sikap antipati. Kondisi ini berdampak pada prestasi belajar peserta didik menurun dan proses belajar peserta didik terganggu. Peserta didik yang disiplin belajarnya rendah ini membutuhkan pemahaman diri agar sadar dan bisa mengerjakan tanggung jawabnya dalam belajar.

Melihat permasalahan yang ada, dimana setiap hari masih masih terdapat peserta didik yang tidak disiplin belajar, sehingga perilaku tidak disiplin belajar peserta didik di SMA Negeri 2 Kota Bima merupakan permasalahan yang membutuhkan perlakuan. Guru BK perlu membantunya dengan merancang perlakuan yang tepat sesuai kebutuhan dan dapat menolong peserta didik agar memiliki keterampilan serta disiplin dalam belajar. Rancangan perlakuan yang akan diterapkan dalam membantu peserta didik yang memiliki disiplin belajar rendah di SMA Negeri 2 Kota Bima ini adalah menggunakan pendekatan konseling kelompok realita

dengan sistem/alur WDEP. Konseling kelompok adalah salah satu upaya bantuan kepada peserta didik dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya. Intervensi melalui konseling kelompok, dapat dilaksanakan dengan berbagai pendekatan, salah satunya melalui pendekatan realita.

Pendekatan realita adalah salah satu pendekatan konseling yang memfokuskan pada tingkah laku sekarang, (Corey, 2009). Konseling realita menyiratkan bahwa masing-masing orang memikul tanggung jawab untuk menerima konsekuensi dari tingkah lakunya sendiri. Menurut Mappiare (2006), konseling realita memusatkan pada pentingnya 3-R, yakni tanggung jawab konseli (*Responsibility=R*), norma-norma dan nilai sosial yang dapat jadi milik individu melalui internalisasi (*Rights=R*) dan kenyataan dunia dimana individu bertingkah laku (*Reality=R*). Diharapkan konseling kelompok realita dapat digunakan untuk menolong individu dalam mengontrol hidupnya agar menjadi lebih baik, dapat belajar bertingkah laku secara realistis dan bertanggung jawab.

Berdasarkan paparan tersebut dapat ditarik kesimpulan apakah penerapan konseling kelompok realita dapat meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas XI 1 SMA Negeri 2 Kota Bima? Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji penerapan konseling kelompok realita dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik.

KAJIAN PUSTAKA

Disiplin Belajar

Perilaku disiplin belajar akan menuntun peserta didik memiliki keteraturan dan terarah dalam belajar. Menurut Gie disiplin belajar adalah melaksanakan pedoman-pedoman yang baik dalam usaha belajar dengan menerapkan cara belajar yang baik. Kartin dan Kartono (1985), menyatakan bahwa disiplin adalah sifat bertanggung jawab seseorang terhadap suatu peraturan-peraturan. Hurlock menyebutkan bahwa tujuan pemberian disiplin untuk memberitahu atau mengajarkan kepada individu perilaku mana yang baik dan mana yang buruk sehingga individu terdorong untuk berperilaku sesuai dengan peraturan yang ada. Gunarsa (1995) menyatakan fungsi utama disiplin adalah untuk mengajarkan individu mengendalikan diri dengan mudah, menghormati, dan mematuhi otoritas.

Keberhasilan peserta didik dalam belajar dipengaruhi oleh pola atau cara keluarga dalam mendidik anak. Setiap keluarga berbeda-beda dalam mengasuh dan mendidik anak termasuk mendidik anak untuk disiplin belajar, dan hal itu akan tampak pada perilaku peserta didik setiap hari. Menurut Hurlock bahwa ada tiga macam disiplin: 1) disiplin belajar otoriter, 2) disiplin belajar permisif, 3) disiplin belajar demokratis. Ketiga bentuk disiplin belajar menurut Hurlock tersebut terjadi oleh bentukan dan pola asuh keluarga di rumah.

Disiplin belajar itu bagian dari keterampilan dan bisa dipelajari dan dilatihkan sepanjang daur hidup individu. Selama proses pembentukan perilaku disiplin dalam belajar perlu disertakan beberapa unsur pendukung agar perilaku yang sudah menjadi bagian dari keterampilan dalam diri individu tersebut berkembang dan menetap. Disiplin itu mengandung empat unsur yaitu: (a) peraturan; pola yang ditetapkan untuk tingkah laku, (b) hukuman diberikan kepada seseorang karena suatu kesalahan, perlawanan atau pelanggaran sebagai ganjaran atau pembalasan, (c) penghargaan merupakan setiap bentuk penghargaan untuk suatu hasil yang baik, (d) konsistensi; tingkat keseragaman atau stabilitas.

Perilaku disiplin dalam belajar akan eksis sepanjang proses kegiatan belajar individu berlangsung. Peserta didik yang disiplin dalam belajar tentu menunjukkan hasil belajar yang memuaskan. Beberapa ciri-ciri peserta didik yang memiliki disiplin belajar yang baik menurut Gie yaitu: (1) Mencurahkan perhatian penuh, (2) Membaca buku secara tekun, (3) Mengikuti kegiatan pembelajaran dengan tertib, (4) Mencatatat bahan bacaan secara rapi, (5) Mengelola waktu belajar secara teratur, dan (6) Mengendalikan diri agar dapat melaksanakan semua tugas belajar di sekolah dengan baik.

Berdasarkan definisi dari disiplin dan belajar di atas dapat disimpulkan bahwa disiplin belajar adalah sikap peserta didik yang secara suka rela dan tanggung jawab untuk mematuhi semua peraturan dan tata tertib yang berlaku, dan dapat mengontrol tingkah lakunya dalam belajar sehingga peserta didik tahu mana yang harus di kerjakan dan yang tidak, mana yang prioritas dan tidak sehingga mencapai tujuan yang ditetapkan.

Konseling Kelompok Realita

Konseling kelompok adalah pendekatan konseling yang di ikuti oleh sejumlah peserta dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk

membantu, memberikan umpan balik (*feedback*) dan pengalaman belajar dimana dalam prosesnya menggunakan prinsip-prinsip dinamika kelompok (*group dynamic*)". Gazda (1984) merumuskan konseling kelompok sebagai proses antar pribadi yang dinamis yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang sadar dan melibatkan fungsi-fungsi seperti terapi permisif, orientasi terhadap realitas, katarsis, serta saling mempercayai, menyayangi, memahami, menerima dan mendukung. Fungsi-fungsi terapi diciptakan dan dikembangkan dalam kelompok kecil dengan jalan berbagai pemikiran antar personal (konseli) maupun konseli dengan konselor.

Konseling realita mempercayai bahwa setiap individu memiliki potensi, kompeten dan bisa bertanggung jawab. Menurut Mappiare (2006) konseling realita memusatkan pada pentingnya 3-R, yakni tanggung jawab konseli (*responsibility=R*), norma dan nilai sosial yang dapat jadi milik individu melalui internalisasi (*rights=R*) dan kenyataan dunia dimana individu bertingkah laku (*reality=R*). Konseling realita menurut pandangan Glesser (Fauzan & Sudjiono, 1991) secara ringkas dikemukakan sebagai berikut: (a) manusia adalah makhluk rasional (*rational being*), (b) manusia memiliki potensi dan dorongan untuk belajar dan tumbuh (*grow force*), (c) manusia memiliki kebutuhan dasar (*basic needs*) (c) manusia memerlukan hubungan dengan orang lain, (d) manusia mempunyai motivasi dasar untuk mendapat idenstitas diri yang sukses (*success identity*), (e) manusia selalu menilai tingkah lakunya. (f) dalam memenuhi kebutuhannya, manusia terikat pada 3-R (*responsibility, reality, dan right*).

Ciri-ciri terapi realita sebagai berikut: (a) menolak adanya konsep sakit mental pada setiap individu, tetapi yang ada adalah perilaku tidak bertanggungjawab tetapi masih dalam taraf mental yang sehat, (b) berfokus pada tingkah laku sekarang dan menekankan bahwa perubahan sikap mengikuti perubahan tingkah laku, (c) berfokus pada saat sekarang, bukan kepada masa lampau, (d) menekankan pertimbangan-pertimbangan nilai, (e) tidak menegaskan transfer dalam rangka usaha mencari kesuksesan, (f) menekankan aspek kesadaran dari konseli yang harus dinyatakan dalam perilaku tentang apa yang harus dikerjakan dan diinginkan oleh konseli, (g) menekankan konsep tanggung jawab agar konseli dapat berguna bagi dirinya dan bagi orang lain melalui perwujudan perilaku nyata (Corey, 2012).

Tujuan konseling kelompok menurut Eford (2010) ialah pencapaian suatu tujuan pemenuhan kebutuhan, dan pemberian suatu nilai pengalaman bagi setiap anggota kelompok. Sedangkan tujuan konseling kelompok realita menurut Corey (2009) adalah membuat anggota kelompok untuk dapat membuat keputusan nilai tentang perilaku mereka dan dalam memutuskan rencana tindakan untuk berubah.

Berdasarkan definisi ahli tersebut disimpulkan bahwa konseling kelompok realita adalah salah satu pendekatan konseling yang dilaksanakan dalam suasana kelompok dan menggunakan dinamika dan kekuatan kelompok untuk membantu penyelesaian masalah anggota kelompok. Kekhasannya adalah bantuan di fokuskan pada tingkahlaku sekarang dengan menekankan pada proses pemenuhan kebutuhan individu saat ini, sehingga individu dapat mengontrol hidupnya agar menjadi lebih realistis dan bertanggungjawab karena konselor realita percaya bahwa setiap individu itu kompeten dan bisa menyelesaikan masalah hidupnya

Prosdur Pelaksanaan Konseling Kelompok

Tahap-Tahap Konseling Kelompok

- 1) Tahap pembentukan kelompok
 - a) Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya
 - b) Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya
 - c) Membahas suasana yang terjadi
 - d) Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota
 - e) Kalau perlu, kembali ke beberapa aspek tahap pertama (tahap pembentukan)
- 2) Tahap peralihan
 - a) Membahas tujuan umum dan tujuan khusus kegiatan konsling kelompok
 - b) Menjelaskan tata tertib dan asas-asas selama kegiatan berlangsung
 - c) Pemimpin dan anggota kelompok memperkenalkan diri
 - d) Penjelasan tentang teknik konseling yang akan digunakan
 - e) Ice breaking
- 3) Tahap kegiatan
 - a) Masing-masing anggota menyampaikan masalah yang akan dibahas selama inteaksi dalam kelompok

- b) Pemimpin kelompok meminta kesepakatan anggota untuk menentukan masalah yang akan dibahas pertama kali
 - c) Masing-masing anggota membahas masalah secara mendalam
 - d) Kegiatan selingan agar kelompok tetap dinamis
- 4) Tahap pengakhiran
- a) Pemimpin kelompok menyampaikan bahwa kegiatan konseling akan segera berakhir
 - b) Pemimpin kelompok dan anggota kelompok menyampaikan pesan dan kesan
 - c) Menyimpulkan
 - d) Membahas kegiatan lanjutan

Sistem konseling realitas yang dikembangkan oleh Wubbolding (1991) disebut dengan akronim WDEP dalam konseling realitas, yang meliputi:

- 1) W = *Want*, adalah kegiatan untuk menjelajahi keinginan dan persepsi konseli. Menolong konseli untuk merumuskan apa yang diinginkan dan bagian ini adalah bagian yang penting dalam konseling realitas.
- 2) D = *Doing*, adalah kegiatan menjelajahi tindakan, perbuatan, pikiran dan perasaan konseli.
- 3) E = *Evaluation*, adalah kegiatan membantu konseli untuk mengevaluasi diri.
- 4) P = *Plans*, adalah kegiatan menolong konseli untuk membuat rencana tindakan.

Alur Pelaksanaan Konseling Realita

a. Tahap Pembentukan

Pada tahap pembentukan ada beberapa hal yang konselor perlu jelaskan mencakup:

- 1) Menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih
- 2) Berdoa
- 3) Menjelaskan pengertian konseling kelompok
- 4) Menjelaskan tujuan konseling kelompok
- 5) Menjelaskan pendekatan konseling realita sistem WDEP
- 6) Menjelaskan cara-cara dan asas-asas dalam konseling kelompok yakni asas kerahasiaan, kesukarelaan, kegiatan, keterbukaan dan kenormatifan. Seperti perlunya menjaga kedisiplinan, hadir dalam

setiap pertemuan, menjaga rahasia teman, saling menghargai, dan menjaga komitmen dan kekompakan anggota dan sebagainya.

7) Menjelaskan hak dan kewajiban tiap anggota kelompok

8) Perkenalan dan permainan penghangat.

b. Tahap Peralihan

1) Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya.

2) Menawarkan atau mengamati apakah anggota kelompok sudah siap menjalani kegiatan tahap selanjutnya.

c. Tahap Kegiatan

Pada tahap ini kelompok membahas hal-hal yang bersifat nyata dan benar-benar sedang mereka alami dan mengarah kepada pencapaian tujuan.

1) Pengemukaan Permasalahan. Konselor meminta setiap anggota untuk mengemukakan persoalan.

2) Pemilihan masalah. Kelompok menyepakati masalah mana yang akan dibahas terlebih dahulu.

3) Pembahasan Masalah. Konselor memimpin pembahasan masalah tiap anggota dengan teknik realita menggunakan sistem WDEP yang meliputi:

W (*Want*), konselor menjelajahi keinginan dan persepsi konseli. Konselor membantu anggota kelompok mengetahui dan mengeksplorasi harapan dan keinginannya saat ini (selama proses konseling).

D (*Doing*), konselor menjelajahi tindakan, perbuatan, pikiran dan perasaan anggota. Konselor akan lebih memusatkan perhatian pada perilaku, pikiran dan perasaan konseli saat ini yang indisiplin dalam belajar. Pada kasus semacam ini, konselor berusaha menghubungkan dengan fungsi saat ini dengan menanyakan kepada konseli apa yang telah konseli perbuat untuk mengurangnya atau alternatif apa yang dapat atau mungkin dipilih dalam situasi ini.

E (*Evaluation*), konselor membantu konseli untuk mengevaluasi diri. Setelah membahas perilaku konseli yang sekarang (tidak disiplin belajar), konselor mengajak konseli untuk mengevaluasi perilaku mereka yang tidak disiplin belajar, bertanggung jawab atau tidak, perilakunya merugikan diri sendiri atau tidak.

P (*Plans*), konselor menolong konseli untuk membuat rencana tindakan. Setelah konseli memberikan penilaian dan membuat

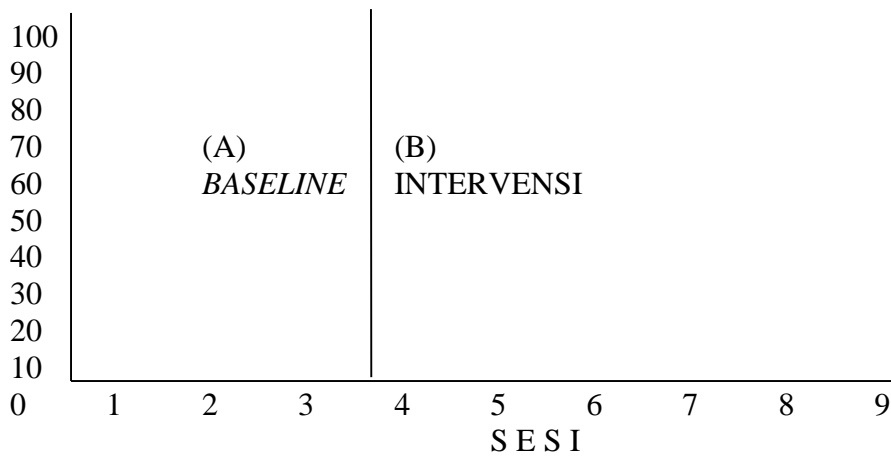
keputusan atas perilakunya yang tidak disiplin belajar, konselor membantu mereka membuat perencanaan untuk mengubah perilaku mereka lebih disiplin belajar dan bertanggung jawab.

d. Tahap Pengakhiran

- 1) Menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok sudah dapat diakhiri.
- 2) Anggota kelompok mengutarakan kesan dan hasil setelah kegiatan konseling kelompok.
- 3) Membahas rencana kegiatan lanjutan. Konselor dan anggota kelompok membuat kesepakatan waktu untuk melanjutkan konseling kelompok dilain waktu.
- 4) Ucapan terimakasih dan berdoa.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif jenis eksperimen. Agar lebih jelas, desain penelitian *Single Subject Research* dengan desain A – B digambarkan pada gambar 1.0



Gambar 1.0 Grafik A– B *Design* (Sunanto, J., Takeuchi, Z.K., & Nakata, H., 2006).

Keterangan:

1. A (*baseline*), kondisi awal perilaku responden sebelum diberi perlakuan.
2. B (*treatment*), kondisi selama diberi perlakuan sesuai jadwal treatment yang direncanakan untuk melatih disiplin belajar

Intervensi yang dilakukan konselor pada tahap treatment adalah intervensi melalui teknik konseling kelompok realita sistem WDEP untuk mengubah perilaku tidak disiplin belajar peserta didik dilakukan. Keefektifan konseling kelompok realita sistem WDEP didasarkan pada perbandingan perilaku konseli sebelum, selama, dan sesudah dilakukan intervensi perilaku tidak disiplin belajar. Oleh karena itu dalam rancangan ini dipisahkan antara fase *baseline*, fase treatment.

Fase baseline adalah fase sebelum intervensi perilaku tidak disiplin belajar, pada fase *baseline* dilakukan sejumlah kegiatan yaitu: 1) melakukan/menentukan gambaran perilaku tidak disiplin belajar sebelum diintervensi, 2) mengevaluasi frekuensi dan durasi munculnya perilaku tidak disiplin belajar sebelum intervensi dilakukan dalam time sampling dan 3) menciptakan rapport. Fungsi utama dari asesmen yang dilakukan pada tahap *baseline* adalah untuk memberi informasi bagi guru mengenai target perubahan yang harus dicanangkan sebelum melakukan intervensi perilaku tidak disiplin belajar.

Perilaku konseli yang diukur pada fase *baseline* dipakai kriteria untuk mengukur perkembangan perilaku selanjutnya. Pengukuran pada fase *baseline* dilakukan sampai tampak pola perilaku stabil. Artinya frekuensi dan durasi perilaku tidak disiplin belajar peserta didik berkecenderungan (relatif) tinggi terus, dalam pengukuran *baseline* setidaknya dilakukan selama tiga kali dalam jarak waktu pengukuran satu minggu.

Prosedur Penelitian

Prosedur dan langkah-langkah penelitian sebagai berikut: (1) pemberian *pre-test* untuk mengukur tingkat skor disiplin belajar peserta didik, (2) pemberian treatment (konseling) kepada peserta didik yang menjadi subjek penelitian menggunakan rancangan konseling realita sistem/alur WDEP, (3) pemberian *post test* untuk mengukur adanya pengaruh intervensi yang tergambar dari peningkatan skor disiplin belajar subjek. Subjek penelitiannya terdiri dari empat orang peserta didik yang memiliki disiplin belajar rendah. Instrument penelitian ini menggunakan daftar cek monitoring, dokumentasi dan pedoman observasi sebagai data pelengkap yang digunakan untuk mengetahui perubahan perilaku disiplin belajar peserta didik setelah diberikan perlakuan. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik non parametrik dengan menggunakan uji tanda (*sign test*).

Table 2.0 Skor Disiplin Belajar

Interval	Frekuensi	Tingkat
36 < Skor 48	32	Tinggi
24 Skor 35	10	Rendah
Total	42	

Alur Pelaksanaan Konseling Realita

a. Tahap Pembentukan

Pada tahap pembentukan ada beberapa hal yang konselor perlu jelaskan mencakup:

- 1) Menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih
- 2) Berdoa
- 3) Menjelaskan pengertian konseling kelompok
- 4) Menjelaskan tujuan konseling kelompok
- 5) Menjelaskan pendekatan konseling realta sistem WDEP
- 6) Menjelaskan cara-cara dan asas-asas dalam konseling kelompok yakni asas kerahasiaan, kesukarelaan, kegiatan, keterbukaan dan kenormatifan. Seperti perlunya menjaga kedisiplinan, hadir dalam setiap pertemuan, menjaga rahasia teman, saling menghargai, dan menjaga komitmen dan kekompakan anggota dan sebagainya.
- 7) Menjelaskan hak dan kewajiban tiap anggota kelompok
- 8) Perkenalan dan permainan penghangat.

b. Tahap Peralihan

- 1) Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya.
- 2) Menawarkan atau mengamati apakah anggota kelompok sudah siap menjalani kegiatan tahap selanjutnya.

c. Tahap Kegiatan

Pada tahap ini kelompok membahas hal-hal yang bersifat nyata dan benar-benar sedang mereka alami dan mengarah kepada pencapaian tujuan.

- 1) Pengemukakan Permasalahan. Konselor meminta setiap anggota untuk mengemukakan persoalan.
- 2) Pemilihan masalah. Kelompok menyepakati masalah mana yang akan dibahas terlebih dahulu.
- 3) Pembahasan Masalah. Konselor memimpin pembahasan masalah tiap anggota dengan teknik realita menggunakan sistem WDEP yang meliputi:

- W (*Want*), konselor menjelajahi keinginan dan persepsi konseli. Konselor membantu anggota kelompok mengetahui dan mengeksplorasi harapan dan keinginannya saat ini (selama proses konseling).
- D (*Doing*), konselor menjelajahi tindakan, perbuatan, pikiran dan perasaan anggota. Konselor akan lebih memusatkan perhatian pada perilaku, pikiran dan perasaan konseli saat ini yang indisciplin dalam belajar. Pada kasus semacam ini, konselor berusaha menghubungkan dengan fungsi saat ini dengan menanyakan kepada konseli apa yang telah konseli perbuat untuk mengurangnya atau alternatif apa yang dapat atau mungkin dipilih dalam situasi ini.
- E = (*Evaluation*), konselor membantu konseli untuk mengevaluasi diri. Setelah membahas perilaku konseli yang sekarang (tidak disiplin belajar), konselor mengajak konseli untuk mengevaluasi perilaku mereka yang tidak disiplin belajar, bertanggung jawab atau tidak, perilakunya merugikan diri sendiri atau tidak.
- P = (*Plans*), konselor menolong konseli untuk membuat rencana tindakan. Setelah konseli memberikan penilaian dan membuat keputusan atas perilakunya yang tidak disiplin belajar, konselor membantu mereka membuat perencanaan untuk mengubah perilaku mereka lebih disiplin belajar dan bertanggung jawab.

b. Tahap Pengakhiran

- 1) Menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok sudah dapat diakhiri.
- 2) Anggota kelompok mengutarakan kesan dan hasil setelah kegiatan konseling kelompok.
- 3) Membahas rencana kegiatan lanjutan. Konselor dan anggota kelompok membuat kesepakatan waktu untuk melanjutkan konseling kelompok dilain waktu.
- 4) Ucapan terimakasih dan berdoa.

Analisa Data

Perubahan sikap yang dikehendaki dikenali dari perubahan skor antara *baseline* dengan *treatment*. Jika terjadi perubahan skor antara *baseline* dengan *treatment* maka disimpulkan terjadi perubahan sikap yang dikehendaki. Sehingga mengidikasikan efektifitas perlakuan teknik analisa data yang akan digunakan dalam penelitian ini, yaitu: statistiktik non parametrik *sign test* digunakan untuk

mendeskripsikan pengendalian diri terhadap perilaku *tidak disiplin belajar* sesudah dan sebelum diberi perlakuan.

Proses persentase dan interpretasi hasil penelitian, menggunakan teknik analisa data yang digunakan untuk menguji konseling kelompok realita alur/sistem *WDEP* untuk menurunkan perilaku *tidak disiplin belajar* pada peserta didik berdasarkan data fase A (*baseline*) dan data fase B (*treatment*) dengan rumus persentase Goodwin & Coates (1976) sebagai berikut:

$$\frac{\text{Baserate-postrate}}{\text{Baserate}} \times 100 = \text{Percentage change}$$

Sedangkan interpretasi hasil penelitian digunakan kriteria bahwa tingkah laku dinyatakan berhasil jika perilaku *tidak disiplin belajar* peserta didik tereduksi dan tidak kurang dari 50 % (Goodwin & Coates, 1976).

HASIL PENELITIAN

Teknik analisis data yang digunakan yaitu statistik non parametik dengan menggunakan uji tanda (*sign test*). Hasil analisis uji tanda (*sign test*) menunjukkan bahwa peningkatan skor disiplin belajar peserta didik setelah diberikan perlakuan menggunakan konseling kelompok realita dengan menggunakan alur/system *WDEP* signifikan, karena $p = 0,031$ memiliki harga yang lebih kecil dari $p = 0,05$, dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling kelompok realita dapat meningkatkan disiplin belajar peserta didik (Santoso, 2001).

Table 2.0 Data Prettest-Posttest Disiplin Belajar

Nama Subjek	Satuan	Fase Baseline	Fase Treatment	Penurunan
SH	Frekuensi	16 kali	5 kali	68,75%
	Durasi	29 menit	8 menit	72,41%
KA	Frekuensi	16 kali	6 kali	62,5%
	Durasi	25 menit	7 menit	72%
AD	Frekuensi	18 kali	3 kali	83,33%
	Durasi	36 menit	4 menit	88,88%
SR	Frekuensi	17 kali	5 kali	70,58%
	Durasi	28 menit	6 menit	78,57%

Berdasarkan tabel 2.0, selanjutnya data diuji dengan *Two Independent Sample Test Mann Whitney U* dengan program SPSS versi 20.00. Analisis yang dilakukan meliputi analisis statistik *pretest* dan analisis statistik *posttest*.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penurunan perilaku tidak disiplin belajar yang dimunculkan oleh keempat peserta didik sangat signifikan, baik hasil analisis data frekuensi maupun durasi. Penurunan perilaku *tidak disiplin belajar* peserta didik dilihat dari data *baseline* (fase A) sebelum *treatmen* diberikan, dibandingkan dengan data *treatmen* (fase B).

Kesimpulannya bahwa secara keseluruhan dilihat dari data frekuensi dan data durasi perilaku tidak disiplin belajar peserta didik mengalami penurunan setelah di *treatmen* menggunakan konseling kelompok realita sistem/alur *WDEP*.

DAFTAR RUJUKAN

- Aji, H.S. 2009. *Penerapan Strategi Self Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta didik Kelas VIII B Di SMP Negeri 1 Palang Kabupaten Tuban, Skripsi tidak diterbitkan*. Surabaya: PPB FIP UNESA.
- Corey, G. 2009. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Eighth Edition. USA: Belmont, CA 94002-3098.
- Corey, G. 2012. *Theory & Practice of Group Counseling*. Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Creswell, J. 2012. *Educational Reaserch planning, Conducting and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*. New York: University Of Nebraska Lincoln Pearson.
- Djarwanto. 2003. *Statistik Non Parametik*. Yogyakarta: BPFE Yogyakarta.
- Erford. 2010. *Group Work in The School*. Boston: Pearson Education, Inc.

- Fauzan, Lutfi dan Sudjiono. 1991. *Modul Reality Therapy Sebagai Pendekatan Rasional Dalam Konseling Kelompok*. Malang: IKIP Malang.
- Gazda, G., Ginter, E., & Horne, A. 2001. *Group counseling and group psychotherapy: Theory and application*. Boston: Allyn & Bacon.
- Gie, Liang. 2000. *Cara Belajar Yang Efisien Edisi Keempat*. Yogyakarta: Gajah Mada Unipress.
- Gunarsa, Singgih D. 1995. *Psikologi Membimbing*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia.
- Hurlock, Elizabeth. 1993. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Kartono, Kartini. 1985. *Bimbingan dan Dasar-Dasar Pelaksanaannya*. Jakarta: CV.Rajawali.
- Mappiare, Andi. 2006. *Kamus Istilah Konseling dan Terapi*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Sunanto, J., Takeuchi, K & Hideo, N. 2005. *Pengantar penelitian dengan Subyek Tunggal*. Center for Research on Internatioan in Educational Development (CRIED) Japan: Univ. of Tsukuba.