

Keefektifan Konseling Realita Untuk Meningkatkan Pengendalian Perilaku Siswa di SMP

Sinata¹

Abstrak: Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan Konseling Realita terhadap peningkatan pengendalian perilaku siswa. Rancangan penelitian yang digunakan adalah kuasi eksperimen. Sampel diambil dengan teknik purposive sampling. Jumlah subjek yang diambil sebanyak 5 siswa yang mempunyai pengendalian perilaku rendah. Data diperoleh melalui subjek, menggunakan inventori pengendalian perilaku yang telah diuji validitasnya dengan menggunakan analisis butir dan uji reliabilitas dengan didapatkan r alpha sebesar 0,766 > r tabel 0,316.

Analisis hasil penelitian menggunakan statistic nonparametric dengan menggunakan uji beda Wilcoxon (The Wilcoxon Signed-ranks test). Dari hasil penghitungan uji beda dengan formula wilcoxon didapatkan nilai Z wilcoxon sebesar -2,060 dengan probabilitas (p) atau signifikansi (α) sebesar 0,039. Oleh karena nilai Z wilcoxon memiliki probabilitas (p) atau signifikansi (α) kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor data pengendalian perilaku sebelum dan setelah pemberian treatment, sehingga dapat disimpulkan bahwa Konseling Realita efektif untuk meningkatkan pengendalian perilaku siswa di SMP Negeri 1 Pujut.

Kata kunci: Keefektifan, Konseling Realita, Pengendalian Perilaku.

Abstract: The aim to be achieved in this study is to determine the effectiveness of Reality Counseling on improving behavioral control of students. The research design used was quasi-experimental. Samples were taken by purposive sampling technique. The number of subjects taken were 5 students who had low behavioral control. Data obtained through the subject, using behavior control inventory that has been tested for validity by using item analysis and reliability testing with alpha r obtained at 0,766 > r table 0,316. Analysis of the results of the study using nonparametric statistics using the Wilcoxon Signed-ranks test. From the results of the calculation of different tests with the Wilcoxon formula, the Z wilcoxon value is -2.060 with a probability (p) or significance (α) of 0.039. Because the wilcoxon Z value has a probability (p) or significance (α) of less than 0.05 ($p < 0.05$), it can be concluded that there are significant differences between the behavioral control data scores before and after treatment, so it can be concluded that Effective reality counseling to improve behavioral control of students.

Keywords: Effectiveness, Reality Counseling, Behavior Control.

¹Guru SMPN 1 Pujut, NTB, Indonesia, sinata@gmail.com

A. Pendahuluan

Masa remaja adalah masa individu berada dalam proses penyesuaian diri dan sosialnya. Berdasarkan tugas-tugas perkembangan individu, masalah penyesuaian diri dan sosial pada umumnya lebih banyak dirasakan pada masa remaja. Pada masa ini terjadi perubahan yang begitu pesat, dalam setiap perubahan remaja dituntut untuk mampu mengadakan penyesuaian diri dengan lingkungannya. Remaja yang kurang mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya termasuk remaja yang mempunyai pengendalian diri rendah.

Menurut Hurlock (1998), masa remaja merupakan masa penuh konflik, masa dimana individu sangat khawatir terhadap perubahan-perubahan yang akan terjadi pada dirinya dan cemas jika kekurangannya diketahui oleh orang lain. Perubahan-perubahan yang dimaksud adalah remaja biasanya dikatakan bukan anak-anak dan juga belum dewasa, tetapi masih dalam posisi ambang dewasa. Perubahan yang terjadi pada masa remaja akan mempengaruhi perilaku individu tersebut, baik secara psikis maupun secara fisik atau tindakan. Selain itu masa remaja mudah diliputi rasa cemas dan penuh dengan rangsang-rangsang negatif yang lebih sering dikenal dengan istilah "kenakalan remaja" seperti siswa yang sering membolos sekolah, terlambat, kesulitan dalam bidang studi, malas, dan lain-lain.

Salah satu ciri masa remaja sudah berakhir yaitu remaja yang tertutup, dimana jiwanya tidak lagi mudah terpengaruh oleh siapapun. Sekalipun remaja tersebut terpengaruh, namun pengaruh itu tidak sekiranya meningkatkan kemampuannya sebagai individu maupun sebagai anggota masyarakat, itulah yang akan diterimanya (Sujanto, 1996:173).

Kebanyakan para orang tua dan guru memiliki kecenderungan yang sama dalam melihat dan menilai remaja saat ini. Dalam survei yang dilakukan oleh para orang tua dan guru, yaitu generasi remaja saat ini berbeda dengan generasi sebelumnya. Tingkah laku generasi remaja saat ini lebih banyak mengalami kesulitan dalam melakukan tanggungjawabnya, lebih kesepian, pemurung, kurang menghargai sopan santun, mudah cemas, lebih impulsif dan agresif.

Remaja yang dapat bertanggung jawab terhadap dirinya ialah remaja yang mampu mengendalikan dirinya, telah mulai dapat mengerti tentang perbedaan antara benar dan yang salah, yang boleh dan yang dilarang, yang dianjurkan dan yang dicegah, yang baik dan yang buruk, dan ia sadar bahwa individu tersebut harus menjahui segala yang bersifat negatif dan mencoba membina diri untuk selalu menggunakan hal-hal yang positif.

Sejak itu remaja mulai dapat melakukan apa yang dimengertinya. Remaja yang memiliki diri tidak lagi tergoda untuk berbuat sama dengan orang lain, sekalipun orang lain itu berjumlah banyak, bersikeras untuk dianut, dan ditantang dengan ancaman. Apabila suatu ketika remaja tersebut berbuat salah, maka ia sendiri yang harus bisa menyadari akan kesalahannya, dan ia secepatnya berhenti dari kesalahan itu dan kembali melakukan hal-hal yang positif (Tjong. 2004. <http://www.telaga.org>).

Dengan demikian maka diharapkan para`remaja dapat memiliki pengendalian diri yang baik. Oleh karena itu, remaja dapat mandiri secara fisik maupun emosionalnya. Walaupun sering terjadi pemberontakan dalam diri remaja sebagai dasar reaksi penolakan terhadap sesuatu yang tidak disenangi atau yang mengancam dirinya, sehingga remaja cenderung masih ingin bebas dalam menentukan sikap dan tingkah lakunya. Oleh karena itu, bimbingan dan konseling sangat berperan penting untuk membentuk siswa SMP menjadi individu remaja yang mandiri dan memiliki pengendalian diri yang baik.

Berdasarkan studi lapangan yang dilakukan pada tahun 2007 dimana menunjukkan bahwa layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah/Madrasah sangat dibutuhkan. Kebutuhan ini terlihat dari banyaknya masalah peserta didik di Sekolah/Madrasah dan besarnya kebutuhan peserta didik akan pengarahan diri dalam memilih dan mengambil keputusan. Oleh karena itu, perlu adanya aturan yang memayungi layanan bimbingan dan konseling di Sekolah/Madrasah, serta perbaikan tata kerja baik dalam aspek ketenagaan maupun manajemen (Anonim, www.a741k.web44.net).

Uraian mengenai pentingnya BK di sekolah menurut UU No.20/2003 Pasal 1 Ayat 6 tentang Sistem Pendidikan Nasional menegaskan bahwa pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah sangatlah penting bagi seluruh peserta didik di sekolah karena keberadaan konselor dalam sistem pendidikan nasional sejajar dengan guru dan kualifikasi pendidik yang lain. Oleh karena itu, konselor (guru pembimbing) memiliki peranan penting dalam membantu siswa dalam memahami dirinya baik kelebihan dan kekurangannya maupun kesulitan-kesulitan yang dihadapi oleh peserta didik, terutama yang sedang memasuki usia remaja. Salah satunya pemberian layanan BK yang dilakukan oleh guru pembimbing melalui konseling individual. Hal ini bertujuan agar pemberian layanan bimbingan dan konseling secara individual dapat lebih efektif karena guru pembimbing langsung berhadapan dengan siswa secara individu.

Berdasarkan pengamatan dan informasi dari beberapa guru pembimbing di SMP Negeri 1 Pujut menunjukkan gejala bahwa, yang dihadapi di lapangan berbeda dengan tujuan BK yang sebenarnya. Tujuan

BK yang sebenarnya adalah untuk memandirikan setiap peserta didik agar dapat berkembang secara optimal (Depdiknas. 2007:1), akan tetapi tujuan tersebut sulit diwujudkan.

Persoalan yang dihadapi konselor selama ini adalah masih minimnya model layanan konseling (individual/kelompok) yang dapat dipergunakan sebagai sarana membantu meningkatkan pengendalian perilaku atau mengatasi perilaku yang tidak bertanggung jawab. Menyadari hal ini, maka perlu dikemukakan satu pendekatan bercorak konseling yang dapat dipergunakan konselor dalam membantu meningkatkan pengendalian perilaku atau mengatasi perilaku yang tidak bertanggung jawab. Pendekatan konseling yang diajukan adalah Konseling Realitas oleh William Glasser (dalam Coray 2016). Pendekatan ini dimaksudkan sebagai salah satu model pendekatan bagi konselor yang bercorak konseling, bukan menghukum. Terapi dengan pendekatan ini, diharapkan dapat menjadi model yang praktis guna menolong individu mengontrol hidupnya menjadi lebih baik.

Konseling Realitas sebagai suatu proses yang rasional. Dalam proses tersebut, konselor dituntut mampu menciptakan suasana yang hangat, penuh pengertian, dan yang paling penting adalah menumbuhkan pengertian konseli bahwa dia mampu bertanggungjawab bagi dirinya sendiri. Konselor diharapkan mampu memerankan sebagai guru yang menciptakan situasi kondusif mengajar, memberi contoh dalam menghadapi realita. Oleh karena setiap orang, termasuk siswa selalu dihadapkan pada kenyataan, maka pendekatan ini tepat untuk diterapkan oleh konselor dalam mengatasi masalah-masalah psikologis dan perilaku-perilaku/perbuatan yang tidak realistis atau yang tidak sesuai. Secara sederhana perilaku/perbuatan tidak sesuai digambarkan sebagai individu yang kurang terlibat dengan orang lain, tidak pernah belajar untuk berbuat secara bertanggungjawab, cenderung mengabaikan prinsip 3R yaitu Right, Responsibility dan Reality (Hansen,1982).

Memahami konsep terapi realitas, perilaku tidak patut siswa diartikan sebagai kecenderungan untuk melanggar aturan (right) dan mengabaikan bahwa di luar dirinya ada orang lain yang perlu dihormati, dihargai (perilaku non-realistik), serta mengabaikan tanggung jawab sebagai pribadi (non-responsibility). Persoalan pokok dalam perspektif ini terkait dengan jalan atau cara yang ditempuh siswa guna memenuhi aneka kebutuhan itu. Pemenuhan kebutuhan yang tidak realistis, tidak bertanggungjawab dan cenderung mengabaikan orang lain, justru akan melahirkan gangguan kesehatan mental pada diri siswa. Dia tidak memperoleh apa yang diinginkan, namun justru akan menempatkan

dirinya sebagai siswa yang beresiko mengalami kegagalan dan hambatan dalam perkembangan selanjutnya.

Penelitian ini dilakukan berdasarkan pengalaman penulis saat menjadi siswa di SMP Negeri 1 Pujut dan beberapa wawancara dengan guru pembimbing dan wakasek kesiswaan di SMP Negeri 1 Pujut. Temuan-temuan awal yang didapat yaitu beberapa siswa hampir setiap pagi datang terlambat dan seringnya ada siswa yang membolos saat pelajaran-pelajaran tertentu. Dari beberapa temuan awal tersebut, hal ini yang menjadikan alasan penulis untuk menerapkan konseling realita untuk meningkatkan pengendalian perilaku siswa dalam mengikuti pelajaran di sekolah. Temuan ini juga diperkuat dengan penelitian terdahulu, bahwa Konseling Kelompok Realita efektif digunakan untuk mengurangi kebiasaan menyontek (Dewi, 2010). Penelitian yang penulis lakukan berjudul “Keefektifan Konseling Realita Untuk Meningkatkan Pengendalian Perilaku Siswa di SMP Negeri 1 Pujut”.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan jenis rancangan penelitian eksperimen. Penggunaan pendekatan kuantitatif ini adalah untuk mengetahui efektivitas Konseling Realita untuk meningkatkan pengendalian perilaku siswa kelas X SMP Negeri 1 Pujut.

Penelitian ini menggunakan rancangan kuasi eksperimen dengan model “one group pretest posttest design”. Rancangan ini bertujuan untuk mengungkapkan hubungan sebab-akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subyek sehingga tidak ada kontrol yang ketat terhadap variabel ekstra (Tuckman, 1999).

Pengambilan subyek penelitian dilakukan dengan cara memilih subyek yang memiliki karakteristik yang diinginkan yaitu yang memiliki pengendalian perilaku dalam katagori “rendah” yang mana dapat diketahui dari hasil pelancaran inventori pengendalian perilaku yang dilakukan peneliti pada kelas X SMP Negeri 1 Pujut. Dari hasil pengumpulan didapatkan sampel penelitian yang berjumlah 6 orang dari 34 jumlah siswa. Kemudian dari 6 orang sampel tersebut, diambil 5 orang yang mempunyai masalah pengendalian perilaku berbeda yang sesuai dengan kisi-kisi.

C. Temuan dan Pembahasan

1. Deskripsi Data

a) Data Hasil Pretest Pengendalian Perilaku Siswa Kelas X-4 SMP Negeri 1 Pujut

Pada pertemuan awal penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat siswa sebelum diberikan treatment dengan Konseling Realita. Pretest diperoleh data siswa yang mempunyai pengendalian perilaku rendah. Penentuan subyek, didasarkan atas perolehan skor pengendalian perilaku pada kategori rendah, dilihat dari hasil pretest yang termasuk pada kategori buruk dan kurang yang berjumlah 5 siswa dengan inisial nama BA, DRB, DA, LRA, ZM. Masing-masing diberi nomor 1 sampai 5. Hasil dari pretest dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. Hasil Pre-test Pengendalian Perilaku

Subyek	Total
1	60
2	53
3	52
4	58
5	57

Pada Tabel 1 di atas menunjukkan lima orang yang termasuk pada kategori kurang dan rendah tingkat pengendalian perilakunya, tiga orang mempunyai pengendalian perilaku yang rendah dan dua orang yang lain mempunyai tingkat pengendalian perilaku kurang. Langkah selanjutnya adalah memberi treatment Konseling Realita secara individu kepada 5 siswa dengan tujuan pengendalian perilaku siswa meningkat.

Pemberian *treatment* dilakukan 2 kali pertemuan ditambah dengan pertemuan pertama dilakukan pretest, untuk pertemuan selanjutnya treatment Konseling Realita sebanyak 2 kali sesuai dengan indikator. Pelaksanaan treatment kepada 5 subjek yang memiliki pengendalian perilaku rendah sesuai dengan kesepakatan pihak sekolah, peneliti dan kesediaan dari subjek.

b) Pemberian *Treatment*

Treatment diberikan dengan menggunakan teknik yang berbeda-beda setiap individu dan disesuaikan dengan masalah yang dihadapi. Teknik yang digunakan adalah teknik humor, role playing, verbal shock, dan teknik konfrontasi. Pertemuan dilakukan

sebanyak 2 kali setiap individu, yaitu tahap involvement, WDEP, terminasi.

c) Data Hasil Post-test Siswa

Treatment telah dilaksanakan 2 kali setiap konseli. Setiap terminasi akan diakhiri dengan pemberian posttest kepada kelima konseli. Pemberian posttest bertujuan untuk mengetahui adanya peningkatan setelah melakukan treatment Konseling Realita. Hasil dari posttest dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 2. Hasil Post Test Pengendalian Perilaku

Subyek	Total
1	62
2	58
3	56
4	61
5	60

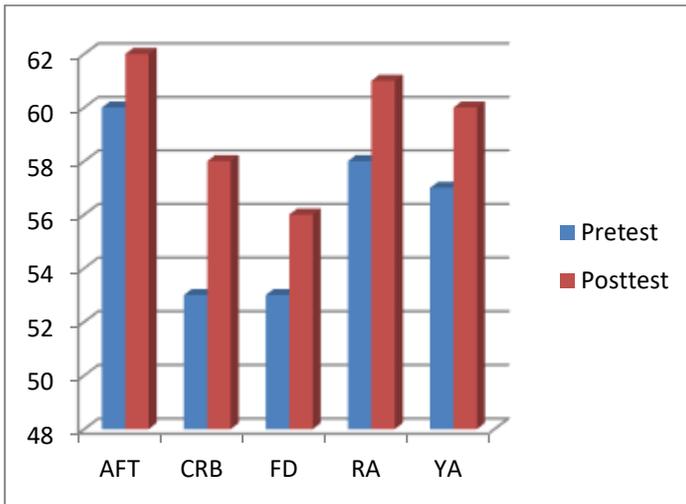
Deskripsi data pengendalian perilaku setelah pemberian treatment adalah hasil analisis deskriptif terhadap skor pengendalian perilaku subyek setelah diberi perlakuan didapatkan skor paling rendah sebesar 56, sedangkan skor pengendalian perilaku paling tinggi adalah sebesar 62. Nilai mean (rata-rata) sebesar 59,40; dan nilai standar deviasinya adalah sebesar 2,408.

Penelitian dilakukan dalam waktu kurang lebih 2 minggu, sebelum pemberian treatment siswa diberikan pretest dan setelah treatment siswa yang menjadi subjek juga diberikan post test dengan angket pengendalian perilaku. Adapun perbandingan hasil pretest dan posttest tingkat pengendalian perilaku siswa SMP Negeri 1 Pujut dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 3. Perbandingan Pre-Test dan Post-Test

No	Pre-Test	Post-Test
1	60	62
2	53	58
3	52	56
4	58	61
5	57	60

Perbandingan skor minimum data sebelum dan setelah pemberian treatment diketahui bahwa data minimum pengendalian perilaku setelah pemberian treatment lebih tinggi dari pada data pengendalian perilaku sebelum pemberian treatment. Demikian pula nilai rata-rata skor pengendalian perilaku setelah pemberian treatment adalah lebih besar jika dibandingkan dengan nilai rata-rata skor pengendalian perilaku sebelum pemberian treatment.



Gambar 1. Diagram Perbedaan hasil pre-test dan post-test Pengendalian Perilaku

Pada diagram dan tabel tersebut dapat terlihat perbandingan tingkat capaian pengendalian perilaku pada setiap konseli. Dari hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti selama satu minggu setelah pemberian treatment, dengan cara mengadakan wawancara kepada konselor atau guru kelas, peneliti mendapatkan hasil bahwa konseli 1 selama mengikuti pelajaran di kelas sudah tidak bermain HP saat guru menjelaskan pelajaran. Konseli 2 selama satu minggu ini sudah tidak membawa catatan kecil saat ujian, tetapi kadang-kadang masih bertanya kepada teman di sebelahnya. Konseli 3 selama satu minggu ini sudah tidak pernah terlambat datang ke sekolah. Konseli 4 sudah tidak pernah meninggalkan kelas saat pelajaran Matematika, kemudian untuk konseli 5 dalam satu minggu ini sudah banyak ada kemajuan dalam kelengkapan memakai atribut di seragamnya, tetapi atribut nama masih belum di pasang.

2. Hasil Analisis Uji Beda

Dari analisis data menggunakan uji beda dengan formula wilcoxon didapatkan nilai rata-rata rangking data pengendalian perilaku sebelum treatment adalah 7, sedangkan nilai rata-rata rangking data pengendalian perilaku setelah pemberian treatment adalah 4. Dengan demikian rata-rata rangking data pengendalian perilaku setelah pemberian treatment lebih baik dari pada data pengendalian perilaku sebelum treatment (skor

pengendalian perilaku setelah treatment lebih besar dari pada skor pengendalian perilaku sebelum treatment).

Hasil uji beda dengan formula wilcoxon didapatkan nilai Z wilcoxon sebesar -2,060 dengan probabilitas (p) atau signifikansi (α) sebesar 0,039. Oleh karena nilai Z wilcoxon memiliki probabilitas (p) atau signifikansi (α) kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara data pengendalian perilaku sebelum dan setelah pemberian treatment.

3. Pengujian Hipotesis

Uji Hipotesis dimaksudkan untuk menguji rumusan hipotesis penerapan Konseling Realita efektif untuk meningkatkan pengendalian perilaku siswa di SMP Negeri 1 Pujut. Dari analisis uji beda dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan nilai rata-rata pengendalian perilaku sebelum dan setelah treatment. Nilai rata-rata pengendalian perilaku setelah pemberian treatment lebih baik dari pada nilai rata-rata pengendalian perilaku sebelum pemberian treatment. Dengan demikian dapat dibuktikan bahwa pemberian treatment (Konseling Realita) efektif untuk meningkatkan pengendalian perilaku siswa.

Berdasarkan uji hipotesis dengan menggunakan analisis nonparametrik, yaitu melalui uji Wilcoxon menunjukkan bahwa Konseling Realita dapat meningkatkan pengendalian perilaku siswa di SMP Negeri 1 Pujut. Dari 5 subyek yang dilakukan analisis, menunjukkan adanya peningkatan perolehan skor pengendalian perilaku setelah dilakukan posttest. Hal ini dapat ditemukan di dalam paparan di bawah ini:

Data observasi mendukung penemuan ini. Pada kelima subyek, hampir semua subyek penelitian menunjukkan kemajuan pada setiap sesi pertemuan. Awalnya subyek masih malu-malu dan enggan untuk bercerita secara terbuka tentang perilakunya yang kurang pantas. Selain itu, setelah pemberian treatment peneliti melakukan observasi langsung ke sekolah dan mewawancarai konselor sekolah tentang kemajuan subyek.

Secara umum semua konseli mengalami peningkatan skor pengendalian perilaku. Salah satu kemungkinan mengapa ini terjadi karena faktor siswa itu sendiri (internal) yaitu kecenderungan minat yang tinggi untuk berani berubah dan mengendalikan diri dalam usahanya untuk mencapai kebutuhan dasar secara bertanggungjawab dan realistis.

Hasil penelitian ini memperkuat penelitian terdahulu dari Glasser & Corey dimana ia melaporkan bahwa satu-satunya orang yang bisa anda kendalikan untuk mencapai kebutuhan dasar menurut terapi realitas adalah diri anda sendiri (Glasser 1989, Corey 2016). Ini berarti bahwa individu sangat menentukan dalam hubungannya pencapaian kebutuhan dasar secara realistis dan bertanggungjawab. Individu itu sendirilah yang

memilih bagaimana caranya untuk mencapai kebutuhan dasar secara sehat, tanpa harus melanggar aturan/ norma/ hukum yang berlaku (right), bertanggung jawab dan realistis. Hal ini dapat dibuktikan dengan Konseli 2 mempunyai perilaku selalu membawa catatan kecil saat ujian, selalu menyobek pengumuman penting dari sekolah, sehingga sering dimarahi oleh guru dan Wakasek Kesiswaan. Kemudian konselor menggunakan teknik role playing dalam proses konseling dan hasilnya menunjukkan gejala yang signifikan yang ditandai dengan meningkatnya skor pengendalian perilaku.

Pendapat lain diperkuat oleh Glasser (dalam Corey, 2016) bahwa Konseling Realitas lebih menekankan pada kekuatan pribadi, dan pada dasarnya merupakan jalan dimana konseli bisa belajar tingkah laku yang lebih realistik dan bisa mencapai keberhasilan. Semua perilaku itu digerakan dari dalam diri individu sendiri dan masing-masing pribadi memiliki pilihan kepada apa yang akan dilakukan. Konseling Realitas lebih menekankan kontrol diri individu itu sendiri agar mampu mengontrol hidupnya. Jadi dengan mempraktekkan prinsip teori kontrol diri maka individu dapat mencegah masalah potensial dalam hidupnya, termasuk perilakunya yang cenderung kurang pantas.

Pengendalian diri menjadi dasar bagi integrasi pribadi yang merupakan salah satu kualitas penting dari orang yang dapat mengatur impuls-impuls, pikiran-pikiran, kebiasaan-kebiasaan, emosi-emosi dan tingkahlaku yang berkaitan dengan prinsip-prinsip yang dikenakan pada diri sendiri atau tuntutan-tuntutan yang dikenakan oleh masyarakat (Gilliom 200; Berk 1993). Individu dengan pengendalian diri tinggi, sangat memperhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Ia cenderung untuk mengubah perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial yang kemudian dapat mengatur kesan yang dibuat. Perilakunya lebih responsif terhadap petunjuk situasional, lebih fleksibel, berusaha untuk memenuhi kebutuhannya tanpa mengabaikan tanggungjawab, norma/aturan-aturan yang ada.

Individu yang kemampuan mengontrol dirinya lemah/mengalami hambatan, akan mudah menunjukkan perilaku yang kurang pantas dalam mencapai apa yang diinginkan. Individu tersebut tidak akan mampu mengatur perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya, melainkan cenderung akan menggunakan sumber eksternal. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terjadi perubahan/pengurangan perilaku yang kurang pantas pada semua konseli yang ditangani dengan pendekatan Konseling Realita, hal ini dapat terlihat pada hasil pretest dan posttest.

Dalam penelitian ini teknik yang digunakan dalam proses konseling setiap konseli berbeda, hal ini dikarenakan setiap konseli mempunyai

masalah pengendalian perilaku yang berbeda-beda. Jadi dalam pelaksanaan konselingnya, peneliti/konselor menyesuaikan dengan masalah pengendalian perilaku yang dihadapi oleh siswa.

Adapun kelemahan dalam penelitian ini yaitu peneliti (konselor) hanya mengutamakan pengukuran perubahan pengendalian perilaku dengan angket, follow up tidak dilakukan sendiri tetapi melalui hasil wawancara. Selain itu, durasi waktu yang digunakan dalam penelitian ini terlalu singkat.

D. Simpulan

Pada penelitian ini diawali dengan mengadakan pretest yang diberikan pada 38 siswa kelas X, dari pretest tersebut terkumpul 5 orang yang mempunyai pengendalian perilaku rendah dan terlihat dari 5 siswa mengalami peningkatan dalam pengendalian perilaku melalui proses treatment yang dilakukan selama 2-3 kali pertemuan setiap konseli. Hasil penelitian yang dilakukan dengan subjek penelitian lima orang menunjukkan bahwa Konseling Realita efektif untuk meningkatkan pengendalian perilaku siswa di SMP Negeri 1 Pujut. Hasil uji beda dengan formula wilcoxon didapatkan nilai Z wilcoxon yang diperoleh dari treatment adalah sebesar -2,060 dengan artian hipotesis bahwa Konseling Realita dapat meningkatkan pengendalian perilaku diterima. Hal ini berarti semakin memperkuat deskripsi penelitian bahwa Konseling Realita efektif untuk meningkatkan pengendalian perilaku siswa SMP Negeri 1 Pujut.

Daftar Pustaka

- ABKIN. (2007). *Naskah Akademik Rambu-Rambu Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Dalam Jalur Pendidikan Formal*. Jakarta: Direktorat Jenderal Peningkatan Mutu Pendidikan dan Tenaga Kependidikan Departemen Pendidikan Nasional.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian; Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Asihwardji, Danuyasa. (1996). *Ensiklopedia Psikologi*. Jakarta: Arcan
- Dewi, Retno. (2010). *Efektivitas Konseling Kelompok Realita Untuk Mengurangi Kebiasaan Menyontek Siswa*. Skripsi. Tidak Diterbitkan. Prodi Bimbingan dan Konseling Univ. Negeri Malang.
- Gunarsa, D. Singgih. (2006). *Psikologi Praktis Dari Anak Sampai Usia Lanjut*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia.
- Hurlock. (2004). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga

- Ramli, M. (2008). *Panduan Pelayanan Konseling Berdasarkan Pendekatan Konseling Realitas*. Malang: UM Malang.
- Sisdiknas. (2003). *Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Depdiknas RI
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: ALFABETA.