MENINGKATKAN TANGGUNG JAWAB BELAJAR DENGAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL BERBASIS *SELF-MANAGEMENT* PADA SISWA KELAS XI DI SMK NEGERI 1 PEMALANG TAHUN PELAJARAN 2013/2014

SKRIPSI

diajukan dalam rangka menyelesaikan studi Strata 1
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

oleh
Dinia Ulfa
1301409050

JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2014

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul "Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Dengan Layanan Konseling Individual Teknik *Self-Management* Pada Siswa Kelas XI Di SMK Negeri 1 Pemalang" ini telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Ujian Skripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang pada:

hari : Kamis

tanggal : 6 Februari 2014

Panitia:

Ketua

Drs. Budiyono, M.S
NIP. 19631209 198703 1 002

Sekretaris

Drs. Eko Nusantoro, M.Pd.
NIP 19600205 199802 1 001

Penguji Utama

Prof. Dr. D.Y.P. Sugiharto, M.Pd., Kons.
NIP. 19611201 198601 1 001

Penguji/ Pembimbing I

Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd., Kons.
NIP. 19521120 197703 1 002

Penguji/ Pembimbing II

Prof. Dr. Sugiyo, M.Si.
NIP. 19520411 197802 1 001

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Dengan ini saya,

Nama : Dinia Ulfa

NIM : 1301409050

Jurusan : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul "Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Dengan Layanan Konseling Individual Teknik *Self-Management* Pada Siswa Kelas XI Di SMK Negeri 1 Pemalang Tahun Pelajaran 2013/2014", saya tulis dalam rangka memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain, baik sebagian atau seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah.

Semarang, Februari 2014

Penulis,

METERAI TEMPEL
3A255ACF148772509
6000

Dinia Ulfa
NIM 1301409050

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

"Man shobaru zhafira... (Siapa yang bersabar akan beruntung)".

" Jangan tunda sampai besok apa yang bisa engkau kerjakan hari ini".

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan untuk :

1. *Bapak dan Ibuku terhormat yang tak berhenti mendoakan kelulusan dan kesuksesanku.*
2. *Kedua adikku tersayang.*
3. *Sahabatku tercinta yang selalu menyemangatiku.*
4. *Teman-teman BK'09 yang selalu membantu dan memotivasiku.*
5. *Almamater BK Unnes kebanggaanku.*

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN UNNES

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Dengan Layanan Konseling Individual Berbasis *Self-Management* pada Siswa Kelas XI di SMK Negeri 1 Pemalang Tahun Pelajaran 2013/2014".

Dasar pemikiran penulisan skripsi ini berawal dari fakta yang didapat dari studi pendahuluan pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang yang menunjukkan indikator tanggung jawab belajar yang rendah. Hal ini mendorong peneliti untuk meningkatkan tanggung jawab belajar pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang dengan layanan konseling individual berbasis *self-management*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah konseling individual berbasis *self-management* dapat meningkatkan tanggung jawab belajar siswa dan seberapa besar peningkatannya pada siswa SMK Negeri 1 Pemalang.

Keberhasilan penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari dukungan dan bimbingan berbagai pihak, dengan hormat penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman, M.Hum., Rektor Universitas Negeri Semarang.
2. Drs. Hardjono, M.Pd., Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.

3. Drs. Eko Nusantoro, M.Pd., Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Semarang.
4. Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd., Kons., Dosen Pembimbing I yang senantiasa memberikan arahan dan motivasi demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini.
5. Prof. Dr. Sugiyo, M.Si., Dosen Pembimbing II yang senantiasa memberikan arahan dan motivasi demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini.
6. Tim Penguji yang berkenan menguji dan memberi masukan demi kesempurnaan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bekal ilmu yang bermanfaat bagi peneliti
8. Drs. Dahuri, M.Pd., Kepala SMK Negeri 1 Pemalang yang telah memberikan izin melaksanakan penelitian.
9. Dra. Cartuti dan rekan-rekan guru BK SMK Negeri 1 Pemalang yang telah membantu selama proses penelitian.
10. CC, EML, ILA, NF, PST dan RO untuk kesediaan dan partisipasinya dalam mengikuti konseling individu.
11. Gunawan dan Luluk Pitulasih, bapak dan ibuku yang senantiasa mendukung dan mendoakanku.
12. Hesti Mediana dan Ganang Nur Fauzan, adik-adikku tersayang.
13. Aji Santoso, sahabat tercinta yang selalu memberi semangat dan motivasinya.
14. Teman-teman BK Unnes seperjuangan yang senantiasa mendukung penyelesaian skripsi ini.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

15. Pihak-pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu terselesaikannya skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam skripsi ini mungkin masih terdapat kekurangan, Oleh karena itu penulis mohon maaf hal ini semata-mata karena keterbatasan dari penulis. Penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi para pembaca.

Semarang, Januari 2014

Penulis

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

ABSTRAK

Ulfa, Dinia. 2014. *Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Dengan Layanan Konseling Individual Berbasis Self-Management Pada Siswa Kelas XI Di SMK Negeri 1 Pemalang Tahun Pelajaran 2013/2014*. Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang. Dosen Pembimbing I Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo., M.Pd., Kons., dan Dosen Pembimbing II Prof. Dr. Sugiyo, M.Si.

Kata Kunci : tanggung jawab belajar, *self-management*, layanan konseling individual.

Penelitian ini didasarkan data yang diperoleh dari studi pendahuluan pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang yang menunjukkan indikator rendahnya tanggung jawab belajar. Masalah penelitian ini adalah apakah tanggung jawab belajar pada siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Pemalang tahun pelajaran 2013/2014 dapat ditingkatkan melalui layanan konseling individual berbasis *self-management*? Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh data empiris tentang peningkatan tanggung jawab belajar pada siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Pemalang tahun pelajaran 2013/2014 melalui layanan konseling individual berbasis *self-management.*

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen dengan desain penelitian *one group pretest-postest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang tahun pelajaran 2013/2014. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* (sampling bertujuan). Sampel dalam penelitian ini adalah siswa yang memiliki tanggung jawab belajar rendah sebanyak 6 anak. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologis. Sedangkan metode analisis data yaitu analisis data deskriptif persentase dan uji *Wilcoxon.*

Hasil *pre test,* siswa termasuk dalam kriteria rendah dengan persentase rata-rata 50.35%. Sedangkan hasil *post test,* kriteria tanggung jawab belajar pada siswa menjadi tinggi dengan rata-rata sebesar 74.50%. Dari uji *Wilcoxon* diperoleh Z_{hitung} sebesar 2.20 dan nilai Z_{tabel} pada taraf signifikansi 5% dan N=6 yaitu 0. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tanggung jawab belajar pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang tahun pelajaran 2013/2014 dapat ditingkatkan melalui layanan konseling individual berbasis *self-management*.

Simpulannya adalah bahwa terdapat peningkatan signifikan tanggung jawab belajar pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang antara sebelum dan setelah diberikan *treatment* layanan konseling individual berbasis *self-management*. Saran yang dapat diberikan adalah diharapkan konselor dapat melatih siswa untuk bertanggung jawab belajar agar mampu meningkatkan tanggung jawab belajarnya melalui tahap-tahap yang terdapat dalam layanan konseling individual berbasis *self-management.*

DAFTAR ISI

Halaman

JUDUL……. i
LEMBAR PENGESAHAN ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN …….. iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN……... iv
KATA PENGANTAR..... v
ABSTRAK…….. ... viii
DAFTAR ISI..... ix
DAFTAR TABEL…… . xi
DAFTAR GAMBAR……... xiii
DAFTAR LAMPIRAN xiv

BAB I. PENDAHULUAN
1.1 Latar Belakang Masalah..... 1
1.2 Rumusan Masalah 12
1.3 Tujuan Penelitian 12
1.4 Manfaat Penelitian 13
1.5 Sistematika Skripsi..... 14

BAB II. KAJIAN PUSTAKA
2.1 Penelitian Terdahulu 16
2.2 Tanggung Jawab Belajar 19
2.2.1 Konsep Tanggung Jawab Belajar..... 19
2.2.2 Ciri-ciri Tanggung Jawab Belajar 25
2.2.3 Faktor-Faktor Rendahnya Tanggung Jawab Belajar 31
2.2.4 Dinamika Tanggung Jawab Belajar 31
2.2.5 Jenis-jenis Tanggung Jawab Belajar 33
2.3 Konseling Behavioral dengan Teknik *Self-Management* 34
2.3.1 Konseling Behavioral (*Behavioral Therapy*)..... 34
2.3.2 Teknik *Self-Management* 37
2.3.2.1 Konsep Dasar 38
2.3.2.2 Tujuan 40
2.3.2.3 Manfaat 41
2.3.2.4 Peran Konselor dan Konseli 42
2.3.2.5 Faktor-faktor Keefektifan Teknik *Self-Management* 43
2.3.2.6 Tahap-tahap *Self-Management* 44
2.4 Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar dengan Layanan Konseling Individual Berbasis *Self-Management* ……. 47
2.5 Hipotesis……..... 54

BAB III. METODE PENELITIAN
3.1 Jenis dan Desain Penelitian 55
3.1.1 Jenis Penelitian 55
3.1.2 Desain Penelitian 56
3.2 Variabel Penelitian 61
3.2.1 Identifikasi Variabel..... 61
3.2.2 Hubungan Antar Variabel 62
3.2.3 Definisi Operasioanl Variabel 63
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian 64
3.3.1 Populasi..... 64
3.3.2 Sampel dan Teknik *Sampling* 65
3.4 Metode dan Alat Pengumpul Data 66
3.4.1 Metode Pengumpulan Data 66
3.4.2 Alat Pengumpul Data..... 68
3.5 Validitas dan Reliabilitas 74
3.5.1 Validitas instrumen 74
3.5.2 Reliabilitas Instrumen 75
3.6 Analisis Data 77
3.6.1 Analisis Deskriptif Persentase 77
3.6.2 Uji *Wilcoxon* 78

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
4.1 Hasil Penelitian 80
4.1.1 Analisis Deskriptif Persentase 80
4.1.2 Konseling Individual Berbasis *Self-Management* dapat Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang 108
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian 116
4.3 Keterbatasan Penelitian 130

BAB V PENUTUP
5.1 Simpulan 132
5.2 Saran 133

DAFTAR PUSTAKA 135
LAMPIRAN 139

PERPUSTAKAAN UNNES

DAFTAR TABEL

Tabel Halaman

Tabel 1.1 Hasil Skala Psikologis Kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang …….. 7
Tabel 2.1 Prosedur dan Tahapan Konseling *Behavioral* 37
Tabel 2.2 Langkah-langkah *Self-Monitoring* …….... 46
Tabel 3.1 Rancangan Penelitian ……..... 59
Tabel 3.2 Rancangan *Treatment* Konseling Individual Berbasis *Self-Management* 58
Tabel 3.3 Populasi Penelitian ……..... 65
Tabel 3.4 Penskoran Item ……..... 71
Tabel 3.5 Kisi-kisi Skala Tanggung Jawab Belajar 72
Tabel 3.6 Kriteria Penilaian Tingkat Tanggung Jawab Belajar 78
Tabel 4.1 Kriteria Penilaian Tingkat Tanggung Jawab Belajar …… 81
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Hasil *Pre Test* Tanggung Jawab Belajar Siswa Kelas XI AK 2 …….. 82
Tabel 4.3 Tanggung Jawab Belajar Siswa Sebelum Pelaksanaan Layanan Konseling Individual Berbasis *Self-Management* 83
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Tanggung Jawab Belajar Sebelum Memperoleh Layanan Konseling Individual Berbasis *Self-Management* 84
Tabel 4.5 Distribusi Indikator Melakukan Tugas dengan Rutin (*Pre Test*) 84
Tabel 4.6 Distribusi Indikator Dapat Menjelaskan Alasan belajar (*Pre Test*)..... 85
Tabel 4.7Distribusi Indikator Tidak Menyalahkan Orang Lain (*Pre Test*) 86
Tabel 4.8 Distribusi Indikator Mampu Menentukan Pilihan Kegiatan Belajar (*Pre Test*)..... 87
Tabel 4.9 Distribusi Indikator Melakukan Tugas Sendiri dengan Senang Hati (*Pre Test*) 88
Tabel 4.10 Distribusi Indikator Bisa Membuat Keputusan yang Berbeda (*Pre Test*) 89
Tabel 4.11 Distribusi Indikator Minat yang Kuat dalam Belajar (*Pre Test*) 89
Tabel 4.12 Distribusi Indikator Menghormati dan Menghargai Aturan Sekolah (*Pre Test*)..... 90
Tabel 4.13 Distribusi Indikator Konsentrasi dalam Belajar (*Pre Test*) 91
Tabel 4.14 Distribusi Indikator Bertanggung Jawab pada Prestasi di Sekolah (*Pre Test*) 92
Tabel 4.15 Distribusi Tiap Indikator Tanggung Jawab Belajar (*Pre Test*) 93
Tabel 4.16 Tanggung Jawab Belajar Siswa (*Post Test*) 94

Tabel 4.17 Distribusi Indikator Melakukan Tugas dengan Rutin (*Post Test*) 95
Tabel 4.18 Distribusi Indikator Dapat Menjelaskan Alasan Belajar yang dilakukannya (*Post Test*) 96
Tabel 4.19 Distribusi Indikator Tidak Menyalahkan Orang Lain *(Post Test)* 97
Tabel 4.20 Distribusi Indikator Mampu Menentukan Pilihan Kegiatan Belajar (*Post Test*)..... 98
Tabel 4.21 Distribusi Indikator Melakukan Tugas Sendiri dengan Senang Hati (*Post Test*)..... 98
Tabel 4.22 Distribusi Indikator Bisa Membuat Keputusan yang Berbeda (*Post Test*) 99
Tabel 4.23 Distribusi Indikator Minat yang Kuat dalam Belajar (*Post Test*) 100
Tabel 4.24 Distribusi Indikator Menghormati dan Menghargai Aturan Sekolah (*Post Test*)..... 101
Tabel 4.25 Distribusi Indikator Konsentrasi dalam Belajar (*Post Test*) 102
Tabel 4.26 Distribusi Indikator Bertanggung Jawab pada Prestasi di Sekolah (*Post Test*) 102
Tabel 4.27 Distribusi Tiap Indikator Tanggung Jawab Belajar Siswa (*Post Test*) 104
Tabel 4.28 Perbedaan Tanggung Jawab Belajar Siswa (*Pre Test - Post Test*) 105
Tabel 4.29 Hasil Persentase Skor Berdasarkan Indikator Tanggung Jawab Belajar Siswa (*Pre Test – Post Test*) 106
Tabel 4.30 Tabel Penolong untuk Uji *Wilcoxon* Tanggung Jawab Belajar 109

PERPUSTAKAAN
UNNES

DAFTAR GAMBAR

Gambar Halaman

2.1 Keefektifan Konseling Individual Berbasis *Self-Management* dalam Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar 53

3.1 *Pre-Experimental Designs* dengan *One-Group Pretest-Posttest Design* 57

3.2 Hubungan Antar Variabel 63

3.3 Prosedur Penyusunan Instrumen 70

4.1 Grafik Distribusi Frekuensi Hasil *Pre Test* Tanggung Jawab Belajar Siswa Kelas XI AK 2 82

4.2 Grafik Persentase Skor Peningkatan Tanggung Jawab Belajar Siswa Berdasarkan Hasil *Pre Test* dan *Post Test* Tiap Individu 106

4.3 Grafik Persentase Skor Peningkatan Tanggung Jawab Belajar Siswa Berdasarkan Hasil *Pre Test* dan *Post Test* Tiap Indikator 108

PERPUSTAKAAN UNNES

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Halaman

Lampiran 1 Kisi-kisi Instrumen Skala Tanggung Jawab Belajar (Uji Coba) 139
Lampiran 2 Skala Tanggung Jawab Belajar (Uji Coba) 141
Lampiran 3 Tabel Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas 146
Lampiran 4 Contoh Perhitungan Validitas Uji Coba Instrumen Penelitian ... 156
Lampiran 5 Contoh Perhitungan Reliabilitas Item Instrumen Penelitian 158
Lampiran 6 Kisi-kisi Skala Tanggung Jawab Belajar 159
Lampiran 7 Skala Tanggung Jawab Belajar 161
Lampiran 8 Hasil Uji *Pre Test* Tanggung Jawab Belajar Siswa 166
Lampiran 9 Daftar Anggota Konseling Individual Berbasis *Self-Management* (*Pre Test*) 174
Lampiran 10 Hasil Uji *Pre Test* dan *Post Test* Skala Tanggung Jawab Belajar 175
Lampiran 11 Perbedaan Tanggung Jawab Belajar Sebelum dan Sesudah Mengkuti Konseling Individual Berbasis *Self-Management* 183
Lampiran 12 Perhitungan Tanggung Jawab Belajar Siswa dengan Uji *Wilcoxon* Secara Umum 184
Lampiran 13 Program Harian 185
Lampiran 14 Satuan Layanan Program 200
Lampiran 15 Laporan Pelaksanaan Program 212
Lampiran 16 Deskripsi Proses Pelaksanaan Konseling Individual Berbasis *Self-Management* 223
Lampiran 17 Rekaman Konseling Individual (Konseli 1) 237
Lampiran 18 Rekaman Konseling Individual (Konseli 2) 241
Lampiran 19 Rekaman Konseling Individual (Konseli 3) 247
Lampiran 20 Rekaman Konseling Individual (Konseli 4) 252
Lampiran 21 Rekaman Konseling Individual (Konseli 5) 257
Lampiran 22 Rekaman Konseling Individual (Konseli 6) 262
Lampiran 23 Pedoman Wawancara Untuk Konselor Sekolah 267
Lampiran 24 Lembar Presensi Pertemuan Konseling 268
Lampiran 25 Dokumentasi Penelitian 272
Lampiran 26 Surat Ijin Permohonan Kepala SMK Negeri 1 Pemalang 273
Lampiran 27 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian 273

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sekarang ini pendidikan di Indonesia sedang berusaha untuk mencapai mutu pendidikan yang bagus. Agar mutu pendidikan yang bagus dapat tercapai, maka seorang siswa harus belajar dengan tekun karena tanggung jawab seorang siswa adalah belajar. Belajar adalah suatu proses usaha dimana seseorang berinteraksi langsung dengan menggunakan semua alat inderanya terhadap objek belajar dan lingkungan dengan membaca, mengamati, mendengarkan, dan meniru sehingga menghasilkan suatu tingkah laku yang mengalami perubahan seperti dalam pengertian, cara berpikir, kebiasaan, ketrampilan, kecakapan, ataupun sikap yang bertujuan untuk penguasaan materi ilmu pengetahuan. Dengan kata lain, pendidikan juga tidak hanya untuk mencetak individu yang pandai dan terampil, tetapi juga menanamkan sikap dan kepribadian yang sesuai dengan nilai-nilai dan norma-norma di dalam masyarakat. Seperti kebiasaan, kecakapan, dan berkepribadian yang baik serta salah satunya yaitu tanggung jawab belajar siswa. Siswa di tuntut untuk wajib belajar agar ia dapat mencapai suatu prestasi yang gemilang.

Rendahnya prestasi belajar siswa semata-mata tidak hanya disebabkan oleh rendahnya inteligensi siswa. Walaupun memiliki rencana belajar yang baik, namun hal itu akan tinggal rencana jika tidak dilakukan dengan baik. Sikap malas

PERPUSTAKAAN UNNES

belajar, menunda-nunda pekerjaan rumah, dan akhirnya menyontek juga merupakan salah satu ciri orang yang tidak bertanggung jawab terhadap belajar. Oleh karena itu rasa tanggung jawab sangatlah penting di dalam mencapai prestasi belajar.

Rasa tanggung jawab juga tidak muncul secara otomatis pada diri seseorang karena itu, penanaman dan pembinaan tanggung jawab pada anak hendaknya dilakukan sejak dini agar sikap dan tanggung jawab ini bisa muncul pada diri anak. Anak dapat belajar bersikap tanggung jawab itu bisa diperoleh dari hasil interaksi dengan orang tua (pendidikan keluarga), guru dan teman sebayanya (pendidikan di sekolah), serta dengan masyarakat (pendidikan di masyarakat). Tanggung jawab bisa tertanam sejak kecil jika tanggung jawab anak telah dibentuk lebih awal di rumah karena pengaruh orang tua. Misalnya saja orang tua dapat memberi nasihat mana perbuatan-perbuatan yang melanggar aturan dan norma agar dia mengetahui letak kesalahannya dan kemudian anak di ajarkan untuk bersikap bertanggung jawab atas apa yang mereka perbuat dengan penuh kesadaran diri dan kerelaan hati. Karena pendidikan keluarga merupakan pendidikan yang pertama dan utama yang diperoleh anak. Seperti yang dikutip oleh Sjarkawi (2008: 41) menjelaskan bahwa:

> mereka yang memiliki tingkat pertimbangan moral lebih tinggi, secara signifikan memiliki tingkat sosialisasi dan tanggung jawab yang lebih tinggi. Sebaliknya, mereka yang memiliki tingkat pertimbangan moral rendah, secara signifikan memiliki tingkat sosialisasi dan tanggung jawab yang rendah.

PERPUSTAKAAN UNNES

Dari kutipan tersebut bisa kita pahami bahwa untuk memiliki moral yang tinggi pada anak maka perlu kita ajarkan perilaku tanggung jawab dalam keluarga melalui proses sosialisasi dengan anggota keluarga itu sendiri maupun dengan masyarakat luar.

Selain pendidikan keluarga, anak juga perlu mendapat pendidikan di sekolah setelah mendapat pendidikan dari keluarga, sehingga dapat mengenal lingkungan baru seperti berinteraksi dengan guru dan teman-teman sebayanya. Sesuai yang telah dicantumkan di UU RI No. 20 tahun 2003 Sistem Pendidikan Nasional Pasal 3 yang berbunyi "Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab".

Berdasarkan pernyataan undang-undang tersebut, maka dapat dijelaskan bahwa pendidikan juga disebut sebagai proses pembentukan pribadi mandiri dan proses pendewasaan diri. Rifa'i dan Anni (2009: 71) menyebutkan bahwa "masa dewasa merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru". Diharapkan anak dapat berusaha mandiri dalam menyelesaikan tugas-tugas disekolahnya tanpa bergantung dengan bantuan orang lain misalnya dalam menyelesaikan PR tidak lagi menyontek temannya, karena ia sadar akan tanggung jawabnya sebagai siswa adalah belajar dan mengerjakan tugas-tugas itu dengan baik. Pendidikan sebagai proses pendewasaan diri juga

bertujuan agar siswa dapat berpikir secara matang dan dewasa dengan kata lain adanya perubahan sikap yang lebih baik, bisa mengatur dirinya sendiri, adanya sikap tanggung jawab akan kewajiban yang harus ia lakukan sebagai siswa yaitu belajar, dan berani menerima resiko dan sanksi apapun bila ia melanggar suatu aturan dan norma tertentu.

Siswa kelas XI SMK sudah memasuki masa remaja. Seperti yang dikemukakan oleh Myers (1996) dalam Desmita (2008: 194) bahwa "ketika kemampuan kognitif mereka mencapai kematangan, kebanyakan anak remaja mulai memikirkan tentang apa yang diharapkan dan melakukan kritik terhadap masyarakat mereka, orang tua mereka, dan bahkan terhadap kekurangan diri mereka sendiri". Berdasarkan pendapat tersebut, bahwa melakukan kritikan terhadap diri sendiri mencerminkan seorang siswa kelas XI seharusnya sudah bisa mengatur diri sendiri, memilih mana yang baik dan mana yang buruk untuk dirinya sendiri serta harus sudah bisa bertanggung jawab terhadap apa yang telah dilakukan. Menurut Piaget juga remaja sudah mampu berpikir sistematik untuk memecahkan permasalahan yang dihadapinya.

Tanggung jawab adalah suatu sikap dimana seseorang tersebut mempunyai kesediaan menanggung segala akibat atau sanksi yang telah dituntutkan (oleh kata hati, oleh masyarakat, oleh norma-norma agama) melalui latihan kebiasaan yang bersifat rutin dan diterima dengan penuh kesadaran, kerelaan, dan berkomitmen. Segala sikap dan perilaku harus bisa dipertanggungjawabkan kepada diri sendiri, kehidupan bermasyarakat, lingkungan, negara, dan kepada Tuhan YME. Belajar dikatakan sebagai suatu

proses usaha dimana seseorang berinteraksi langsung dengan menggunakan semua alat inderanya terhadap objek belajar dan lingkungan dengan membaca, mengamati, mendengarkan, dan meniru sehingga menghasilkan suatu tingkah laku yang mengalami perubahan seperti dalam pengertian, cara berpikir, kebiasaan, ketrampilan, kecakapan, ataupun sikap yang bertujuan untuk penguasaan materi ilmu pengetahuan. Sehingga dapat didefinisikan bahwa tanggung jawab belajar merupakan suatu proses dimana seseorang berinteraksi langsung menggunakan semua alat inderanya terhadap objek belajar dan lingkungan melalui pendidikan di sekolah yang menghasilkan perubahan tingkah laku seperti pengetahuan, cara berpikir, ketrampilan, sikap, nilai dan kesediaan menanggung segala akibat dari kegiatan belajar dengan penuh kesadaran dan kerelaan yang bertujuan untuk menguasai materi ilmu pengetahuan.

Seseorang yang dilandasi dengan rasa tanggung jawab, maka ia dapat meningkatkan perkembangan potensinya melalui belajar sesuai dengan harapan dan keinginan dirinya sendiri maupun lingkungan sekitar. Sikap tanggung jawab belajar tersebut dapat dicirikan seperti: (1) melakukan tugas belajar dengan rutin tanpa harus diberi tahu, (2) dapat menjelaskan alasan atas belajar yang dilakukannya, (3) tidak menyalahkan orang lain dalam belajar, (4) mampu menentukan pilihan kegiatan belajar dari beberapa alternatif, (5) melakukan tugas sendiri dengan senang hati, (6) bisa membuat keputusan yang berbeda dari keputusan orang lain dalam kelompoknya, (7) mempunyai minat yang kuat untuk menekuni belajar, (8) menghormati dan menghargai aturan di sekolah, (9) dapat

berkonsentrasi dalam belajar, dan (10) memiliki rasa bertanggung jawab erat kaitannya dengan prestasi di sekolah.

Sikap-sikap tersebut adalah cerminan dari gambaran orang yang mempunyai tanggung jawab dalam belajar. Lain halnya dengan fenomena yang peneliti temukan di SMK Negeri 1 Pemalang menunjukkan beberapa siswa yang memiliki tanggung jawab belajar rendah terjadi pada siswa kelas XI. Data ini diperoleh dari hasil wawancara awal dengan guru BK di sekolah dan didukung dengan data hasil penyebaran skala psikologis yang dilakukan oleh peneliti di kelas XI. Berdasarkan wawancara awal dengan guru BK gejala ini ditandai dengan ciri-ciri sebagai berikut: (1) siswa mengerjakan PR di sekolah dengan cara menyontek temannya, (2) berbicara dengan temannya dan bermain *handphone* saat guru menjelaskan, (3) tidak siap untuk ulangan, (4) lebih memilih bermain *game* daripada belajar, (5) kurang dapat berkonsentrasi dalam belajar, dan (6) kurang mempunya minat dan komitmen dalam belajar.

Selain wawancara penulis juga menyebarkan skala psikologis kepada siswa kelas XI. Skala tanggung jawab belajar dalam penelitian ini terdiri dari satu variabel yaitu tanggung jawab belajar dan terdiri dari sepuluh indikator yaitu melakukan tugas belajar dengan rutin tanpa harus diberi tahu, dapat menjelaskan alasan atas belajar yang dilakukannya, tidak menyalahkan orang lain dalam belajar, mampu menentukan pilihan kegiatan belajar dari beberapa alternatif, melakukan tugas sendiri dengan senang hati, bisa membuat keputusan yang berbeda dari keputusan orang lain dalam kelompoknya, mempunyai minat yang kuat untuk menekuni belajar, menghormati dan menghargai aturan di sekolah,

dapat berkonsentrasi dalam belajar, dan memiliki rasa bertanggung jawab erat kaitannya dengan prestasi di sekolah.

Skala tanggung jawab belajar dalam penelitian ini terdapat lima kategori yaitu sangat tinggi (ST), tinggi (T), sedang (S), rendah (R), dan sangat rendah (SR). Berikut data dari hasil skala psikologis yang diberikan kepada 70 anak pada siswa kelas XI menunjukkan bahwa:

Tabel 1.1 Hasil Skala Psikologis Kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang

No.	Indikator	Jumlah siswa (%)	
		Kategori Rendah (R)	Kategori Sangat Rendah (SR)
1.	Melakukan Tugas Rutin	13 (21,7%)	-
2.	Dapat menjelaskan alasan belajar	3 (5%)	-
3.	Tidak Menyalahkan Orang Lain	8 (13,4%)	1 (1,7%)
4.	Mampu Menentukan Pilihan Kegiatan Belajar	8 (13,4%)	-
5	Menghormati dan Menghargai Aturan Sekolah	3 (5%)	-
6.	Melakukan Tugas Sendiri	15 (25%)	-
7.	Mampu Membuat Keputusan yang Berbeda dalam Kelompok	3 (5%)	-
8.	Tanggung Jawab terhadap Prestasi Sekolah	-	5 (8,4%)
9.	Konsentrasi dalam Belajar	13 (21,7%)	4 (6,7%)
10.	Minat dalam Belajar	6 (10%)	1 (1,7%)

Dalam fenomena di atas menunjukkan bahwa terdapat gejala-gejala tanggung jawab belajar yang rendah pada siswa di sekolah. Apabila tanggung jawab belajar tersebut tidak ditingkatkan maka hal ini akan berakibat pada menurunnya hasil belajar siswa, tidak tercapainya perkembangan potensi dengan

baik, kebiasaan kurangnya kedisiplinan diri, dan bahkan siswa tidak naik kelas. Agar siswa tidak mengalami hal tersebut, maka konselor sebagai pendidik juga harus bisa membantu menanamkan sikap tanggung jawab belajar kepada siswanya melalui keahlian yang dimilikinya. Peneliti berpandangan bahwa dengan menggunakan konseling *behavioral* diharapkan kepribadian yang bertanggung jawab dalam belajar siswa dapat ditingkatkan. Seperti yang telah kita ketahui bahwa layanan konseling *behavioral* merupakan pendekatan konseling yang berpandangan bahwa setiap tingkah laku dapat dipelajari. Salah satu tujuan pendekatan ini yaitu membantu konseli menghapus tingkah laku yang merusak diri atau *maladaptif* dan mempelajari tingkah laku baru yang lebih sehat dan sesuai (*adjustive*). Oleh karena itu untuk meningkatkan tanggung jawab belajar siswa terhadap kegiatan belajar di sekolah maupun di rumah, maka peneliti menggunakan layanan konseling *behavioral* ini sangatlah tepat.

Dalam pendekatan *behavioral* terdapat beberapa teknik khusus, antara lain yaitu: penguatan positif (*positive reinforcement*), kartu berharga (*token economy*), pembentukan (*shaping*), kontrak perilaku (*contingency contracting*), penokohan (*modeling*), pengelolaan diri (*self management*), penghapusan (*extinction*), pembanjiran (*flooding*), penjenuhan (*satiation*), hukuman (*punishment*), dan *disensitisasi sistematis*.

Dari beberapa teknik konseling *behavioral* di atas, salah satu teknik yang dipilih oleh peneliti yaitu teknik *self-management* (pengelolaan diri). Pengelolaan diri *(self-management)* merupakan suatu teknik yang mengarah kepada pikiran dan perilaku individu untuk membantu konseli dalam mengatur

dan mengubah perilaku ke arah yang lebih efektif melalui proses belajar tingkah laku baru. Sebelum peneliti melakukan penelitian ini, ada diantara penelitian terdahulu yang meneliti tentang teknik *self-management.* Penelitian sebelumnya terdapat jurnal penelitian yang dilakukan oleh Marwi dan Sutijono (2012: 7-8) yang berjudul "Penggunaan Strategi Pengelolaan Diri *(Self-Management)* untuk Mengurangi Tingkat Kemalasan Belajar Pada Siswa Kelas VIII E MTs Al Rosyid Dander Bojonegoro". Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada 8 siswa kelas VIII E yang memiliki kategori perilaku malas belajar tinggi. Ke-8 siswa tersebut adalah MSA, AB, MAN, NFA, SH, AI, MIM, dan ST. Sampel ini diperoleh melalui angket pada pengukuran awal. Perilaku malas belajar yang dialami oleh 8 siswa telah mengalami perubahan yang signifikan dari tinggi ke sedang setelah diberi perlakuan sebanyak 5 kali pertemuan dengan konseling kelompok. Subyek MSA dari skor 64 menjadi 52, AB dari skor 59 menjadi 53, MAN dari skor 57 menjadi 54, NFA dari skor 67 menjadi 54, SH dari skor 63 menjadi 52, AI dari skor 58 menjadi 52, MIM dari skor 57 menjadi 53, dan ST dari skor 58 menjadi 52. Hal itu menunjukkan bahwa malas belajar menurun setelah pemberian konseling kelompok dengan strategi *self-management* pada siswa kelas VIII E MTs Al-Rosyid Dander Bojonegoro.

Jurnal di atas sangat mendukung dalam penelitian ini karena teknik *self-management* dapat mengurangi perilaku malas belajar, sehingga memotivasi peneliti untuk membuktikan penelitian ini bahwa *self-management* sangatlah tepat untuk meningkatkan tanggung jawab belajar siswa. Teknik *self-management* menunjuk pada suatu teknik dalam terapi *kognitif-behavior* yang dirancang untuk

membantu konseli mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri ke arah yang lebih efektif. Peneliti akan menangani tanggung jawab belajar siswa dengan cara mengatur perilaku siswa agar mampu mengelola perilaku, pikiran, dan perasaan dalam diri untuk mencapai tujuan tertentu, yaitu mempunyai tanggung jawab belajar. Menurut Gunarsa (2004: 224) bahwa "dalam melaksanakan teknik *self-management*, konselor membantu konseli dalam menyusun rencana yang meliputi pemantauan diri (*self-monitoring*), penilaian diri (*self-evaluation*), penguatan diri (*self-reinforcement*) dan sasaran perilaku (*target behavior*)". Penggunaan strategi ini diharapkan konseli mengatur, memantau dan mengevaluasi dirinya sendiri untuk mencapai perubahan kebiasaan yang lebih baik. Tujuan dari *self-management* yaitu untuk mengatur perilakunya sendiri yang bermasalah pada diri sendiri maupun orang lain. Masalah-masalah tersebut dapat ditangani dengan menggunakan tenik pengelolaan diri *(self management)* yang salah satunya yaitu perilaku yang tidak berkaitan dengan orang lain tetapi mengganggu orang lain dan diri sendiri. Misalnya perilaku kurangnya tanggung jawab siswa terhadap tugas pekerjaan rumah. Peristiwa tersebut dapat mengganggu diri sendiri yang berakibat merosotnya prestasi belajar dan dapat mengganggu orang lain jika siswa tersebut sering menyontek hasil pekerjaan teman. Peristiwa kurangnya tanggung jawab belajar juga bisa dilihat pada saat siswa berbicara sendiri dengan teman dan bermain *handphone* saat guru menjelaskan di kelas. Hal itu dapat mengganggu teman lainnya yang sedang berkonsentrasi mendengarkan penjelasan guru.

Kemudian manfaat teknik *self-management* juga mengubah lingkungan atau kebiasaan sehingga menjadi perilaku yang tidak dikehendaki hanya dapat dilakukan pada waktu dan tempat tertentu saja (Sukadji, 1983: 97-98 dalam Komalasari, 2011: 181). Kebiasaan siswa yang kurang bertanggung jawab terhadap belajar ini bisa diubah melalui teknik *self-management*.

Berdasarkan paparan diatas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa untuk meningkatkan sikap tanggung jawab belajar siswa, maka konselor perlu membantu konselinya dengan menggunakan layanan konseling behavioral berbasis *self-management*. Tetapi sebelumnya, penulis ingin membuktikannya secara langsung dengan melakukan penelitian eksperimen dengan judul *"Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Dengan Layanan Konseling Individual Berbasis Self-Management Pada Siswa Kelas XI di SMK Negeri 1 Pemalang Tahun Pelajaran 2013/2014"*.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan sebelumnya maka permasalahan utama dalam penelitian ini adalah apakah layanan konseling individual berbasis *self-management* dapat meningkatkan tanggung jawab belajar siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Pemalang?

Rincian rumusan masalah yang muncul dari permasalahan utama yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah:

PERPUSTAKAAN UNNES

1.2.1 Bagaimana gambaran tanggung jawab belajar siswa di SMK Negeri 1 Pemalang sebelum diberi layanan konseling individual berbasis *self-management*?

1.2.2 Bagaimana gambaran tanggung jawab belajar siswa di SMK Negeri 1 Pemalang belajar setelah diberi layanan konseling individual berbasis *self-managemen*?

1.2.3 Apakah konseling individual berbasis *self-management* dapat meningkatkan tanggung jawab belajar siswa dan seberapa besar peningkatannya pada siswa?

1.3 Tujuan Penelitian

Sejalan dengan rumusan masalah tersebut, maka tujuan utama yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah layanan konseling individual berbasis *self-management* dapat meningkatkan tanggung jawab belajar siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Pemalang.

Secara lebih rinci, tujuan penelitian yang muncul dari tujuan utama yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah:

1.3.1 Untuk memperoleh data empiris dan menganalisis tentang gambaran tanggung jawab belajar siswa di SMK Negeri 1 Pemalang sebelum diberi layanan konseling individual berbasis *self-management*.

1.3.2 Untuk memperoleh data empiris dan menganalisis tentang gambaran tanggung jawab belajar siswa di SMK Negeri 1 Pemalang sesudah diberi layanan konseling individual berbasis *self-management.*

1.3.3 Untuk mengetahui apakah konseling individual berbasis *self-management* dapat meningkatkan tanggung jawab belajar siswa dan seberapa besar peningkatannya pada siswa SMK Negeri 1 Pemalang.

1.4 Manfaat Penelitian

Terdapat dua manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini, yaitu manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis.

1.4.1 Manfaat Teoritis

1.4.1.1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah sumbangan pemikiran ilmiah dan menambah ilmu pengetahuan baru bagi penulis.

1.4.1.2. Hasil penelitian ini juga dapat memberikan masukan baru bagi pengembangan ilmu pengetahuan pada umumnya serta pengembangan ilmu bimbingan dan konseling pada khususnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi siswa

Melalui penelitian ini diharapkan siswa dapat mempunyai sikap tanggung jawab terhadap belajar yang akan bermanfaat untuk kehidupan di masa depan.

1.4.2.2 Bagi guru pembimbing

Memberikan sumbangan pemikiran, informasi, dan evaluasi bagi guru BK di sekolah dalam rangka pengembangan layanan bimbingan dan konseling khususnya layanan konseling individual berbasis *self-management* untuk mampu meningkatkan tanggung jawab belajar siswa.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

1.4.2.3 Bagi peneliti

Penelitian ini memberikan kesempatan dan pengalaman kepada peneliti untuk terjun ke lapangan secara langsung bahwa untuk meningkatkan perilaku tanggung jawab belajar pada anak dapat ditingkatkan melalui layanan konseling individual berbasis *self-management*.

1.5 Sistematika Skripsi

Untuk mempermudah dalam menelaah skripsi ini, maka dalam penyusunannya dibuat sistematika sebagai berikut:

Bab 1 Pendahuluan, pada bab ini dikemukakan tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika skripsi.

Bab 2 Kajian Pustaka, berisi kajian mengenai landasan teori yang mendasari penelitian: penelitian terdahulu, kajian teoritis mengenai tanggung jawab belajar, konseling individual berbasis *self-management* dan meningkatkan tanggung jawab belajar dengan layanan konseling individual berbasis *self-management*, dan hipotesis penelitian.

Bab 3 Metode Penelitian, pada bab ini berisi uraian metode penelitian yang digunakan dalam penyusunan skripsi. Metode penelitian ini meliputi: (1) jenis dan desain penelitian, (2) variabel penelitian, (3) populasi, sampel, dan teknik *sampling*, (4) metode dan alat pengumpulan data, (5) validitas dan reliabilitas instrumen, dan (6) teknik analisis data.

Bab 4 Hasil Penelitian dan Pembahasan, bab ini berisi tentang hasil penelitian yang meliputi analisis deskriptif persentase, analisis uji *wilcoxon*, dan deskripsi proses pemberian *treatment*. Serta pembahasan hasil penelitian dan keterbatasan penelitian.

Bab 5 Penutup, bab ini berisi tentang penyajian simpulan hasil penelitian dan penyajian saran sebagai implikasi dari hasil penelitian yang diakhiri dengan daftar pustaka dan lampiran-lampiran yang mendukung.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

BAB 2

KAJIAN PUSTAKA

Pada bab ini akan menguraikan terlebih dahulu mengenai penelitian terdahulu yang sudah dilakukan oleh peneliti sebelumnya, kemudian akan membahas mengenai kajian pustaka yang dapat mendukung penelitian dan teori-teori yang melandasi penelitian ini, yang meliputi: (1) Tanggung Jawab Belajar, (2) Konseling Behavioral, (3) Teknik *Self-Management*, dan (4) Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Dengan Layanan Konseling Individual Berbasis *Self-Management*.

2.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu adalah penellitian yang sudah dilakukan sebelum-sebelumnya oleh peneliti lain. Tujuannya adalah sebagai bahan masukan bagi peneliti pemula dan untuk membandingkan antara penelitian yang satu dengan yang lainnya. Sebelum diuraikan mengenai teori-teori yang berkaitan dengan penelitian yang berjudul "Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Dengan Layanan Konseling Individual Berbasis *Self-Management* Pada Siswa Kelas XI di SMK Negeri 1 Pemalang", terlebih dahulu akan dipaparkan mengenai beberapa penelitian terdahulu yang dapat mendukung penelitian tersebut. Penelitian terdahulu yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Penelitian yang dilakukan oleh Pamungkas (2012: 143) yang berupa skripsi yang berjudul "Upaya Mengatasi Rendahnya Tanggung Jawab Belajar Siswa Melalui Konseling Individual dengan Pendekatan Konseling Realita (Studi Kasus Pada Tiga Orang Siswa Kelas IX.D di SMP Negeri 3 Pekalongan Tahun Pelajaran 2011/2012)". Hasil Penelitiannya menunjukkan bahwa adanya perubahan perilaku ke arah yang positif setelah diberikannya konseling individual dengan pendekatan realita. Perubahan positif itu antara lain adanya kesadaran siswa untuk belajar dirumah, berusaha membiasakan diri untuk mengerjakan PR sendiri, berkomitmen untuk benar-benar melakukan kewajiban belajar sebagai seorang siswa.

Penelitian yang dilakukan juga oleh Rahmawati, Febriana Kusumadewi (2011: 67) yang berupa skripsi dengan judul "Mengembangkan Tanggung Jawab Belajar Melalui Pendekatan Konseling *Gestalt* Pada Siswa SMA Negeri 2 Semarang Tahun Pelajaran 2009/2010". Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa adanya peningkatan tanggung jawab belajar siswa kelas XI SMA Negeri 2 Semarang. Peningkatan disini maksudnya meningkatkan dari yang rendah (50,90%) menjadi kriteria yang tinggi (78,19%) dengan rata-rata peningkatan sebesar 27,23%, sehingga ada peningkatan tanggung jawab belajar siswa setelah dilaksanakan layanan konseling *gestalt* selama 8 kali pertemuan pada 5 siswa tersebut.

Kemudian penelitian juga dilakukan oleh Fitriana, A (2009: 72) yang berupa skripsi dengan judul "Pengaruh Pemanfaatan Sumber Belajar dan Tanggung Jawab Siswa Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas XI SMA Negeri 1

Batang". Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara pemanfaatan sumber belajar dan tanggung jawab siswa terhadap prestasi belajar siswa. Pengaruh tersebut bersifat positif yang menunjukkan bahwa jika pemanfaatan sumber belajar dan tanggung jawab siswa yang tinggi maka semakin tinggi pula prestasi belajar siswa tersebut.

Penelitian yang dilakukan oleh Marwi dan Sutijono (2012: 8) yang berupa jurnal yang berjudul "Penggunaan Strategi Pengelolaan Diri *(Self-Management)* Untuk Mengurangi Tingkat Kemalasan Belajar Pada Siswa Kelas VIII E MTs Al Rosyid Dander Bojonegoro". Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa perilaku malas belajar yang dialami oleh 8 anak telah mengalami perubahan dari tinggi ke sedang. Hal itu menunjukkan bahwa strategi *self-management* dapat mengurangi tingkat kemalasan belajar pada siswa kelas VIII E MTs Al-Rosyid Dander Bojonegoro.

Penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti dan Muhari (2012: 9) yang berupa jurnal dengan judul "Penerapan Konseling Kelompok dengan Strategi *Self-Management* untuk Mengurangi Kebiasaan Bermain *Video Games*". Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa perilaku kebiasaan bermain video *games* yang dialami oleh 6 anak telah mengalami penurunan dengan rata-rata skor tiap individu adalah 13 skor setelah dilakukan *treatment* sebanyak 8 kali pertemuan. Hal ini terjadi karena mereka melaksanakan strategi *self-management* dengan kesadaran dan motivasi yang tinggi untuk mengurangi kebiasaan bermain *video games*. Hal ini menunjukkan bahwa strategi *self-management* dapat mengurangi kebiasaan bermain video *games*.

Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Wulandari, dkk (2013: 10) yang berupa jurnal dengan judul "Penerapan Konseling *Behavioral* Teknik *Positive Reward* untuk Meningkatkan *Responsibility Academic* Siswa Kelas X.6 SMA Laboratorium Undiksha Tahun Pelajaran 2012/2013". Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa perilaku *responsibility academic* dapat ditingkatkan melalui konseling behavioral teknik *positive reward* dengan melakukan 2 kali siklus kepada 29 siswa. Peningkatan dari skor awal ke siklus I adalah sebesar 14% dan siklus I ke siklus II adalah 5%. Secara keseluruhan rata-rata peningkatan skornya adalah 70%. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa konseling behavioral teknik *positive reward* dapat meningkatkan *responsibility academic* siswa.

Berdasarkan penelitian terdahulu tersebut mengenai layanan konseling individual berbasis *self-management* yang dapat meningkatkan tanggung jawab belajar siswa, maka peningkatan tanggung jawab belajar melalui layanan konseling individual tersebut belum pernah diteliti sebelumnya. Hal ini yang mendukung peneliti untuk meneliti tanggung jawab belajar siswa dengan layanan konseling individual berbasis *self-management* berdasarkan referensi yang sudah ada tersebut untuk memperkuat penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti.

2.2 Tanggung Jawab Belajar

2.2.1 Konsep Tanggung Jawab Belajar

Sebelum kita mempelajari tentang tanggung jawab belajar maka kita bahas terlebih dahulu mengenai pengertian tanggung jawab itu sendiri.

Rasa tanggung jawab tidak muncul secara otomatis pada diri seseorang karena itu, penanaman dan pembinaan tanggung jawab pada anak hendaknya dilakukan sejak dini agar sikap dan tanggung jawab ini bisa muncul pada diri anak. Karena anak yang diberi tugas tertentu akan berkembang rasa tanggung jawabnya (Benyamin Spock, 1991 dalam Astuti, 2005: 13). Seseorang yang dilandasi dengan rasa tanggung jawab, maka ia dapat meningkatkan perkembangan potensinya melalui belajar sesuai dengan keinginan dirinya sendiri maupun lingkungan sekitar. Orientasi belajar anak yang sesuangguhnya adalah mengembangkan rasa tanggung jawab belajar.

Sebelum kita membahas tentang pengertian tanggung jawab, terlebih dahulu untuk mengidentifikasi tentang sifat hakikat manusia.

Menurut Tirtorahardjo dan Sulo (2005: 4) wujud sifat hakikat manusia yang dikemukakan oleh faham eksistensialisme adalah: (1) kemampuan menyadari diri; (2) kemampuan bereksistensi; (3) kata hati (*Conscience of Man*); (4) moral; (5) tanggung jawab; (6) rasa kebebasan; (7) kewajiban dan hak; dan (8) kemampuan menghayati kebahagiaan.

PERPUSTAKAAN UNNES

> Dari wujud sifat hakikat manusia di atas, maka menurut Tirtarahardja dan Sulo (2005: 8) bahwa tanggung jawab diartikan sebagai keberanian untuk menentukan sesuatu perbuatan sesuai dengan tuntutan kodrat manusia, dan bahwa hanya karena itu perbuatan tersebut dilakukan sehingga sanksi apa pun yang dituntutkan (oleh kata hati, oleh masyarakat, oleh norma-norma agama), diterima dengan penuh kesadaran dan kerelaan.

Dari penjelasan tersebut bahwa seseorang yang mempunyai kesediaan bertanggung jawab yang tinggi berarti apa yang ia perbuat sesuai dengan kata

hati. Kemudian kesediaan dan kerelaannya menerima konsekuensi dari perbuatan juga diartikan sebagai perwujudan kesadaran seseorang akan kewajibannya dalam bertanggung jawab terhadap suatu perbuatannya. Jika seseorang telah memiliki sikap tanggung jawab terhadap apa yang ia perbuat, maka seseorang itu juga telah memiliki sikap yang disiplin.

Kemampuan berdisiplin dan bertanggung jawab tidaklah lahir dengan sendirinya, tetapi bertumbuh melalui proses dan latihan kebiasaan yang bersifat rutin dalam kehidupan sehari-hari. Maka dari itu sifat disiplin dan tanggung jawab harus ditanamkan sejak kecil agar nantinya mereka akan terbiasa untuk hidup disiplin dan bertanggung jawab.

Dalam buku karangan Zubaedi (2011: 78), para pegiat pendidikan karakter membagi sembilan pilar pendidikan karakter yang salah satunya yaitu "tanggung jawab (*responsibility*) maksudnya mampu mempertanggungjawabkan serta memiliki perasaan untuk memenuhi tugas dengan dapat dipercaya, mandiri, dan berkomitmen". Sesuai pendapat tersebut bahwa orang yang bertanggung jawab ditandai dengan adanya komitmen yang tinggi, menyelesaikan tugas dengan penuh rasa percaya diri, optimis, dan mandiri.

Selanjutnya menurut pendapat Zubaedi (2011: 76) bahwa "tanggung jawab adalah sikap dan perilaku seseorang untuk melaksanakan tugas dan kewajibannya, yang seharusnya dilakukan terhadap diri sendiri, masyarakat, lingkungan (alam, sosial, dan budaya), negara, dan Tuhan YME". Zubaedi mengartikan bahwa segala sikap dan perilaku harus bisa dipertanggungjawabkan

kepada diri sendiri, kehidupan masyarakat, lingkungan, negara, dan kepada Tuhan YME.

Menurut Pam Schiller & Tamera Bryant (dalam Astuti, 2005: 17) “tanggung jawab adalah perilaku yang menentukan bagaimana kita bereaksi terhadap situasi hari, yang memerlukan beberapa jenis keputusan yang bersifat moral”. Menurut pendapat Wuryanano (2007) seorang motivator bahwa istilah “tanggung jawab adalah siap menerima kewajiban atau tugas”. Masih banyak orang yang merasa sulit, merasa keberatan, bahkan tidak sanggup jika diberikan suatu tanggung jawab. Masih banyak yang mengelak untuk bertanggung jawab, karena jauh lebih mudah untuk “menghindari” daripada “menerima” tanggung jawab.

Berdasarkan uraian pendapat di atas maka dapat dipahami bahwa tanggung jawab adalah suatu sikap dimana seseorang tersebut mempunyai kesediaan menanggung segala akibat atau sanksi yang telah dituntutkan (oleh kata hati, oleh masyarakat, oleh norma-norma agama) melalui latihan kebiasaan yang bersifat rutin dan diterima dengan penuh kesadaran, kerelaan, dan berkomitmen.

Menurut Syah (2003: 68) bahwa “belajar adalah tahapan perubahan seluruh tingkah laku individu yang relatif menetap sebagai hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan proses kognitif”. Seseorang telah mengalami perubahan tingkah laku sebagai hasil dari pengalamannya di dalam kehidupan sehari-hari dan interaksi dengan lingkungannya yang melibatkan proses kognitif seperti cara berpikir seseorang sehingga menghasilkan suatu tingkah laku.

Menurut Cronbach (dalam Ahmadi dan Supriyono, 2004: 127) bahwa "belajar yang efektif adalah melalui pengalaman, dalam prosesnya seseorang berinteraksi langsung dengan objek belajar dengan menggunakan semua alat inderanya". Pengalaman berinteraksi langsung dengan objek belajar dengan menggunakan semua alat indera seperti mempraktekan, mengamati, mempelajari langsung, mendengarkan, dan menelaah objek belajar lebih efektif daripada tidak sama sekali.

Menurut Hamalik (2009: 154) berpendapat bahwa "belajar adalah perubahan tingkah laku yang relatif mantap berkat latihan dan pengalaman". Lalu menurut Witherington (dalam Purwanto, 2007: 84), "belajar adalah suatu perubahan di dalam kepribadian yang menyatakan diri sebagai suatu pola baru dari pada reaksi yang berupa kecakapan, sikap, kebiasaan, kepandaian, atau suatu pengertian". Belajar juga dikatakan sebagai suatu proses usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan sebagai hasil pengalaman individu itu sendiri dalam interaksi dengan lingkungan (Ahmadi dan Supriyono, 2004: 128).

Sardiman (2011: 20) mendefinisikan bahwa "belajar adalah perubahan tingkah laku atau penampilan, dengan serangkaian kegiatan misalnya dengan membaca, mengamati, mendengarkan, meniru, dan lain sebagainya". Dengan serangkaian kegiatan seperti itu, maka belajar bertujuan untuk usaha penguasaan materi ilmu pengetahuan. Konsep seperti ini dalam praktiknya banyak dianut di sekolah-sekolah.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa belajar adalah suatu proses usaha dimana seseorang berinteraksi langsung dengan menggunakan semua alat inderanya terhadap objek belajar dan lingkungan dengan membaca, mengamati, mendengarkan, dan meniru sehingga menghasilkan suatu tingkah laku yang mengalami perubahan seperti dalam pengertian, cara berpikir, kebiasaan, ketrampilan, kecakapan, ataupun sikap yang bertujuan untuk penguasaan materi ilmu pengetahuan.

Tugas seorang siswa adalah belajar. Belajar sangatlah penting dalam meningkatkan dan mengasah potensi yang dimilikinya agar bermanfaat bagi dirinya sendiri, masyarakat, bangsa dan negara. Salah satu sikap siswa untuk dapat menjadi disiplin baik di sekolah, di rumah dan di lingkungan sekitar yaitu bertanggung jawab terhadap belajar.

Memiliki rasa bertanggung jawab erat kaitannya dengan prestasi di sekolah. Untuk belajar diperlukan tanggung jawab pribadi yang besar (Harris, Clemes & Reynold Bean dalam Astuti, 2005: 26). Setiap siswa mempunyai tanggung jawab pribadi artinya hasil yang diperoleh berasal dari perbuatan serta faktor-faktor dari dalam diri siswa sendiri. Misalnya keberhasilan siswa dalam ujian nasional bukan karena faktor keberuntungan atau karena kasih sayang guru, melainkan karena kesungguhannya dalam belajar. Adanya kesungguhan dalam belajar itu karena ia memiliki rasa tanggung jawab belajar yang besar.

Tanggung jawab belajar juga termasuk dalam tanggung jawab terhadap diri sendiri karena menentukan kesadaran setiap orang untuk memenuhi kewajibannya sendiri sebagai siswa yaitu belajar dengan tekun. Dengan adanya

kesungguhan dalam belajar maka dapat mencapai prestasi yang baik kemudian kelak di masa depan dapat menguntungkan bagi dirinya sendiri yaitu kesuksesan dalam hidup.

Menurut Djamarah dan Zain (2010: 87) bagi siswa yang memiliki tanggung jawab belajar akan memberi manfaat untuk: (1) lebih merangsang siswa dalam melakukan aktivitas belajar individual ataupun kelompok; (2) dapat mengembangkan kemandirian siswa di luar pengawasan guru; (3) dapat membina tanggung jawab dan disiplin siswa; dan (4) dapat mengembangkan kreativitas siswa.

Berdasarkan uraian yang disebutkan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tanggung jawab belajar adalah suatu proses dimana seseorang berinteraksi langsung menggunakan semua alat inderanya terhadap objek belajar dan lingkungan melalui pendidikan di sekolah yang menghasilkan perubahan tingkah laku seperti pengetahuan, cara berpikir, ketrampilan, sikap, nilai dan kesediaan menanggung segala akibat dari kegiatan belajar dengan penuh kesadaran, kerelaan, rasa memiliki, dan disiplin yang bertujuan untuk menguasai materi ilmu pengetahuan.

2.2.2 Ciri-ciri Tanggung Jawab Belajar

Menurut Wulandari (2013: 2) secara umum siswa yang bertanggung jawab terhadap belajar dapat dilihat dari ciri-ciri sebagai berikut:

1) Akan senantiasa mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh gurunya sampai tuntas baik itu tugas yang diberikan di sekolah maupun PR yang harus mereka kerjakan di rumah.
2) Selalu berusaha menghasilkan sesuatu tanpa rasa lelah dan putus asa.
3) Selalu berpikiran positif disetiap kesempatan dan dalam situasi apapun.
4) Tidak pernah menyalahkan orang lain atas kesalahan yang telah diperbuatnya.

Sedangkan ciri-ciri seorang anak yang bertanggung jawab menurut Anton Adiwiyato (2001:89) dalam Astuti (2005: 27) antara lain yaitu:

1) Melakukan tugas rutin tanpa harus diberi tahu
2) Dapat menjelaskan apa yang dilakukannya
3) Tidak menyalahkan orang lain yang berlebihan
4) Mampu menentukan pilihan dari beberapa alternatif
5) Bisa bermain atau bekerja sendiri dengan senang hati
6) Bisa membuat keputusan yang berbeda dari keputusan orang lain dalam kelompoknya
7) Punya beberapa saran atau minat yang ia tekuni
8) Menghormati dan menghargai aturan
9) Dapat berkonsentrasi pada tugas-tugas yang rumit
10) Mengerjakan apa yang dikatakannya akan dilakukan
11) Mengakui kesalahan tanpa mengajukan alasan yang dibuat-buat.

Pendapat lain dari Zubaedi (2011: 40) menyatakan bahwa tanggung jawab juga ditandai dengan adanya sikap yang rasa memiliki, disiplin, dan empati. Rasa memiliki maksudnya seseorang itu mempunyai kesadaran akan memiliki tanggung jawab yang harus dilakukan; disiplin berarti seseorang itu bertindak yang menunjukkan perilaku yang tertib dan patuh pada berbagai peraturan; dan empati berarti seseorang itu mampu mengidentifikasi dirinya dalam keadaan

perasaan dan pikiran yang sama dengan orang atau kelompok lain dan tidak merasa terbebani akan tanggung jawabnya itu.

Berdasarkan ciri-ciri tersebut, maka indikator dari sikap tanggung jawab belajar antara lain yaitu: (1) melakukan tugas belajar dengan rutin, (2) dapat menjelaskan alasan atas belajar yang dilakukannya, (3) tidak menyalahkan orang lain yang berlebihan dalam belajar, (4) mampu menentukan pilihan dari kegiatan belajar, (5) melakukan tugas sendiri dengan senang hati, (6) bisa membuat keputusan yang berbeda dari keputusan orang lain dalam kelompoknya, (7) mempunyai minat untuk menekuni belajar, (8) menghormati dan menghargai aturan di sekolah, (9) dapat berkonsentrasi pada belajar yang rumit, dan (10) memiliki rasa bertanggung jawab erat kaitannya dengan prestasi di sekolah.

Beberapa indikator tersebut akan dijelaskan sebagai berikut:

2.2.2.1 Melakukan tugas belajar dengan rutin

Belajar adalah suatu kewajiban dan tanggung jawab sebagai seorang siswa yang hasilnya akan diraih dimasa mendatang. Belajar tidak perlu memakan waktu lama asal dilakukan secara rutin setiap hari minimal satu jam, harus bisa membagi waktu dengan baik, memanajemen tugas dengan efisien, dan mempunyai inisiatif untuk belajar. Banyak siswa yang merasa keteteran dengan tugas-tugas sekolah, hal itu dikarenakan tidak dikerjakan dengan sedikit demi sedikit secara rutin. Belajar secara rutin adalah cerminan siswa yang mempunyai kesadaran diri akan tanggung jawabnya.

2.2.2.2 Dapat menjelaskan alasan atas belajar yang dilakukannya

Siswa yang bertanggung jawab akan dapat menjelaskan alasan mengapa ia belajar dan untuk tujuan apa ia belajar. Misalnya saja karena keinginan sendiri untuk pandai, ingin mendapat nilai bagus, supaya bisa mengusai materi yang disampaikan oleh guru, dan tentunya untuk mencapai cita-cita yang diinginkan.

2.2.2.3 Tidak menyalahkan orang lain yang berlebihan dalam belajar

Pelaku perbuatan merupakan orang pertama yang akan menanggung akibat perbuatannya yang salah. Siswa yang baik adalah tidak lempar batu sembunyi tangan. Kita yang berbuat, maka kita yang harus mempertanggung jawabkannya. Selain tidak menyalahkan orang lain dan keadaan, tanggung jawab bisa digambarkan dengan mengakui kesalahan yang telah diperbuat dan berusaha lapang dada apabila terjadi sesuatu yang tidak sesuai keinginannya.

2.2.2.4 Mampu menentukan pilihan dari kegiatan belajar

Siswa dalam hal belajar harus mampu menentukan pilihan-pilihan alternatif dalam kegiatan belajar dimana siswa tersebut nantinya akan bisa menggunakan waktu sebaik mungkin sehingga tidak terbuang sia-sia. Bentuk-bentuk kegiatan belajar siswa tersebut beraneka ragam, seperti diantara siswa terjalin kerjasama yang baik (misalnya diskusi, kerja kelompok, dan sebagainya). Selain itu siswa mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi ketika belajar, misalnya mencari hiburan untuk selingan ketika merasa jenuh dengan belajar, menggaris bawahi materi yang penting agar lebih mudah dibaca, dan sebagainya.

PERPUSTAKAAN UNNES

2.2.2.5 Melakukan tugas sendiri dengan senang hati

Melakukan tugas sendiri dengan senang hati dapat digambarkan dengan mengerjakan tugas tanpa merasa terbebani dan tidak tergantung pada orang lain (mandiri) dalam belajar dengan berusaha semaksimal mungkin. Sesuatu yang dikerjakan dengan senang hati akan membuahkan hasil yang baik.

2.2.2.6 Bisa membuat keputusan yang berbeda dari keputusan orang lain dalam kelompoknya

Ciri tanggung jawab belajar berikutnya adalah bisa membuat keputusan yang berbeda dari keputusan orang lain di dalam kelompoknya. Hal itu bisa digambarkan dengan kreatif dalam berpendapat, mampu mengambil keputusan dengan baik, dan bersedia menanggung segala resiko dari keputusan yang telah diambil.

2.2.2.7 Mempunyai minat yang kuat untuk menekuni belajar

Minat yang kuat untuk menekuni belajar yaitu adanya keinginan dan kemauan yang disertai perhatian dan keaktifan siswa untuk melahirkan rasa senang dalam belajarnya. Minat yang kuat akan menimbulkan usaha yang gigih serius dan tidak mudah putus asa dalam menghadapi tantangan. Adanya minat dalam belajar misalnya ditandai dengan mengikuti les untuk mata pelajaran yang disukai, berusaha memperoleh nilai yang baik, tidak mudah putus asa, mencatat apa yang dijelaskan oleh guru, dan sebagainya.

2.2.2.8 Menghormati dan menghargai aturan di sekolah

Menghormati dan menghargai aturan sekolah merupakan kewajiban dan hal yang utama sebagai seorang pelajar dimana kita hatus selalu menaati

aturan tersebut seperti memakai seragam lengkap, datang ke sekolah tepat waktu, menghormati peraturan-peraturan yang dibuat oleh sekolah, dan ikut berpartisipasi dalam kebersihan lingkungan sekolah.

2.2.2.9 Dapat berkonsentrasi pada belajar yang rumit

Berkonsentrasi dalam belajar yaitu memusatkan pikiran terhadap pelajaran dengan mengesampingkan semua hal lainnya yang tidak ada hubungannya dengan pelajaran. Misalnya fokus mengikuti pelajaran dari awal hingga akhir, merasa nyaman dengan keadaan sekitar, teliti dalam mengerjakan sesuatu, mampu menenangkan diri ketika takut dan cemas, mampu mengabaikan sesuatu yang tidak ada hubungannya dengan belajar, mampu sejenak melupakan masalah agar dapat berkonsentrasi pada belajar, dan sebagainya.

2.2.2.10 Memiliki rasa bertanggung jawab erat kaitannya dengan prestasi di sekolah

Siswa yang bertanggung jawab dengan prestasi di sekolah dapat digambarkan dengan sikap melakukan apa yang telah direncanakan dalam belajar, mempunyai kesadaran akan tanggung jawabnya, dan suka rela dalam melakukan sesuatu.

2.2.3 Faktor-faktor Rendahnya Tanggung Jawab Belajar

Menurut pendapat Sudani, dkk (2013: 3) dalam jurnalnya menyebutkan bahwa:

> pada dasarnya, perilaku tanggung jawab belajar siswa yang rendah dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain yaitu: (1) kurangnya kesadaran siswa tersebut akan pentingnya melaksanakan hak dan kewajiban yang merupakan tanggung jawabnya, (2) kurang memiliki

rasa percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki, dan (3) layanan bimbingan konseling yang dilakukan oleh Guru BK dalam menangani perilaku tanggung jawab belajar secara khusus belum terlaksana secara optimal di kelas.

Berdasarkan faktor-faktor tersebut, maka siswa yang memiliki perilaku tanggung jawab rendah, perlu mendapat bimbingan dan konseling secara khusus agar mampu menjadi siswa yang berprestasi dan bertanggung jawab. Konselor harus berusaha membantu siswanya agar memiliki kesadaran dan kesanggupan untuk menepati janji atau tuntutan dalam menjalankan tugas, serta memliki rasa percaya diri akan kemampuan yang dimilikinya. Karena dengan adanya rasa percaya diri, motivasi, kebiasaan, sikap dan komitmen yang kuat dari dalam diri siswa untuk belajar, maka diharapkan siswa tersebut akan timbul kesadaran dan tanggung jawabnya sebagai seorang siswa yaitu belajar dengan tekun.

2.2.4 Dinamika Tanggung Jawab Belajar

Dinamika merupakan sesuatu yang mengandung arti selalu bergerak, berkembang ataupun keadaan yang berhubungan dengan perubahan. Sedangkan dinamika tanggung jawab belajar, berarti perubahan siswa yang sebelumnya kurang bertanggung jawab terhadap belajar berubah menjadi adanya peningkatan dalam tanggung jawab belajar seorang siswa.

Seorang siswa bisa dikatakan kurang adanya tanggung jawab dalam belajar antara lain yaitu: (1) tidak mengerjakan tugas yang diberikan guru; (2) berbicara sendiri saat guru menjelaskan; (3) tidak siap untuk ulangan; (4) selalu menyontek tugas teman; (5) tidak mempunyai minat dan komitmen dalam belajar; (6) tidak menaati peraturan di sekolah; (7) tidak dapat berkonsentrasi dalam

belajar; (8) tidak bertanggung jawab terhadap prestasi sekolah; (9) menyalahkan orang lain atas perbuatan sendiri dalam hal belajar; dan (10) tidak mempunyai kedisiplinan diri.

Ciri-ciri tersebut adalah gejala-gejala siswa tidak mempunyai tanggung jawab belajar. Apabila tanggung jawab belajar tersebut tidak ditingkatkan maka hal ini akan berakibat pada menurunnya hasil belajar siswa, tidak tercapainya perkembangan potensi dengan baik, dan kebiasaan kurangnya kedisiplinan diri. Agar siswa tidak mengalami hal tersebut, maka konselor sebagai pendidik harus bisa membantu siswa dalam meningkatkan tanggung jawab belajarnya. Peneliti berpandangan bahwa dengan menggunakan teknik *self-management*, siswa dapat mengontrol dirinya untuk belajar. Berikut adalah ciri-ciri siswa yang mempunyai tanggung jawab belajar yaitu: (1) melakukan tugas belajar dengan rutin tanpa harus diberi tahu, (2) dapat menjelaskan alasan atas belajar yang dilakukannya, (3) tidak menyalahkan orang lain dalam beljar, (4) mampu menentukan pilihan kegiatan belajar dari beberapa alternatif, (5) melakukan tugas sendiri dengan senang hati, (6) bisa membuat keputusan yang berbeda dari keputusan orang lain dalam kelompoknya, (7) mempunyai minat yang kuat untuk menekuni belajar, (8) menghormati dan menghargai aturan di sekolah, (9) dapat berkonsentrasi dalam belajar, dan (10) memiliki rasa bertanggung jawab erat kaitannya dengan prestasi di sekolah.

PERPUSTAKAAN UNNES

2.2.5 Jenis-jenis Tanggung Jawab Belajar

Menurut Tirtorahardjo (2005: 8) tanggung jawab berdasarkan wujudnya terdiri dari: (1) tanggung jawab kepada diri sendiri, (2) tanggung jawab kepada masyarakat, dan (3) tanggung jawab kepada Tuhan. Berikut penjelasan dari ketiga jenis tanggung jawab berdasarkan wujudnya:

2.2.5.1 Tanggung jawab kepada diri sendiri

Hakikat manusia sebagai makhluk individu yang mempunyai kepribadian yang utuh, dalam bertingkah laku, dalam menentukan perasaan, dalam menentukan keinginannya, dan dalam menuntut hak-haknya. Namun, sebagai individu yang baik maka harus berani menanggung tuntutan kata hati, misalnya dalam bentuk penyesalan yang mendalam.

2.2.5.2 Tanggung jawab kepada masyarakat

Selain hakikat manusia sebagai makhluk individu, manusia juga sebagai makhluk sosial yang berada di tengah-tengah masyarakat dan tidak mungkin untuk hidup sendiri. Oleh karena itu, manusia dalam berpikir, bertindak, berbicara dan segala aktivitasnya, manusia terikat oleh masyarakat, lingkungan dan negara. Maka dari itu segala tingkah laku ataupun perbuatannya harus dipertanggungjawabkan kepada masyarakat. Tanggung jawab kepada masyarakat juga menanggung tuntutan-tuntutan berupa sanksi-sanksi dan norma-norma sosial, misalnya seperti cemoohan masyarakat, hukuman penjara, dan lain-lain.

2.2.5.3 Tanggung jawab kepada Tuhan

Manusia di alam semesta ini tidaklah muncul dengan sendirinya, namun ada yang menciptakan yaitu Tuhan YME. Sebagai makhluk ciptaan Tuhan manusia wajib mengabdi kepadanya dan juga menanggung tuntutan norma-norma

agama serta melakukan kewajibannya terhadap Tuhan YME. Sebagai bentuk perilaku bertanggung jawab kepada Tuhan misalnya yaitu mempunyai perasaan berdosa dan terkutuk.

Berdasarkan penjelasan tentang jenis-jenis tanggung jawab tersebut, maka tanggung jawab belajar siswa termasuk dalam jenis tanggung jawab kepada diri sendiri. Artinya, siswa tersebut harus bisa menanggung kata hatinya untuk bersedia melakukan kewajibannya sebagai siswa yaitu belajar. Siswa tersebut harus bisa berkomitmen untuk membiasakan diri dalam belajar dengan baik dan disiplin.

2.3 Konseling Behavioral dengan Teknik *Self-Management*

2.3.1 Konseling Behavioral (*Behavioral Therapy*)

Dalam pandangan behavioral, perilaku dibentuk berdasarkan hasil dari segenap pengalamannya yang berupa interaksi individu dengan lingkungan sekitarnya yang membentuk sebuah kepribadian seseorang. Sehingga dapat diubah dengan memanipulasi dan mengkreasikan kondisi-kondisi belajar. Kepribadian seseorang dengan yang lainnya berbeda-beda karena kenyataannya manusia memiliki pengalaman yang berbeda dalam kehidupannya. Menurut Gladding (2004) dalam Lesmana (2008: 29) bahwa “dalam proses konseling, konselor berfungsi sebagai konsultan, guru, penasihat, pemberi dukungan dan fasilitator”. Maksudnya konselor dalam pendekatan ini biasanya berfungsi sebagai guru, pengarah dan ahli yang mendiagnosa tingkah laku yang maladaptif dan menentukan prosedur untuk mengatasi persoalan tingkah laku individu.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG PERPUSTAKAAN UNNES

Pandangan behavioral tentang hakikat manusia yaitu: (1) bahwa manusia itu bersifat netral, artinya manusia dapat berperilaku baik atau buruk, salah atau benar; (2) bahwa perilaku manusia dihasilkan dari antara bawaan genetik dan pengaruh lingkungan sekitar; (3) manusia juga sebagai penghasil tingkah laku (produsen) dan pengguna tingkah laku (konsumen); (4) tingkah laku manusia dihasilkan dari proses belajar dengan lingkungan; dan (5) manusia cenderung memilih sesuatu yang disenangi dan menghindari sesuatu yang tidak disenangi.

Menurut Willis (2004: 70) bahwa "para konselor behavioral memandang kelainan perilaku sebagai kebiasaan yang dipelajari. Karena itu dapat diubah dengan mengganti situasi positif yang direkayasa sehingga kelainan perilaku berubah menjadi positif". Modifikasi perilaku menyimpang itu melalui pengubahan situasi lingkungan positif yang direkayasa sehingga dapat menstimulus terjadinya perilaku yang positif.

Menurut Winkel dan Hastuti (2004: 419) bahwa "perubahan dalam perilaku itu harus diusahakan melalui suatu proses belajar (*learning*) atau belajar kembali (*relearning*), yang berlangsung selama proses konseling". Dengan kata lain proses konseling pada dasarnya juga dipandang sebagai proses belajar. Proses belajar disini maksudnya belajar untuk bertingkah laku ke arah yang lebih baik dengan bantuan konselor kemudian pada akhirnya klien dapat terbiasa dengan berperilaku yang adaptif meskipun tanpa dibimbing konselor terus-menerus.

Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa konseling behavioral adalah suatu teknik terapi dalam konseling yang

berlandaskan teori belajar yang berfokus pada tingkah laku individu untuk membantu konseli mempelajari tingkah laku baru dalam memecahkan masalahnya melalui teknik-teknik yang berorientasi tindakan. Tujuan konseling behavioral yaitu: (1) menciptakan perilaku baru, (2) menghapus perilaku yang tidak sesuai, dan (3) memperkuat dan mempertahankan perilaku yang diinginkan.

Menurut Komalasari (2011: 157) berpendapat bahwa asumsi tingkah laku yang bermasalah dalam konseling behavioral adalah:

> 1) Tingkah laku yang berlebihan (*excessive*), tingkah laku yang berlebihan misalnya yaitu: merokok, terlalu banyak main games, dan sering memberi komentar di kelas. Tingkah laku excessive dirawat dengan menggunakan teknik konseling untuk menghilangkan atau mengurangi tingkah laku.
> 2) Tingkah laku yang kurang (*deficit*), adapun tingkah laku yang *deficit* adalah terlambat masuk sekolah, tidak mengerjakan tugas dan bolos sekolah. tingkah laku deficit diterapi dengan menggunakan teknik meningkatkan tingkah laku.

Berdasarkan pendapat tersebut maka dapat disimpulkan bahwa perilaku rendahnya tanggung jawab belajar beserta ciri-cirinya maka dapat dikategorikan ke dalam tingkah laku yang kurang (*deficit*). Oleh karena itu untuk meningkatkan tanggung jawab belajar siswa terhadap kegiatan belajar di sekolah maupun di rumah, maka penulis dalam memberikan layanan konseling pendekatan behavioral sangatlah tepat.

Konseling behavioral mempunyai prosedur dan tahapan dalam konseling. Berikut adalah prosedur dan tahapannya:

PERPUSTAKAAN UNNES

Tabel 2.1 Prosedur dan Tahapan Konseling Behavioral

a. Konselor memulai pembicaraan dan merespon secara sensitif untuk menangkap masalah utama.	b. Klien menyatakan masalah dalam istilah behavioral atau menyetujui deskripsi oleh konselor.
d. Konselor dan klien menyetujui masalah mana yang akan diatasi dahulu.	c. Klien menyatakan masalah lain yang berhubungan dengan masalah utama.
e. Klien setuju dengan tujuan konseling termasuk memperhitungkan perubahan dan faktor-faktor lain.	f. Tindakan alternatif pemecahan masalah dipertimbangkan klien dan konselor.
h. Konselor dan klien menyetujui sub tujuan sebagai prasyarat mencapai tujuan akhir.	g. Klien menyediakan bukti bahwa dia menyadari konsekuensi setiap tindakan yang dipertimbangkan.
i. Konselor dan klien menyetujui tindakan mana yang akan dicoba pertama kali.	j. Konselor dan klien menyetujui terhadap evaluasi kemajuan pencapaian tujuan.
l. Menyusun tujuan yang baru dikembangkan dan disetujui bersama	k. Klien dan konselor memonitor kemajuan perilaku klien.
m. Tindakan klien yang baru diseleksi bersama dan disetujui.	n. Klien dan konselor memonitor kemajuan perilaku klien.
p. Konselor dan klien menyetujui bahwa tujuan telah dicapai.	o. Klien dan konselor menerapkan perubahan dan belajar ke pemeliharaan perubahan.
q. Konselor membuktikan bahwa perubahan perilaku telah dipelihara tanpa konselor.	

Sumber: Latipun (2008: 55)

2.3.2 Teknik *Self-Management*

Salah satu teknik yang dipilih peneliti dalam konseling behavioral adalah teknik *self-management*. Peneliti memilih teknik *self-management* dalam meningkatkan tanggung jawab belajar siswa dengan alasan karena teknik ini bertujuan untuk membantu konseli dalam mengatur, memantau, dan mengevaluasi dirinya sendiri dalam mencapai perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik

yaitu siswa dapat bertanggung jawab dalam belajarnya. Penulis juga berpandangan bahwa melalui layanan konseling individual berbasis *self-management* sangatlah tepat dalam mengupayakan siswa mengembangkan kemandirian siswa di luar pengawasan guru dan orang tua. Berikut adalah penjelasan teori tentang teknik *self-management*.

2.3.2.1 Konsep Dasar

Self-management sama artinya dengan kemampuan mengatur diri dan mengarahkan diri. Kemampuan mengatur diri dapat mencegah individu dari keadaan malasuai atau penyimpangan kepribadian. Dalam penggunaan strategi ini diharapkan konseli dapat mengatur, memantau dan mengevaluasi dirinya sendiri untuk mencapai perubahan kebiasaan tingkah laku yang lebih baik. Berikut beberapa pendapat dari para ahli tentang konsep *self-management* :

Menurut Gunarsa (2004: 223) mengemukakan bahwa "pengelolaan diri *(self management)* adalah prosedur dimana klien menggunakan keterampilan dan teknik mengurus diri untuk menghadapi masalahnya, yang dalam terapi tidak langsung diperoleh". Keterampilan tersebut diperoleh pada saat proses konseling karena perubahan dalam perilaku itu harus diusahakan melalui suatu proses belajar (*learning*) atau belajar kembali (*relearning*). Sedangkan menurut Nursalim (2013: 149) bahwa "*self-management* adalah suatu proses di mana konseli mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri, dengan menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi". Jadi dalam proses konseling walaupun konselor yang mendorong dan melatih prosedur ini, tetapi konselilah yang tetap mengontrol pelaksanaannya. Sehingga dari sinilah konseli mendapat suatu

PERPUSTAKAAN UNNES

ketrampilan untuk mengurus diri. Strategi tersebut terdapat tiga macam yaitu *self-monitoring* (memonitor diri), *stimulus-control*, dan *self-reward* (ganjar diri).

> Menurut Mappiare (2006: 297) *self management* menunjuk pada suatu teknik dalam terapi *kognitif-behavior* berlandaskan pada teori belajar yang dirancang untuk membantu para klien mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri ke arah tingkah laku yang lebih efektif, sering dipadukan dengan ganjar-diri (*self-reward*); belakangan sering pula dipertukarpakaian dengan metode administrasi-diri, kendali-diri dan teknik regulasi-diri untuk menunjuk proses yang sama.

Pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa, *self-management* merupakan suatu teknik yang mengarah kepada pikiran dan perilaku individu untuk membantu konseli dalam mengatur dan merubah perilaku ke arah yang lebih efektif melalui proses belajar tingkah laku baru. Dalam arti membuang respon-respon lama (tingkah laku bermasalah) terhadap pembentukan respon-respon yang baru (yang menjadi tujuan konseling).

Gie (2000: 77) berpendapat bahwa "manajemen diri berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemauan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna". Pengelolaan diri *(self management)* adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri (Komalasari, 2011: 180). Pada teknik ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar yaitu: menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut (Sukadji, 1983: 96 dalam Komalasari, 2011: 180).

PERPUSTAKAAN UNNES

Strategi *self-management* dapat melibatkan membantu klien untuk dapat mengamati perilakunya, menetapkan tujuan bagi dirinya sendiri, mengidentifikasi penguat yang cocok, merencanakan *graded steps* (langkah-langkah yang diberi nilai) untuk mencapai tujuannya, dan menetapkan kapan menerapkan konsekuensinya (Cormier & Nurius, 2002 dalam Nelson dan Jones, 2011: 476). Dari teori tersebut, konselor perlu membantu klien dalam merancang program, konselor harus bisa membantu klien agar bisa mempersepsi bahwa dirinyalah yang telah memilih tujuan dan klien harus bisa percaya diri untuk menyelesaikan tugas-tugas untuk tercapainya tujuan konseling yang diharapkan.

Berdasarkan uraian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa teknik *self-management* merupakan teknik terapi dalam konseling behavior yang membantu konseli dapat mendorong diri sendiri untuk maju, untuk dapat mengatur, memantau dan mengevaluasi dirinya sendiri dalam mencapai perubahan kebiasaan tingkah laku yang lebih baik dalam kehidupan pribadi melalui tahap menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut.

PERPUSTAKAAN UNNES

2.3.2.2 Tujuan

Tujuan dari pengelolaan diri yaitu untuk mengatur perilakunya sendiri yang bermasalah pada diri sendiri maupun orang lain. Menurut Sukadji (1983) dalam Komalasari (2011: 181), masalah-masalah tersebut yang dapat ditangani dengan menggunakan tenik pengelolaan diri *(self management)* antara lain yaitu:

1) Perilaku yang tidak berkaitan dengan orang lain tetapi mengganggu orang lain dan diri sendiri.
2) Perilaku yang sering muncul tanpa diprediksi waktu kemunculannya, sehingga kontrol dari orang lain menjadi kurang efektif. Seperti menghentikan merokok dan diet.
3) Perilaku sasaran berbentuk verbal dan berkaitan dengan evaluasi diri dan kontrol diri. Misalnya terlalu mengkritik diri sendiri.
4) Tanggung jawab atas perubahan atau pemeliharaan tingkah laku adalah tanggung jawab konseli. Contohnya adalah konseli sedang menulis skripsi.

Dalam proses konseling, koselor dan konseli bersama-sama untuk menentukan tujuan yang ingin dicapai. Konselor mengarahkan konselinya dalam menetukan tujuan, sebaliknya konseli pun juga harus aktif dalam proses konseling. Setelah proses konseling *self-management* berakhir diharapkan siswa dapat mempola perilaku, pikiran, dan perasaan yang diinginkan; dapat menciptakan keterampilan belajar yang baru sesuai harapan; dapat mempertahankan keterampilannya sampai di luar sesi konseling; serta perubahan yang mantap dan menetap dengan arah prosedur yang tepat.

PERPUSTAKAAN UNNES

2.3.2.3 Manfaat

Dalam penerapan teknik pengelolaan diri *(self management)* tanggung jawab keberhasilan konseling berada di tangan konseli. Konselor berperan sebagai pencetus gagasan, fasilitator yang membantu merancang program serta motivator bagi konseli (Sukadji, 1983: 96 dalam Komalasari, 2011: 181).

Dalam pelaksanaan *self-management* biasanya diikuti dengan pengaturan lingkungan untuk mempermudah terlaksananya *self-management*. Pengaturan lingkungan dimaksudkan untuk menghilangkan faktor penyebab

(antecedent) dan dukungan untuk perilaku yang akan dikurangi. Pengaturan lingkungan dapat berupa:

1) Mengubah lingkungan fisik sehingga perilaku yang tidak dikehendaki sulit dan tidak mungkin dilaksanakan. Misalnya orang yang suka "ngemil" mengatur lingkungan agar tidak tersedia makanan yang memancing keinginan untuk "ngemil".
2) Mengubah lingkungan sosial sehingga lingkungan sosial ikut mengontrol tingkah laku konseli.
3) Mengubah lingkungan atau kebiasaan sehingga menjadi perilaku yang tidak dikehendaki hanya dapat dilakukan pada waktu dan tempat tertentu saja (Sukadji, 1983: 97-98 dalam Komalasari, 2011: 181).

2.3.2.4 Peran Konselor dan Konseli

Seperti yang telah kita ketahui, bahwa dalam konseling behavior peran konselor adalah sebagai guru, mentor, fasilitator dan pemberi dukungan kepada konselinya dalam mengarahkan konseli untuk mencapai tujuannya. Sebaliknya peran konseli dalam mengikuti teknik *self-management* juga diharapkan harus lebih aktif dalam proses konseling. Seperti yang dikemukakan oleh Cormier & Cormier dalam Hartono & Soedarmadji (2012: 125) menyatakan bahwa "keaktifan ini ditunjukkan untuk mengatur atau memanipulasi lingkungan sesuai dengan perilaku apa yang akan dibentuk". Ada beberapa catatan untuk melaksanakan teknik ini, yaitu:

1) Konseli harus aktif berperan dalam setiap bagian proses konseling.
2) Konseli didorong untuk melakukan introspeksi diri dan mengajari aspek-aspek konseling dengan cara mengembangkan tindakan yaitu keterampilan yang spesifik.
3) Konseli harus berpikir bahwa proses konseling berhubungan dengan kejadian internal.
4) Konseli mempunyai tanggung jawab yang besar terhadap hasil yang akan dicapai.
5) Konseli belajar teknik *self-reinforcement*.

6) Konselor bertindak sebagai mentor (dalam Hartono & Soedarmadji, 2012: 126)

Dalam teknik *self-management* ini, konseli lebiih banyak belajar dalam mengatur diri, memberi dukungan pada diri sendiri, belajar untuk bertanggung jawab menerima konsekuensi yang telah menjadi pilihannya, dan belajar keterampilan-keterampilan yang diperoleh secara tidak langsung dari proses konseling.

2.3.2.5 Faktor-faktor Keefektifan dalam Pelaksanaan Teknik Self-Management

Setiap konseli pasti mempunyai harapan-harapan agar tujuannya tercapai dalam konseling, begitu juga konselor juga berusaha untuk membantu konseli dalam mencapai tujuan konseling. Cormier & Cormier (1985) dalam Hartono & Soedarmadji (2012: 126) menyatakan bahwa agar pelaksanaan strategi *self-management* dapat dilaksanakan secara efektif, maka ada beberapa faktor yang perlu diperhatikan, yaitu:

1) adanya kombinasi beberapa strategi konseling di mana beberapa diantaranya berfokus pada *antecedent* dan yang lainnya pada konsekuensi dari perilaku tertentu;
2) konsistensi penggunaan salah satu strategi dalam kurun waktu tertentu;
3) bukti evaluasi diri sendiri, penentuan sasaran dengan standar tinggi;
4) gunakan *self-management* secara tertutup, verbal atau dengan bentuk materi-materi tertentu; dan
5) adanya dukungan eksternal/lingkungan.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

2.3.2.6 Tahap-tahap Self-Management

Menurut Komalasari, dkk (2011: 182) menyebutkan bahwa pengelolaan diri biasanya dilakukan dengan mengikuti langkah-langkah sebagai berikut:

2.3.2.6.1 Tahap Monitor Diri atau Observasi Diri

Pada tahap ini konseli dengan sengaja mengamati tingkah lakunya sendiri serta mencatatnya dengan teliti. Catatan ini dapat menggunakan daftar cek atau catatan observasi kualitatif. Hal-hal yang perlu diperhatikan oleh konseli dalam mencatatat tingkah laku adalah frekuensi, intensitas, dan durasi tingkah laku.

Dalam penelitian ini konseli mengobservasi apakah dirinya sudah bertanggung jawab terhadap belajar atau belum. Konseli mencatat berapa kali dia belajar dalam sehari, seberapa sering dia belajar, dan seberapa lama dia melakukan aktivitas dalam belajarnya.

2.3.2.6.2 Tahap evaluasi diri

Pada tahap ini konseli membandingkan hasil catatan tingkah laku dengan target tingkah laku yang telah dibuat oleh konseli. Perbandingan ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas dan efisiensi program. Bila program tersebut tidak berhasil, maka perlu ditinjau kembali program tersebut, apakah target tingkah laku yang ditetapkan memiliki ekspektasi yang terlalu tinggi, perilaku yang ditargetkan tidak cocok, atau penguatan yang diberikan tidak sesuai.

Dalam penelitian ini konseli mengevaluasi antara hasil catatan tingkah laku dalam tanggung jawab belajarnya kemudian dibandingkan dengan target tingkah laku yang ingin dicapai apakah program sudah tercapai atau belum. Jika

belum maka perlu ditinjau kembali apakah target perilaku tidak cocok atau *reinforcement* yang diberikan tidak sesuai.

2.3.2.6.3 Tahap pemberian penguatan, penghapusan, dan hukuman

Pada tahap ini konseli mengatur dirinya sendiri, memberikan penguatan, menghapus, dan memberi hukuman pada diri sendiri. Tahap ini merupakan tahap yang paling sulit karena membutuhkan kemauan yang kuat dari konseli untuk melaksanakan program yang telah dibuat secara kontinyu (Sukadji, 1983, p. 99-101 dalam Komalasari, 2011: 182).

Dalam penelitian ini jika konseli telah menunjukkan adanya sikap tanggung jawab belajar maka konseli akan diberikan sebuah penguatan atau *reward* yang telah ditentukan. Namun jika konseli ternyata belum menunjukkan sikap tanggung jawabnya maka konseli akan diberikan *punishment* yang telah ditentukan.

Sedangkan menurut Cormier dan Cormier (1985) dalam Nursalim (2013: 150), terdapat tiga strategi *self-management*, yaitu: (1) *self-monitoring*, (2) *stimulus-control*, dan (3) *self-reward*. Strategi tersebut asing-masing akan dijelaskan di bawah ini yaitu:

2.3.2.6.1 *Self-Monitoring*

Menurut Cormier (1985) dalam Nursalim (2013: 153) monitor diri (*self-monitoring*) adalah proses yang yang mana konseli mengobservasi dan mencatat sesuatu tentang dirinya sendiri dan interaksinya dengan situasi lingkungan.

Tabel 2.2
Langkah-langkah *Self-Monitoring*

Langkah-langkah	Keterangan
1. Rasional	Berisi tujuan dan *overview* (gambaran singkat) prosedur strategi.
2. Penentuan respons yang diobservasi	Memilih target respon yang akan dimonitor: 1. Jenis respons 2. Kekuatan/valensi respons 3. Jumlah respons
3. Mencatat respons	a. Saat mencatat/*timing* mencatat: 1. Mencatat sebelum kemunculan perilaku digunakan untuk mengurangi respons. Mencatat sesudah kemunculan perilaku digunakan untuk menambah respons. 2. Mencatat dengan segera. 3. Mencatat ketika tidak ada respons-respons lain yang mengganggu pencatatan/perencanan. b. Metode mencatat: 1. Menghitung frekuensi 2. Mengukur lamanya • Mencatat terus-menerus/kontinu • Waktunya acak/sembarang/*sampling* c. Alat mencatat: 1. *Portable* seperti tusuk gigi, kerikil. 2. *Accessible* seperti tanda-tanda, bintang.
4. Membuat peta suatu respons	Membuat peta atau grafik dari jumlah perolehan keseharian yang tercatat.
5. Memperlihatkan data	Memberitahukan kepada orang-orang untuk mendapatkan dukungan lingkungan.
6. Analisis data	Ketepatan interpretasi data. Pemahaman tentang hasil evaluasi diri dan dorongan diri.

Sumber: Nursalim (2013: 154-155).

2.3.2.6.2 *Stimulus-Control*

Stimulus-control adalah penyusunan/perencanaan kondisi-kondisi lingkungan yang telah ditentukan sebelumnya, yang membuat terlaksanakannya/dilakukannya tingkah laku tertentu. Kondisi lingkungan berfungsi sebagai tanda/anteseden dari suatu respon tertentu. Dengan kata lain anteseden merupakan suatu stimulus untuk suatu respon tertentu.

2.3.2.6.3 *Self-Reward*

Self-reward digunakan untuk memperkuat atau untuk meningkatkan respon yang diharapkan atau yang menjadi tujuan. *Self-reward* berfungsi untuk mempercepat target tingkah laku. Menurut Soekadji (1983) dalam Nursalim (2013: 157) berpendapat bahwa agar penerapan *self-reward* yang efektif, perlu dipertimbangkan syarat-syarat seperti: (1) menyajikan pengukuh seketika, (2) memilih pengukuh yang tepat, (3) memilih kualitas pengukuh, (4) mengatur kondisi situasional, (5) menentukan kuantitas pengukuh, dan (6) mengatur jadwal pengukuh.

William dan Long (1979) dalam Hartono dan Soedarmadji (2012: 126) juga memberikan beberapa langkah yang dapat digunakan untuk melakukan teknik *self-management* antara lain sebagai berikut:

1) Menyeleksi tujuan konseling
2) Memonitor perilaku yang menjadi target
3) Mengubah setting kejadian
4) Mengembangkan konsekuensi yang efektif
5) Konsolidasi tujuan yang ingin dicapai.

Menurut Nelson & Jones (2011: 476), untuk memasuki tahap penguatan dalam *self-management* terdapat dua penguatan yaitu penguat eksternal dan internal. Penguat eksternal termasuk: (1) mengadministrasikan penguat baru kepada diri, yang berada di luar kehidupan klien sehari-hari, misalnya baju baru untuk peristiwa khusus; dan (2) pada mulanya menolak pengalaman sehari-hari yang menyenangkan dan kelak mengadministrasikannya berkontingensi dengan tindakan tertentu yang diinginkan. Sedangkan penguat internal termasuk pernyataan yang diucapkan kepada diri, seperti "Hebat", atau "Bagus sekali", atau juga "Aku senang karena aku berhasil" yang menunjukkan kepuasan klien karena telah mencapai tingkah laku yang diinginkan klien.

2.4 Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Dengan Layanan Konseling Individual Berbasis *Self-Management*

Untuk menciptakan kepribadian yang bertanggung jawab, maka peneliti memilih layanan konseling individual berbasis *self –management* dalam meningkatkan tanggung jawab belajar siswa. *Self-management* merupakan salah satu teknik dari konseling *behavioral*. Seperti yang telah kita ketahui bahwa layanan konseling *behavioral* merupakan pendekatan yang berpandangan bahwa setiap tingkah laku dapat dipelajari. Salah satu tujuan pendekatan ini yaitu membantu konseli membuang respons-respons yang lama yang merusak diri atau maladaptif dan mempelajari respons-respons yang baru yang lebih sehat dan sesuai (*adjustive*) (Komalasari, 2011: 156). Hal ini berarti pendekatan *behavioral* dapat mengubah perilaku maladaptif (tidak sesuai) seperti kurangnya tanggung

jawab belajar menjadi tingkah laku yang adaptif (sesuai) yaitu adanya tanggung jawab belajar siswa.

Menurut data yang diperoleh berdasarkan hasil wawancara awal dengan guru pembimbing SMK Negeri 1 Pemalang kelas XI menunjukkan bahwa terdapat beberapa siswa yang memiliki tingkat tanggung jawab belajar rendah. Ciri-ciri siswa yang memiliki tanggung jawab belajar rendah, diantaranya: (1) siswa mengerjakan PR di sekolah dengan cara menyontek temannya, (2) berbicara dengan temannya dan bermain *handphone* saat guru menjelaskan, (3) tidak siap untuk ulangan, (4) lebih memilih bermain *game* daripada belajar, (5) tidak dapat berkonsentrasi dalam belajar, dan (6) tidak mempunya minat dan komitmen dalam belajar.

Perilaku rendahnya tanggung jawab belajar beserta ciri-cirinya itu dapat dikategorikan ke dalam tingkah laku yang kurang (*deficit*). Oleh karena itu untuk meningkatkan tanggung jawab belajar siswa terhadap kegiatan belajar di sekolah maupun di rumah, maka penulis menggunakan layanan konseling *behavioral* ini sangatlah tepat.

Dalam pendekatan *behavioral* terdapat beberapa teknik khusus, salah satu teknik yang dipilih oleh penulis yaitu teknik *self-management* (pengelolaan diri). Pengelolaan diri *(self management)* merupakan teknik terapi dalam konseling behavior yang membantu konseli untuk dapat mengatur, memantau dan mengevaluasi dirinya sendiri dalam mencapai perubahan kebiasaan tingkah laku yang lebih baik melalui tahap menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku

tersebut, memilih prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut.

Sebelum peneliti melakukan penelitian ini, ada diantara penelitian terdahulu yang meneliti tentang teknik *self-management.* Penelitian sebelumnya terdapat jurnal penelitian yang dilakukan oleh Marwi dan Sutijono (vol.13, no.1, 2012: 7-8) yang berjudul "Penggunaan Strategi Pengelolaan Diri *(Self-Management)* untuk Mengurangi Tingkat Kemalasan Belajar Pada Siswa Kelas VIII E MTs Al Rosyid Dander Bojonegoro". Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada 8 siswa kelas VIII E yang memiliki kategori perilaku malas belajar tinggi. Ke-8 siswa tersebut adalah MSA, AB, MAN, NFA, SH, AI, MIM, dan ST. Sampel ini diperoleh melalui angket pada pengukuran awal. Perilaku malas belajar yang dialami oleh 8 siswa telah mengalami perubahan yang signifikan dari tinggi ke sedang setelah diberi perlakuan sebanyak 5 kali pertemuan dengan konseling kelompok. Subyek MSA dari skor 64 menjadi 52, AB dari skor 59 menjadi 53, MAN dari skor 57 menjadi 54, NFA dari skor 67 menjadi 54, SH dari skor 63 menjadi 52, AI dari skor 58 menjadi 52, MIM dari skor 57 menjadi 53, dan ST dari skor 58 menjadi 52. Hal itu menunjukkan bahwa malas belajar menurun setelah pemberian konseling kelompok dengan strategi *self-management* pada siswa kelas VIII E MTs Al-Rosyid Dander Bojonegoro.

Teknik *self-management* menunjuk pada suatu teknik dalam terapi *kognitif-behavior* yang dirancang untuk membantu konseli mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri ke arah yang lebih efektif. Peneliti akan menangani tanggung jawab belajar siswa dengan cara mengatur perilaku siswa

agar mampu mengelola perilaku, pikiran, dan perasaan dalam diri untuk mencapai tujuan tertentu, yaitu mempunyai tanggung jawab belajar. Dalam melaksanakan teknik *self-management*, konselor membantu konseli dalam menyusun rencana yang meliputi pemantauan diri (*self-monitoring*), penilaian diri (*self-evaluation*), penguatan diri (*self-reinforcement*) dan sasaran perilaku (*target behavior*) (Gunarsa, 2004: 224). Penggunaan strategi ini diharapkan konseli mengatur, memantau dan mengevaluasi dirinya sendiri untuk mencapai perubahan kebiasaan yang lebih baik.

Tujuan dari pengelolaan diri yaitu untuk mengatur perilakunya sendiri yang bermasalah pada diri sendiri maupun orang lain. Masalah-masalah tersebut yang dapat ditangani dengan menggunakan tenik pengelolaan diri *(self management)* yang salah satunya yaitu perilaku yang tidak berkaitan dengan orang lain tetapi mengganggu orang lain dan diri sendiri. Misalnya perilaku kurangnya tanggung jawab siswa terhadap tugas pekerjaan rumah. Peristiwa tersebut dapat mengganggu diri sendiri yang berakibat merosotnya prestasi belajar dan dapat mengganggu orang lain jika siswa tersebut sering menyontek hasil pekerjaan teman. Peristiwa kurangnya tanggung jawab belajar juga bisa dilihat pada saat siswa berbicara sendiri dengan teman dan bermain *handphone* saat guru menjelaskan di kelas. Hal itu dapat mengganggu teman lainnya yang sedang berkonsentrasi mendengarkan penjelasan guru.

Kemudian manfaat teknik *self-management* juga mengubah lingkungan atau kebiasaan sehingga menjadi perilaku yang tidak dikehendaki hanya dapat dilakukan pada waktu dan tempat tertentu saja (Sukadji, 1983: 97-98 dalam

Komalasari, 2011: 181). Kebiasaan siswa yang kurang bertanggung jawab terhadap belajar ini bisa diubah melalui teknik *self-management*.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat diambil pengertian bahwa untuk mewujudkan sikap tanggung jawab belajar siswa, maka konselor perlu membantu konselinya dengan menggunakan layanan konseling individu berbasis *self-management*. Dalam perubahan perilaku dilakukan dengan mengajarkan keterampilan untuk menangani masalah yaitu seseorang harus dapat mengambil keputusan yang tepat dan mendorong konseli untuk dapat bertanggung jawab atas keputusan yang diambil.

Untuk memudahkan peneliti dalam menggambarkan konseling individual berbasis *self-management* dalam meningkatkan tanggung jawab belajar siswa, maka dibuatlah kerangka berpikir. Secara umum, kerangka pemikiran dalam penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut:

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Gambar 2.1
Keefektifan Konseling Individual Berbasis *Self-Management* dalam Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar

Ciri-ciri tanggung jawab belajar rendah yang ditemui di lapangan:
1) Siswa mengerjakan PR di sekolah dengan cara menyontek temannya.
2) Berbicara dengan teman dan bermain handphone saat guru menjelaskan.
3) Tidak siap untuk ulangan.
4) Lebih memilih bermain game daripada belajar.
5) Kurang dapat berkonsentrasi dalam belajar.
6) Kurang mempunyai minat dan komitmen dalam belajar.

Konseling individual berbasis *self-management*:
- *Self-management* termasuk dalam konseling behavioral.
- Konseling behavioral bertujuan untuk mengubah perilaku maladaptif (kurang tanggung jawab belajar) menjadi tingkah laku adaptif (adanya tanggung jawab belajar).
- *Self-management* dirancang untuk membantu konseli mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri ke arah yang efektif.
- Dengan cara mengatur perilaku siswa agar mampu mengelola perilaku, pikiran, dan perasaan agar diperoleh perilaku tanggung jawab belajar.
- *Self-management* dilakukan dengan empat tahap: *self-monitoring*, *self-evaluation*, *self-reinforcement*, dan target behavior.

Ciri-ciri tanggung jawab belajar yang tinggi antara lain: (1) mengerjakan tugas rutin tanpa harus diberitahu; (2) dapat menjelaskan alasan atas belajar yang dilakukannya; (3) tidak menyalahkan orang lain yang berlebihan dalam belajar; (4) mampu menentukan pilihan dari kegiatan belajar; (5) melakukan tugas sendiri dengan senang hati; (6) bisa membuat keputusan yang berbeda dari keputusan orang lain dalam kelompoknya; (7) mempunyai minat untuk menekuni belajar; (8) menghormati dan menghargai aturan sekolah; (9) dapat berkonsentrasi pada belejar yang rumit; (10) memiliki rasa tanggung jawab dengan prestasi di sekolah; dan (11) mengakui kesalahan tanpa alasan yang dibuat-buat.

2.5 Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan (Sugiyono, 2010: 96). Merujuk pada kajian teori di atas maka hipotesis dari penelitian ini adalah tanggung jawab belajar dapat ditingkatkan melalui layanan konseling individual berbasis *self-management* pada siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Pemalang Tahun Pelajaran 2013/2014.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

BAB 3

METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan hal yang sangat penting dalam suatu penelitian. Hal ini dikarenakan di dalam metode penelitian dijelaskan mengenai urutan penelitian yang akan dilakukan yaitu berhubungan dengan teknik dan prosedur penelitian yang dipakai oleh peneliti. Tujuannya adalah agar dalam melaksanakan kegiatan penelitian dapat berjalan dengan baik, terarah, dan sistematis. Adapun langkah-langkah yang harus ditentukan antara lain yaitu: (1) jenis dan desain penelitian, (2) variabel penelitian, (3) populasi, sampel, dan teknik sampling, (4) metode dan alat pengumpulan data, (5) validitas dan reliabilitas instrumen, dan (6) teknik analisis data.

3.1 Jenis dan Desain Penelitian

3.1.1 Jenis Penelitian

Pada penelitian ini jenis penelitiannya adalah penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen menurut Arikunto (2006: 3) adalah:

> Penelitian eksperimental adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang dapat mengganggu, eksperimental dilakukan dengan maksud untuk menilai akibat suatu perlakuan.

PERPUSTAKAAN UNNES

Berdasarkan pengertian tersebut penelitian eksperimen benar-benar untuk melihat hubungan sebab-akibat. Perlakuan yang kita lakukan terhadap variabel bebas kita lihat hasilnya pada variabel terikat. Sehingga peneliti melakukan perlakuan terhadap variabel bebas dan mengamati perubahan pada variabel terikat. Selanjutnya menurut Sugiyono (2010: 107) bahwa "metode penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan". Penelitian eksperimen digunakan peneliti sesuai dengan tujuan dan permasalahan yaitu untuk meningkatkan tanggung jawab belajar pada siswa kelas XI melalui layanan konseling individual berbasis *self-management*. Sehingga, perlakuan (*treatment*) yang diberikan oleh peneliti dalam penelitian eksperimen ini adalah layanan konseling individual berbasis *self-management*.

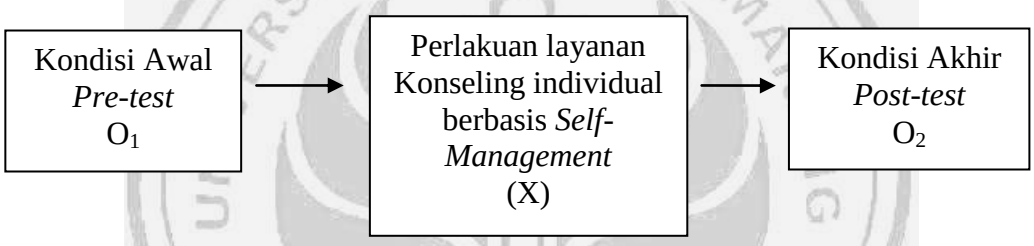
3.1.2 Desain Penelitian

Penelitian eksperimen terdapat beberapa desain penelitian antara lain yaitu *pre-eksperimental designs, true eksperimental designs, factorial designs dan quasi eksperimental designs* (Sugiyono, 2010: 109-114). Dari beberapa desain tersebut, peneliti menggunakan *pre-eksperimental designs* atau eksperimen pura-pura. Alasannya karena terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen dan tidak mempunyai kelompok kontrol.

Di dalam penelitian *pre-eksperimental designs* terdapat tiga jenis desain yaitu: (1) *one-shot case study*, (2) *one-group pretest-posttest design*, (3) *intact-group comparison* (Sugiyono, 2010: 110-111). Dalam penelitian ini peneliti

menggunakan bentuk *one-group pretest-posttest design* yaitu desain yang memberi *pre-test* (penilaian awal konseling) sebelum diberi perlakuan dan memberi *post-test* (penilaian akhir konseling) setelah diberi perlakuan. Dengan demikian hasil perlakuan dapat lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan dan dapat diketahui antara kondisi sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Desain ini dapat digambarkan seperti berikut:

Gambar 3.1
Pre-Experimental Designs* dengan *One-Group Pretest-Posttest Design



Arikunto (2006: 85)

Keterangan:

O_1 : kondisi awal sebelum diberi layanan konseling individual berbasis *self-management*

X : pemberian layanan konseling individual berbasis *self-management*

O_2 : kondisi akhir setelah diberi layanan konseling individual berbasis *self-management*

Dalam penelitian eksperimen ini, peneliti memberikan perlakuan, kemudian dilihat perubahan yang terjadi sebagai dampak dari perlakuan yang

diberikan. Adapun langkah-langkah desain yang akan ditempuh dalam pelaksanaan penelitian ini meliputi:

1) *Pre test*

Tujuan dari *pre test* dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat tanggung jawab belajar pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang sebelum diberikan perlakuan. Dalam *pre test* ini diberikan instrumen berupa skala psikologis yang berkaitan dengan tanggung jawab belajar siswa. Hasil dari *pre test* dijadikan pertimbangan dalam pemilihan sampel dan untuk dibandingkan dengan *post test*.

2) Pemberian *Treatment* (Perlakuan)

Tujuan pemberian *treatment* atau perlakuan dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan tanggung jawab belajar pada siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Pemalang melalui layanan konseling individual berbasis *self-management* dengan rencana pertemuan minimal 6 kali pertemuan. Pada setiap akhir pertemuan akan dilakukan penilaian (laiseg).

3) *Post test*

Post test dilakukan dengan mengukur perubahan yang terjadi pada konseli setelah diberikan perlakuan (*treatment*) yaitu konseling individual berbasis *self-management*. *Post test* bertujuan untuk mengetahui keberhasilan dalam pelaksanaan *treatment* dan untuk mengetahui adanya peningkatan tanggung jawab belajar siswa. Penghitungan skor perubahan setelah dilakukan *treatment* yaitu dengan cara membandingkan hasil sebelum dan sesudah pemberian *treatment.*

PERPUSTAKAAN UNNES

Tabel 3.1
Rancangan Penelitian

No.	Kegiatan	Nama Kegiatan	Waktu
1	Pertemuan 1	*Pre-test*	45 menit
2	Pertemuan 2	*Assesment*	60 menit
	Pertemuan 3		60 menit
3	Pertemuan 4	*Goal Setting*	60 menit
4	Pertemuan 5	*Technique*	60 menit
	Pertemuan 6	*Implementation*	60 menit
5	Pertemuan 7	*Evaluation-termination*	60 menit
6	Pertemuan 8	*Post-test*	45 menit

Tabel 3.2
Rancangan *treatment* konseling individual berbasis *self-management*

NO	TAHAPAN DAN KEGIATAN	KETERANGAN
1.	***Assesment***	
	a. Mempersilahkan konseli menceritakan permasalahannya	Pada konseling ini, permasalahan yang akan dibahas adalah permasalahan konseli yang mengalami rendahnya tanggung jawab belajar.
	b. Mengidentifikasi perilaku yang bermasalah	Perilaku bermasalah tersebut sudah ditemukan sebelumnya pada saat *pre test* yaitu rendahnya tanggung jawab belajar.
	c. Mengklarifikasi perilaku yang bermasalah	Mengklarifikasi apakah wawancara yang didapat itu sesuai dengan keadaan konseli yang sebenarnya.
	d. Mengidentifikasi peristiwa yang mengawali dan menyertai perilaku bermasalah	Mengidentifikasi peristiwa apa, alasan apa yang mengawali dan menyertai rendahnya tanggung jawab belajar konseli.
	e. Mengidentifikasi intensitas perilaku bermasalah	Mengidentifikasi berapa kali konseli melakukan perilaku kurang tanggung jawab dalam belajar.
	f. Mengidentifikasi perasaan konseli saat menceritakan	Mengidentifikasi perasaan apa saja yang dialami konseli pada saat

	perilaku bermasalah	menceritakan masalah kurang tanggung jawab belajar.
	g. Merangkum pembicaraan konseli	_
	h. Menemukan inti masalah	Menemukan inti masalah mengapa ia melakukan perilaku kurang bertanggung jawab dalam belajar.
	i. Mengidentifikasi hal-hal yang menarik dalam kehidupan konseli.	Memberikan gambaran tentang betapa indahnya jika konseli berperilaku tanggung jawab dalam belajar.
	j. Memberikan motivasi pada konseli	Memberikan motivasi pada konseli bahwa dia pasti bisa melakukannya dan betapa banyaknya hal baik yang akan konseli peroleh jika konseli bertanggung jawab dalam belajar
2.	***Goal Setting***	
	a. Menentukan tujuan konseling	Tujuan dalam konseling ini adalah untuk meningkatkan tanggung jawab belajar pada konseli.
	b. Mempertegas tujuan yang ingin dicapai	Mempertegas bahwa tujuan dalam konseling ini untuk meningkatkan tanggung jawab belajar pada konseli.
	c. Memberikan kepercayaan dan meyakinkan konseli bahwa praktikan ingin membantu konseli mencapai tujuan konseling	Memberi kepercayaan dan meyakinkan pada konseli bahwa praktikan benar-benar ingin membantu konseli dalam meningkatkan tanggung jawab belajarnya.
	d. Membantu konseli memandang masalahnya dengan memperhatikan hambatan yang dihadapi untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai	Hambatan yang akan dihadapi adalah konseli harus mampu mengendalikan keinginan-keinginan yang dapat merusak tujuan yang dicapai.
	e. Merinci tujuan menjadi sub tujuan yang berurutan dan operasional	Sub tujuan: a. Mengurangi perilaku tidak beranggung jawab dalam belajar. b. Dapat mempertahankan keterampilannya sampai diluar sesi konseling.
3.	***Technique Implementation***	
	a. Menentukan teknik konseling	Teknik yang akan digunakan adalah teknik *Self-management*.
	b. Menyusun prosedur *treatment*	Prosedur melakukan teknik:

	sesuai dengan teknik yang diterapkan	a. Menjelaskan rasional teknik. b. Mengajarkan konseli bagaimana mengisi lembar *self-management*. c. Meminta konseli untuk mengisinya sesuai dengan apa yang menjadi tujuan konseling. d. Meminta konseli untuk melakukan apa yang telah ia tulis dalam lembar tersebut.
	c. Melaksanakan prosedur teknik yang diterapkan	Melaksanakan prosedur *self-management* sesuai dengan apa yang telah direncanakan sebelumnya.
4.	***Evaluation-Termination***	
	a. Menanyakan dan mengevaluasi apa yang dilakukan konseli setelah diberikan *treatment*	Menanyakan konseli tentang apa yang telah dipahami, bagaimana perasaannya, dan apa yang akan dilakukannya setelah mengikuti konseling.
	b. Membantu konseli mentransfer apa yang dipelajari dalam konseling ke tingkah laku konseli	Meminta konseli untuk benar-benar melakukan apa yang ia tulis dalam lembar *self-management* meski di luar sesi konseling.
	c. Mengeksplorasi kemungkinan kebutuhan konseling tambahan	Membuat kesepakatan dengan konseli kemungkinan untuk diadakan konseling pertemuan berikutnya.
	d. Menyimpulkan apa yang telah dilakukan dan dikatakan konseli	Menyimpulkan tentang apa yang telah didapatkan selama proses konseling dari awal sampai akhir.
	e. Membahas tugas-tugas yang harus dilakukan pada pertemuan selanjutnya	Memberikan tugas kepada konseli untuk selalu melaporkan lembar *self-management* kepada praktikan
	f. Mengakhiri proses konseling	Ucapan terima kasih kepada konseli dan mengakhiri proses konseling.

Sumber: Tahapan Konseling *Behavioral*

3.2 Variabel Penelitian

3.2.1 Identifikasi Variabel

Variabel adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Arikunto, 2006: 118). Sedangkan menurut Sugiyono (2007: 3)

bahwa variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya.

Dalam penelitian ini variabelnya adalah sebagai berikut:

3.2.1.1 Variabel Independen (Variabel Bebas)

Dalam Sugiyono (2007: 4), variabel *independen* atau variabel penyebab atau variabel bebas (X) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel *dependen* (terikat). Dalam penelitian ini sebagai variabel bebas adalah *treatment* yang diberikan yaitu layanan konseling individual berbasis *self-management*.

3.2.1.2 Variabel Dependen (Variabel Terikat)

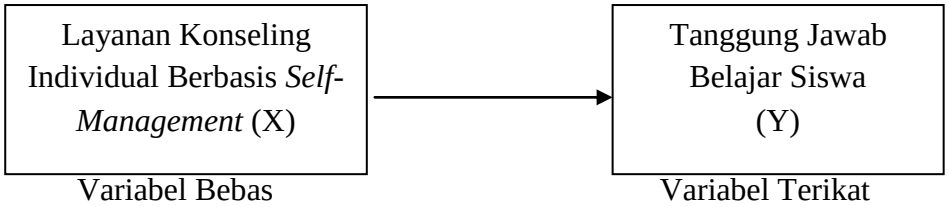
Menurut Sugiyono (2007: 4), variabel *dependen*/variabel terikat (Y) yaitu variabel yang dipengaruhi atau yang yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini variabel terikatnya (Y) adalah tanggung jawab belajar siswa.

PERPUSTAKAAN
UNNES

3.2.2 Hubungan Antar Variabel

Penelitian ini ada dua variabel yaitu variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y) dengan variabel X dapat memunculkan variabel Y. Hubungan antar variabel menunjukkan hubungan (paradigma) sederhana, dapat digambarkan sebagai berikut:

Gambar 3.2
Hubungan Antar Variabel



3.2.3 Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional adalah suatu definisi yang mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakterisktik variabel tersebut yang dapat diamati (Azwar, 2009: 74). Tujuannya adalah memberi batasan yang jelas, nyata, konkrit, sehingga variabel dapat diukur. Definisi operasional variabel pada penelitian ini adalah layanan konseling individu berbasis *self-management* dan tanggung jawab belajar.

3.2.3.1 Tanggung Jawab Belajar

Tanggung jawab belajar adalah suatu proses dimana seseorang berinteraksi langsung menggunakan semua alat inderanya terhadap objek belajar dan lingkungan melalui pendidikan di sekolah yang menghasilkan perubahan tingkah laku seperti pengetahuan, cara berpikir, ketrampilan, sikap, nilai dan kesediaan menanggung segala akibat dari kegiatan belajar dengan penuh kesadaran, kerelaan, rasa memiliki, dan disiplin yang bertujuan untuk menguasai materi ilmu pengetahuan. Sikap tanggung jawab belajar tersebut dapat dicirikan seperti (1) melakukan tugas belajar dengan rutin tanpa harus diberitahu; (2) dapat menjelaskan alasan atas belajar yang dilakukannya; (3) tidak menyalahkan orang

lain yang berlebihan dalam belajar; (4) mampu menentukan pilihan dari kegiatan belajar; (5) melakukan tugas sendiri dengan senang hati; (6) bisa membuat keputusan yang berbeda dari keputusan orang lain dalam kelompoknya; (7) mempunyai minat yang kuat untuk menekuni belajar; (8) menghormati dan menghargai aturan di sekolah; (9) dapat berkonsentrasi padabelajar; dan (10) memiliki rasa bertanggung jawab erat kaitannya dengan prestasi di sekolah.

3.2.3.2 Layanan Konseling Individu Berbasis Self-Management

Self-management merupakan teknik terapi dalam konseling behavior yang membantu konseli dapat mendorong diri sendiri untuk maju, untuk dapat mengatur, memantau dan mengevaluasi dirinya sendiri dalam mencapai perubahan kebiasaan tingkah laku yang lebih baik dalam kehidupan pribadi melalui tahap menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut. Teknik ini bertujuan untuk mengubah perilaku siswa yang mempunyai tanggung jawab belajar rendah.

PERPUSTAKAAN
UNNES

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

3.3.1 Populasi

Menurut Arikunto (2006: 130) bahwa “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian”. Sedangkan menurut Sugiyono (2007: 61) populasi adalah “wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Berdasarkan kedua penjelasan tersebut, dapat

peneliti jelaskan bahwa populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang mempunyai karakteristik atau ciri-ciri tertentu.

Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah siswa kelas XI Akuntansi (AK) 2 SMK Negeri 1 Pemalang dengan jumlah 34 siswa, dengan pertimbangan yaitu dari hasil analisis skala psikologis yang dilakukan ketika data awal banyak ditemui siswa yang mengalami tanggung jawab belajar yang rendah.

Tabel 3.3
Populasi Penelitian

No.	Jenis Kelamin	Kelas	Jumlah Siswa
1.	Laki-laki	XI Akuntansi (AK) 2	4
2.	Perempuan	XI Akuntansi (AK) 2	30
Jumlah			34

3.3.2 Sampel dan Teknik *Sampling* Penelitian

Menurut Arikunto (2006: 131) "sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti". Sedangkan menurut Sugiyono (2010: 118) "sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut". Maka dapat diambil pengertian bahwa sampel adalah sekelompok subyek yang sifatnya sama dengan populasi. Adapun kriteria pemilihan sampel penelitian berdasarkan atas *pre test* dan rekomendasi dari guru BK.

Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*, yaitu pengambilan sampel dengan menggunakan pertimbangan-pertimbangan atau tujuan tertentu (Sugiyono, 2007: 68). Alasannya karena pengambilan sampel anggota populasi dilakukan bukan didasarkan atas strata, random, atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu, yaitu

siswa yang memiliki tanggung jawab belajar yang rendah. Dengan demikian teknik ini dipandang lebih efektif dan efisien.

Menurut Arikunto (2006: 140) ada beberapa syarat-syarat yang harus dipenuhi oleh peneliti untuk menentukan sampel berdasarkan tujuan tertentu antara lain yaitu:

(1) Pengambilan sampel harus didasarkan atas ciri-ciri, sifat-sifat atau karakteristik tertentu, yang merupakan ciri-ciri pokok populasi.
(2) Subjek yang diambil sebagai sampel benar-benar merupakan subjek yang paling banyak mengandung ciri-ciri yang terdapat pada populasi *(key subjectis)*.
(3) Penentuan karakteristik populasi dilakukan dengan cermat di dalam studi pendahuluan.

Berdasarkan uraian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa pengambilan sampel berdasarkan tujuan merupakan pemilihan subyek yang didasarkan atas ciri-ciri atau sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Adapun pengambilan sampel dalam penelitian ini berdasarkan hasil *pre test* yang berjumlah 34 siswa di kelas XI Akuntansi 2 dan berdasarkan rekomendasi dari guru pembimbing dengan jumlah siswa yang diambil sebanyak 6 siswa yang memiliki skor tanggung jawab belajar rendah.

3.4 Metode dan Alat Pengumpulan Data

3.4.1 Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan pekerjaan yang paling penting dalam meneliti. Karena dalam penelitian harus ditentukan terlebih dahulu metode setepat-tepatnya untuk memperoleh data, kemudian disusul dengan menyusun instrumen dan barulah dilakukan pengumpulan data. Jika pengumpul data

melakukan sedikit kesalahan, maka akan mempengaruhi data yang diberikan oleh responden dan kesimpulannya pun dapat salah.

Dalam penelitian ini data yang akan diungkap berupa aspek psikologis yaitu tanggung jawab belajar dengan populasi 34 siswa di kelas XI dengan jumlah sampel 6 siswa yang mempunyai tanggung jawab belajar rendah. Berdasarkan hal tersebut, maka pengumpulan data pada penelitian ini adalah menggunakan skala psikologis.

Skala psikologis adalah alat ukur yang memiliki karakteristik untuk mengukur aspek-aspek psikologis yang berupa pertanyaan-pertanyaan yang tidak langsung mengungkap indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan dan diberi skor melalui proses penskalaan (Sutoyo, 2009: 167). Adapun karakteristik alat ukur skala psikologis sebagai alat ukur seperti yang ditemukan oleh Azwar (2004: 4) adalah :

1. Stimulus berupa pertanyaan atau pernyataan yang tidak langsung mengungkap atribut yang hendak diukur melainkan mengungkap indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan.
2. Dikarenakan atribut psikologis diungkap secara tidak langsung lewat indikator-indikator perilaku, sedangkan indikator perilaku diterjemahkan dalam bentuk item-item.
3. Respons subjek tidak diklasifikasikan sebagai jawaban “benar” atau “salah”. Tetapi semua jawaban dapat diterima sepanjang diberikan secara jujur dan sungguh-sungguh

Dengan demikian skala psikologis dapat digunakan sebagai alat ukur yang dapat mengungkap indikator perilaku yang berupa pertanyaaan maupun pernyataan sebagai stimulus. Responden tidak mengetahui arah jawaban dari

pernyataan atau pertanyaan sehingga jawaban yang diberikan tergantung pada interpretasi masing-masing subjek.

3.4.2 Alat Pengumpul Data

Alat pengumpul data yang digunakan adalah skala tanggung jawab belajar yang dikembangkan oleh peneliti berdasarkan dari teori. Dalam penelitian ini, data yang akan diungkap berupa konstruk untuk menggambarkan tingkat tanggung jawab belajar siswa dalam bentuk pernyataan atau pertanyaan sebagai stimulus yang tertuju pada indikator.

Skala tanggung jawab belajar ini diberikan pada awal dan akhir eksperimen. Skala penilaian awal digunakan untuk mengetahui tentang tingkat tanggung jawab belajar siswa selama ini sebelum diberi *treatment.* Sedangkan skala penilaian akhir digunakan untuk mengetahui perubahan tingkat tanggung jawab belajar setelah dilakukan layanan konseling individu berbasis *self-management* sebagai pembanding dari hasil skala penilaian awal.

Ketika membuat instrumen utuh, langkah-langkah yang harus ditempuh, yaitu

1) Membuat kisi-kisi instrumen

Dalam membuat kisi-kisi instrumen skala psikologi, langkah pertama, peneliti mengidentifikasi tujuan ukur dengan memilih definisi dan mengenali teori yang mendasari konstrak psikologis atribut yang hendak diukur. Kedua, peneliti melakukan pembatasan kawasan ukur dengan menguraikan komponen atau dimensi-dimensi yang ada dalam atribut tersebut. Ketiga, komponen atau atribut

tersebut dirumuskan ke dalam bentuk indikator-indikator perilaku (*behavioral indicators*). Keempat, sebelum penulisan aitem dimulai, peneliti perlu menetapkan penskalaan dan penentuan skornya. Kemudian langkah terakhir yaitu melakukan penulisan aitem apabila indikator-indikator perilaku telah dirumuskan dengan benar (Azwar, 2004: 12).

2) Konsultasikan kepada ahlinya

Setelah pembuatan kisi-kisi instrumen skala psikologi telah jadi, selanjutnya yang dilakukan oleh peneliti adalah dengan mengkonsultasikan kisi-kisi instrumen tersebut kepada ahlinya agar kita mengetahui perlu revisi atau tidak.

3) Revisi I dan membuat instrumen

Hasil dari konsultasi dengan para ahli kemudian direvisi oleh peneliti. Berangkat dari kisi-kisi skala psikologis tersebut, peneliti kemudian membuat instrumennya dan disusun dengan baik mulai dari identitas responden sampai ke item-item skala psikologisnya.

4) Uji coba instrumen dan Revisi II

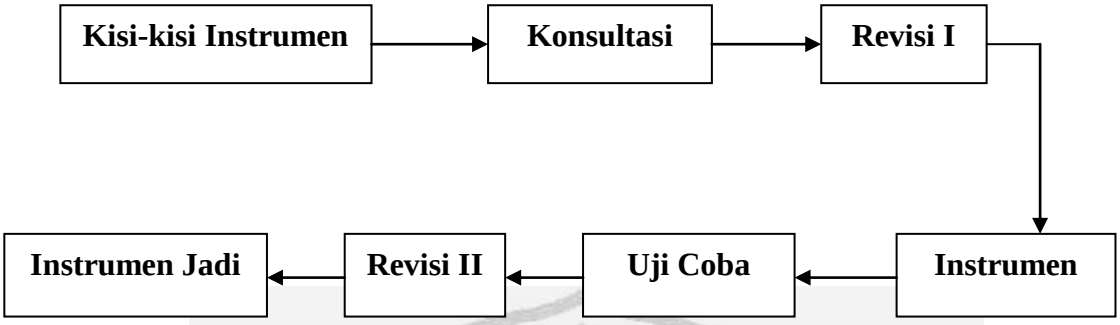
Setelah instrumen telah dibuat, kemudian peneliti melakukan uji coba instrumen kepada subyek yang bukan menjadi sampel nantinya. Hasil uji coba dianalisis, jika item ada yang tidak valid, peneliti melakukan revisi yang kedua dengan menggugurkan item-item yang tidak valid untuk tidak digunakan.

5) Instrumen jadi

Instrumen jadi sudah siap disebarkan kepada sampel penelitian. Langkah-langkah tersebut dapat digambarkan sebagai berikut:

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Gambar 3.3
Prosedur Penyusunan *Instrumen*



Dalam penelitian ini skala sikap yang digunakan adalah skala *Likert.* Skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2010: 134). Sedangkan bentuknya berupa pertanyaan-pertanyaan tertutup dan diberikan secara langsung. Yang dimaksud pertanyaan tertutup adalah bentuk pernyataan dimana responden tinggal memilih jawaban dari alternatif-alternatif jawaban yang telah disediakan yaitu sesuai dengan keadaan dirinya yang sebenarnya. Sedangkan sifat langsung artinya pernyataan diberikan secara langsung kepada responden yang dikenainya tanpa menggunakan perantara (Walgito, 2001: 37).

Skala yang digunakan dalam penelitian ini mempunyai 5 alternatif jawaban dan responden bebas memilih salah satu jawaban dari kelima alternatif tersebut sesuai dengan keadaan masing-masing responden. Jawaban soal positif diberi skor 5, 4, 3, 2, dan 1, sedangkan jawaban soal negatif diberi skor 1, 2, 3, 4, dan 5 sesuai dengan arah pertanyaan yang dimaksud.

Tabel 3.4
Penskoran Item

Alternatif Jawaban	Jenis Item	
	(+)	(-)
Sangat Sesuai	**5**	**1**
Sesuai	**4**	**2**
Kurang Sesuai	**3**	**3**
Tidak sesuai	**2**	**4**
Sangat Tidak Sesuai	**1**	**5**

Sumber: Azwar (2004: 47)

Format stimulusnya berbentuk pernyataan obyektif, sedangkan format responnya yaitu skala bertingkat. Pertanyaan-pertanyaan yang diberikan kepada siswa yang menjadi sasaran penelitian adalah yang sesuai dengan tujuan penelitian yaitu pertanyaan-pertanyaan tentang tanggung jawab belajar. Format respon yang digunakan dalam instrumen terdiri dari 5 pilihan yang menyatakan tingkat tanggung jawab belajar dari sangat sesuai hingga sangat tidak sesuai.

Kisi-kisi skala tanggung jawab belajar dalam penelitian ini terdiri dari satu variabel yaitu tanggung jawab belajar dan terdiri dari sepuluh indikator yaitu: (1) melakukan tugas belajar dengan rutin; (2) dapat menjelaskan alasan atas belajar yang dilakukannya; (3) tidak menyalahkan orang lain yang berlebihan dalam belajar; (4) mampu menentukan pilihan dari kegiatan belajar; (5) melakukan tugas sendiri dengan senang hati; (6) bisa membuat keputusan yang berbeda dari keputusan orang lain dalam kelompok; (7) mempunyai minat untuk menekuni belajar; (8) menghormati dan menghargai aturan sekolah; (9) dapat berkonsentrasi dalam belajar; dan (10) memiliki rasa bertanggung jawab erat kaitannya dengan prestasi di sekolah. Adapun kisi-kisi dari skala tanggung jawab belajar dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 3.5
Kisi-kisi Skala Tanggung Jawab Belajar

VARIABEL	INDIKATOR	DESKRIPTOR	NOMOR ITEM	
			(+)	(-)
Tanggung Jawab Belajar	1. Melakukan tugas belajar dengan rutin tanpa harus diberitahu	a. Membagi waktu dengan baik. b. Memanajemen tugas dengan efisien. c. Mempunyai inisiatif untuk belajar.	1 3 5, 6	2 4 7, 8
	2. Dapat menjelaskan alasan atas belajar yang dilakukannya	a. Paham terhadap tujuan dari belajar.	9, 10, 11	12, 13
	3. Tidak menyalahkan orang lain	a. Tidak melanyalahkan orang lain b. Mengakui kesalahan yang telah dibuat.	14, 15 19, 20	16, 17, 18 21
	4. Mampu menentukan pilihan kegiatan belajar dari beberapa alternatif	a. Mampu menentukan pilihan dari kegiatan belajar. b. Mampu menyelesaikan permasalahan dalam belajar.	22, 23 26, 27	24, 25 28, 29
	5. Melakukan tugas sendiri dengan senang hati	a. Tidak terpaksa dan terbebani. b. Tidak tergantung dengan orang lain (mandiri) dalam belajar.	30, 31 33, 34	32 35, 36
	6. Bisa membuat keputusan yang berbeda dari keputusan orang lain dalam kelompoknya	a. Kreatif dalam berpendapat. b. Mengambil keputusan dengan baik. c. Bersedia menanggung resiko dari keputusan yang	37 39, 40 42	38 41 43

		diambil.		
	7. Mempunyai minat yang kuat untuk menekuni dalam belajar	a. Adanya keinginan dan kemauan yang kuat. b. Aktif mengikuti pelajaran.	44, 45, 46 49, 50	47, 48 51
	8. Menghormati dan menghargai aturan di sekolah	a. Memakai seragam lengkap. b. Datang ke sekolah tepat waktu. c. Menghormati peraturan-peraturan yang dibuat oleh sekolah. d. Ikut berpartisipasi dalam kebersihan lingkungan sekolah.	52 54, 55 58 61	53 56, 57 59, 60 62
	9. Dapat berkonsentrasi dalam belajar	a. Fokus dalam mengerjakan dan melakukan sesuatu dalam belajar. b. Mengesampingkan semua hal lain yang tidak ada hubungannya dengan belajar.	63, 64 67	65, 66 68
	10. Memiliki rasa bertanggung jawab erat kaitannya dengan prestasi di sekolah	a. Mempunyai kesadaran akan tanggung jawabnya. b. Suka rela dalam melakukan sesuatu. c. Melakukan apa yang telah direncanakan dalam belajar.	69 72 74	70, 71 73 75

3.5 Validitas dan Reliabilitas

3.5.1 Validitas Instrumen

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu intrumen. Suatu instrumen yang valid mempunyai validitas tinggi, sebaliknya, instrumen yang kurang valid mempunyai validitas rendah (Arikunto, 2006: 168). Validitas yang digunakan adalah validitas konstrak, karena validitas konstrak adalah proses yang terkait erat dengan perkembangan teori. Validitas konstrak menurut Sugiyono (2010: 177) yaitu pengujian validitas yang menggunakan pendapat dari para ahli dan berlandaskan pada teori tertentu. Uji validitas pada instrumen ini dengan menggunakan rumus korelasi *product moment* sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N.\sum XY - \sum x.\sum y}{\sqrt{[(N.\sum x^2) - (\sum x)^2]\,[(N.\sum y^2) - (\sum y)^2]}}$$

Keterangan:

r_{xy} = indeks korelasi

N = jumlah subyek

X = skor item

Y = skor total

$\sum X$ = jumlah skor item

$\sum Y$ = jumlah skor total

$\sum X^2$ = jumlah kuadrat skor item

$\sum Y^2$ = jumlah kuadrat skor total (Arikunto, 2006: 170).

Dalam penelitian ini menggunakan taraf signifikansi sebesar 5%. Analisis butir dilakukan untuk mengetahui valid atau tidaknya butir soal dalam

instrument dengan cara yaitu skor-skor yang ada dalam butir soal dikorelasikan dengan skor total, kemudian dibandingkan pada taraf signifikansi 5%.

Berdasarkan hasil *try out* yang dilaksanakan di kelas XI Administrasi Perkantoran (AP)1 dengan jumlah 36 siswa, maka diperoleh hasil yaitu dari 75 item ada 9 item yang tidak valid. Item yang tidak valid adalam item nomor 9, 19, 22, 27, 34, 44, 52, 54, dan 72. Karena item-item pernyataan yang tidak valid menyebar, artinya pada masing-masing indikator masih terdapat item pernyataan yang mewakili, maka item-item pernyataan yang tidak valid tersebut dibuang atau tidak digunakan. Sedangkan item-item pernyataan lainnya yang valid tetap digunakan.

3.5.2 Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas menunjuk pada tingkat keterandalan sesuatu. Reliabel artinya dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan (Arikunto, 2006: 178). Reliabilitas sebenarnya mengacu kepada konsistensi atau keterpercayaan hasil ukur, yang mengandung makna kecermatan pengukuran (Azwar, 2004: 83). Untuk mengukur reliabilitas *instrument* dalam penelitian ini menggunakan rumus *Alpha* karena *instrument* dalam penelitian ini berbentuk skala tanggung jawab belajar dengan skala dari 1 sampai 5. Adapun rumus *Alpha* sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1}\right]\left[1 - \frac{\sum \sigma_{b^2}}{\sigma_{t^2}}\right]$$

Keterangan:

$\sum \sigma_{b^2}$ = Jumlah varian butir

k = Jumlah butir pertanyaan

σ_{t^2} = Varians skor total

r_{11} = Reliabilitas instrumen (Arikunto, 2006: 196).

Dengan varians butir:

$$\sigma_{b^2} = \frac{\sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{n}}{n}$$

Dengan varians total:

$$\sigma_t^2 = \frac{\sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{n}}{n}$$

Keterangan:

σ = varians tiap butir

X = jumlah skor butir

N = jumlah responden

Suatu instrumen dinyatakan reliable jika memiliki harga r_{11} > r_{tabel} pada taraf signifikan 5%. Hasil uji coba perhitungan reliabilitas instrumen dengan menggunakan rumus *Alpha* pada taraf signifikansi 5% dengan n = 75 item diperoleh r_{tabel} = 0,227. Dalam perhitungan skala reliabilitas instrumen skala tanggung jawab belajar diperoleh r_{11} = 0,947. Jadi r_{11} > rtabel (0,947 > 0,227), maka dapat disimpulkan bahwa instrumen tersebut reliabel dengan kriteria tingkat reliabilitas tinggi. Hasil validitas dan reliabilitas untuk lebih jelasnya lihat pada lampiran.

3.6 Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul (Sugiyono, 2010: 207). Dalam penelitian ini tujuan yang ingin dicapai adalah untuk memperoleh data empiris dan menganalisis tentang gambaran tanggung jawab belajar siswa sebelum dan sesudah diberi layanan konseling individu berbasis *self-management* serta untuk mengetahui apakah *self-management* dapat meningkatkan tanggung jawab belajar siswa. Maka analisis data yang dilakukan adalah:

3.6.1 Analisis Deskriptif Persentase

Peneliti menggunakan analisis deskriptif presentase untuk mengetahui data empiris tentang tingkatan tanggung jawab belajar siswa sebelum dan sesudah diberi layanan konseling individual berbasis *self-management*. Sehingga dapat diketahui seberapa besar konseling individual berbasis *self-management* dapat meningkatkan tanggung jawab belajar siswa kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang tahun ajaran 2013/2014.

Skala tanggung jawab belajar menggunakan skor 1 sampai 5 dengan jumlah item sebanyak 66. Penentuan kriteria tingkat tanggung jawab belajar dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut:

Data maksimal = skor tertinggi x jumlah item

= 5 x 66 = 330

Data minimal = skor terendah x jumlah item

= 1 x 66 = 66

Range = Data maksimal – Data minimal

= 330 - 66 = 264

Panjang kelas interval = Range : Panjang kelas

= 264 : 5 = 52,8

Sedangkan penentuan kriteria tingkat tanggung jawab belajar berdasarkan persentase dengan cara sebagai berikut:

Persentase skor tertinggi = (5 : 5) x 100% = 100%

Persentase skor terendah = (1 : 5) x 100% = 20%

Rentang = 100% - 20% = 80%

Panjang kelas interval = rentang : banyaknya kriteria

= 80% : 5 = 16%

Dengan panjang kelas interval 52,8 dan interval persentase 16%, maka kriteria penilaian tingkat tanggung jawab belajar adalah sebagai berikut:

Tabel 3.6
Kriteria Penilaian Tingkat Tanggung Jawab Belajar

No.	Skor	Interval	Kriteria
1.	277,2 < skor < 330	84,8% < % < 100,0%	Sangat Tinggi
2.	224,4 < skor < 276,2	68,6% < % < 83,8%	Tinggi
3.	171,6 < skor < 223,4	52,4% < % < 67,6%	Sedang
4.	118,8 < skor < 170,6	36,2% < % < 51,4%	Rendah
5.	66 < skor < 117,8	20,0% < % < 35,2%	Sangat Rendah

3.6.2 Uji *Wilcoxon*

Untuk menguji hipotesis, maka digunakan metode statistik nonparametris dengan menggunakan uji *wilcoxon* yaitu untuk menguji hipotesis komparatif. Menurut Sugiyono (2006: 131) menyebutkan bahwa “teknik ini

digunakan untuk menguji hipotesis komparatif dua sampel yang berkorelasi bila datanya berbentuk ordinal (berjenjang). Analisis data digunakan untuk membuktikan hipotesis bahwa tanggung jawab belajar siswa dapat ditingkatkan melalui konseling individual berbasis *self-management.* Jadi penelitian teknik analisis datanya menggunakan Uji *Wilcoxon Match Pairs Test* yaitu dengan mencari perbedaan *mean pre test* dan *mean post test*, dengan menggunakan rumus:

$$Z = \frac{T - \mu_T}{\sigma\tau} = \frac{T - \frac{n\,(n+1)}{4}}{\sqrt{\frac{n\,(n+1)(2n+1)}{24}}}$$

Keterangan:

n = jumlah sampel

T = jumlah jenjang yang kecil (Sugiyono, 2007: 134-137)

Guna mengambil keputusan menggunakan pedoman dengan taraf signifikansi 5% dengan ketentuan:

1. Ho ditolak & Ha diterima apabila Z_{hitung} lebih besar atau sama dengan Z_{tabel}.
2. Ho diterima dan Ha ditolak apabila Z_{hitung} lebih kecil dari Z_{tabel}.

BAB 4

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Bab ini memuat hasil penelitian dan pembahasan tentang meningkatkan tanggung jawab belajar dengan konseling individual berbasis *self-management* pada siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Pemalang. Pemaparannya meliputi hasil penelitian dan pembahasan yang diuraikan berdasarkan penelitian yang telah dilakukan.

4.1 Hasil Penelitian

Berdasarkan pada tujuan penelitian, maka hasil penelitian yang dapat dilaporkan yaitu tentang gambaran tanggung jawab belajar siswa sebelum diberi layanan konseling individual berbasis *self-management*, gambaran tanggung jawab belajar siswa setelah diberi layanan konseling individual berbasis *self-management*, dan apakah konseling individual berbasis *self-management* dapat meningkatkan rendahnya tanggung jawab belajar siswa dan seberapa besar peningkatannya pada siswa.

4.1.1 Analisis Deskriptif Persentase

Peneliti menggunakan analisis deskriptif persentase untuk mengetahui gambaran tingkatan tanggung jawab belajar pada siswa sebelum dan sesudah diberi perlakuan berupa konseling individual berbasis *self-management.*

Skala tanggung jawab belajar menggunakan skor 1 sampai 5 dengan jumlah item sebanyak 66 butir soal. Panjang kelas interval kriteria tanggung jawab belajar dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut:

Persentase skor tertinggi = (5 : 5) x 100% = 100%

Persentase skor terendah = (1 : 5) x 100% = 20%

Rentang = 100% - 20% = 80%

Banyaknya kriteria (sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, sangat tinggi)

Panjang kelas interval = rentang : banyaknya kriteria = 80% : 5 = 16%

Berdasarkan perhitungan di atas maka kriteria penilaian tingkat tanggung jawab belajar adalah sebagai berikut:

Tabel 4.1
Kriteria Penilaian Tingkat Tanggung Jawab Belajar

No.	Skor	Interval	Kriteria
1.	277,2 < skor < 330	84,8% < % < 100,0%	Sangat Tinggi
2.	224,4 < skor < 276,2	68,6% < % < 83,8%	Tinggi
3.	171,6 < skor < 223,4	52,4% < % < 67,6%	Sedang
4.	118,8 < skor < 170,6	36,2% < % < 51,4%	Rendah
5.	66 < skor < 117,8	20,0% < % < 35,2%	Sangat Rendah

4.1.1.1 Gambaran Tingkat Tanggung Jawab Belajar Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang Sebelum Mengikuti Konseling Individual Berbasis Self-Management

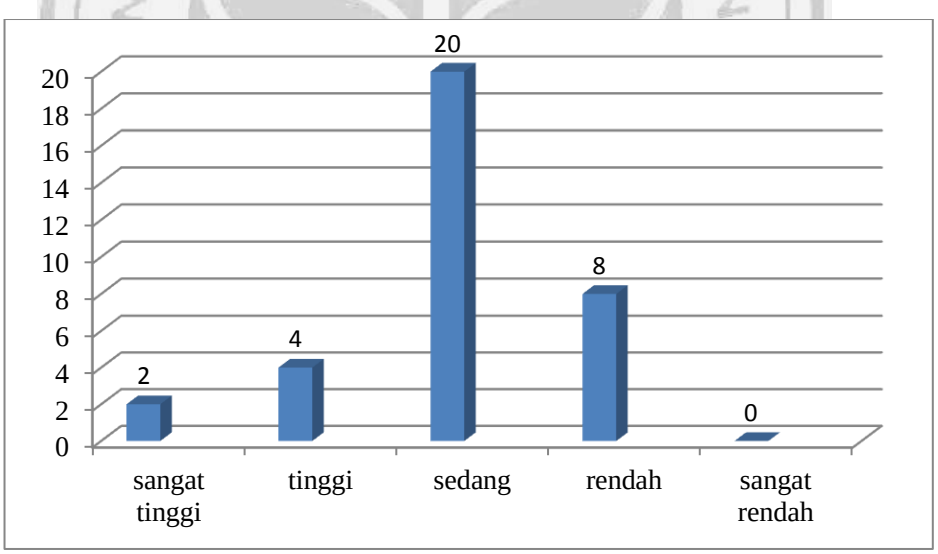
Sesuai dengan tujuan penelitian ini yaitu memperoleh data empiris dan menganalisis tentang gambaran tanggung jawab belajar siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang sebelum diberi layanan konseling individual berbasis *self-*

management, maka diberikan *pre test* kepada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang sebelum mendapat *treatment*.

Berikut ini adalah hasil *pre test* secara keseluruhan dari skala tanggung jawab belajar sebelum diberikan layanan konseling.

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Hasil *Pre Test*
Tanggung Jawab Belajar Siswa Kelas XI Akuntansi 2

No	Interval	Kriteria	Jumlah
1	84,8% < % < 100,0%	Sangat Tinggi	2
2	68,6% < % < 83,8%	Tinggi	4
3	52,4% < % < 67,6%	Sedang	20
4	36,2% < % < 51,4%	Rendah	8
5	20,0% < % < 35,2%	Sangat Rendah	0
Total Jumlah Siswa			34



Gambar Grafik 4.1 Distribusi Frekuensi Hasil *Pre Test*
Tanggung Jawab Belajar Siswa kelas XI Akuntansi 2

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 34 siswa di kelas XI AK 2, terdapat 2 siswa yang masuk ke dalam kriteria sangat tinggi, 4 siswa termasuk dalam kriteria tinggi, 20 siswa yang masuk dalam kriteria sedang, 8 siswa masuk

ke dalam kriteria rendah, dan tidak ada siswa yang masuk dalam kriteria sangat rendah.

Berdasarkan hasil *pre test* tersebut, peneliti menentukan 6 siswa yang mempunyai kriteria rendah untuk diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management*. Siswa-siswa tersebut dijadikan sampel dalam penelitian. Adapun alasannya karena peneliti merasa bahwa siswa tersebut memiliki masalah dengan tanggung jawab belajar yang rendah serta berdasarkan rekomendasi dari guru BK di sekolah. Jika siswa tersebut tidak segera mendapatkan layanan konseling individual, dikhawatirkan prestasi belajar siswa akan menurun. Berikut adalah hasil *pre test* dari 6 siswa tersebut sebelum diberikan *treatment.*

Tabel 4.3
Tanggung Jawab Belajar Siswa
Sebelum Pelaksanaan Konseling Individual Berbasis *Self-Management*

Kode Resp.	Jumlah Total		
	Skor	%	Kategori
R-05	151	45,76	R
R-10	168	50,91	R
R-13	165	50,00	R
R-22	171	51,82	R
R-23	171	51,82	R
R-24	171	51,82	R
Rata-rata	**166,17**	**50,35**	**R**

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa rata-rata tanggung jawab belajar siswa termasuk dalam kriteria rendah, yaitu dengan persentase sebesar 50,35%. Nilai tersebut berkisar antara rentangan persentase sebesar 51,4% sampai dengan 36,2% dengan kriteria rendah. Sampel yang digunakan memiliki tingkat

tanggung jawab belajar yang memperoleh skor terendah dengan tujuan untuk dapat meningkatkan tanggung jawab belajar tersebut menjadi lebih tinggi.

Secara keseluruhan, deskripsi tanggung jawab belajar pada siswa sebelum memperoleh layanan konseling individual berbasis *self-management*, dapat dilihan pada tabel berikut:

Tabel 4.4
Distribusi Frekuensi Tanggung Jawab Belajar Siswa Sebelum Memperoleh Layanan Konseling Individual Berbasis *Self –Management*

Interval	Kriteri Tingkat Penyesuaian Diri terhadap Program Keahlian	Jumlah Sampel *Pre Test*
84,8% - 100,0%	Sangat Tinggi	0
68,6% - 83,8%	Tinggi	0
52,4% - 67,6%	Sedang	0
36,2% - 51,4%	Rendah	6
20,0% - 35,2%	Sangat Rendah	0
Jumlah (N)		6

Berikut ini akan disajikan tanggung jawab belajar pada siswa sebelum pemberian *treatment* layanan konseling individual berbasis *self-management* dalam tiap indikator tanggung jawab belajar.

4.1.1.1.1 Melakukan Tugas Belajar Dengan Rutin Tanpa Harus Diberitahu

Untuk mengetahui aspek melakukan tugas belajar dengan rutin siswa sebelum diberikan layanan konseling individual, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.5
Distribusi Indikator Melakukan Tugas dengan Rutin
Sebelum Diberikan Layanan Konseling Individual

No.	Kode Respon	Melakukan Tugas Belajar Dengan Rutin		
		Skor	%	Kategori
1	R-05	17	42,50	R
2	R-10	20	50,00	R
3	R-13	20	50,00	R
4	R-22	20	50,00	R
5	R-23	18	45,00	R
6	R-24	20	50,00	R
Rata-rata		**19**	**47,92**	**R**

Berdasarkan tabel tersebut di atas menunjukkan bahwa rata-rata indikator melakukan tugas dengan rutin pada siswa termasuk dalam kriteria rendah yaitu dengan persentase sebesar 47,92% dengan rata-rata skor 19. Nilai terendah dari indikator ini yaitu sebesar 42,5% termasuk dalam kriteria rendah. Sedangkan nilai tertinggi yaitu dengan persentase sebesar 50% termasuk dalam kriteria rendah.

4.1.1.1.2 Dapat Menjelaskan Alasan Atas Belajar yang Dilakukannya

Untuk mengetahui aspek dapat menjelaskan alasan belajar yang dilakukan siswa sebelum diberikan layanan konseling individual, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.6
Distribusi Indikator Dapat Menjelaskan Alasan Belajar
Sebelum Diberikan Layanan Konseling Individual

No.	Kode Respon	Dapat Menjelaskan Alasan Belajar		
		Skor	%	Kategori
1.	**R-05**	**10**	**50,00**	**R**

2	**R-10**	**11**	**55,00**	**S**
3	**R-13**	**10**	**50,00**	**R**
4	**R-22**	**9**	**45,00**	**R**
5	**R-23**	**10**	**50,00**	**R**
6	**R-24**	**11**	**55,00**	**S**
Rata-rata		**10**	**50,83**	**R**

Berdasarkan tabel tersebut di atas menunjukkan bahwa rata-rata indikator dapat menjelaskan alasan belajar yang dilakukannya pada siswa termasuk dalam kriteria rendah yaitu dengan prosentase sebesar 50,83% dengan rata-rata skor 10. Nilai terendah dari indikator ini yaitu sebesar 45% termasuk dalam kriteria rendah. Sedangkan nilai tertinggi yaitu dengan persentase sebesar 55% termasuk dalam kriteria sedang.

4.1.1.1.3 Tidak Menyalahkan Orang Lain

Untuk mengetahui aspek tidak menyalahkan orang lain pada siswa sebelum diberikan layanan konseling individual, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

PERPUSTAKAAN UNNES

Tabel 4.7
Distribusi Indikator Tidak Menyalahkan Orang Lain Sebelum Diberikan Layanan Konseling Individual

No.	Kode Respon	Tidak Menyalahkan Orang Lain		
		Skor	%	Kategori
1.	**R-05**	**16**	**45,71**	**R**
2	**R-10**	**16**	**45,71**	**R**
3	**R-13**	**8**	**22,86**	**SR**
4	**R-22**	**18**	**51,43**	**R**
5	**R-23**	**16**	**45,71**	**R**
6	**R-24**	**16**	**45,71**	**R**
Rata-rata		**15**	**42,86**	**R**

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa rata-rata indikator tidak menyalahkan orang lain pada siswa termasuk dalam kriteria rendah yaitu dengan persentase sebesar 42,86%. Nilai terendah dari indikator ini yaitu dengan persentase sebesar 22,86% termasuk dalam kriteria sangat rendah. Sedangkan nilai tertinggi yaitu dengan persentase sebesar 51,43% termasuk dalam kriteria rendah.

4.1.1.1.4 Mampu Menentukan Pilihan Kegiatan Belajar

Untuk mengetahui aspek mampu menentukan pilihan kegiatan belajar pada siswa sebelum diberikan layanan konseling individual, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.8
Distribusi Indikator Mampu Menentukan Pilihan Kegiatan Belajar Sebelum Diberikan Layanan Konseling Individual

No.	Kode Respon	Mampu Menentukan Pilihan Kegiatan Belajar		
		Skor	%	Kategori
1.	R-05	12	40,00	R
2	R-10	13	52,00	S
3	R-13	15	50,00	R
4	R-22	10	33,33	SR
5	R-23	15	50,00	R
6	R-24	14	46,67	R
Rata-rata		**13**	**45,33**	**R**

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa rata-rata indikator mampu menentukan pilihan kegiatan belajar pada siswa termasuk dalam kriteria rendah yaitu dengan persentase sebesar 45,33%. Nilai terendah dari indikator ini yaitu

dengan persentase sebesar 33,33% termasuk dalam kriteria sangat rendah. Sedangkan nilai tertinggi yaitu dengan persentase sebesar 52,00% termasuk dalam kriteria sedang.

4.1.1.1.5 Melakukan Tugas Sendiri dengan Senang Hati

Untuk mengetahui aspek melakukan tugas sendiri dengan senang hati pada siswa sebelum diberikan layanan konseling individual, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.9
Distribusi Indikator Melakukan Tugas Sendiri dengan Senang Hati Sebelum Diberikan Layanan Konseling Individual

No.	Kode Respon	Melakukan Tugas Sendiri dengan Senang Hati		
		Skor	%	Kategori
1.	R-05	15	50,00	R
2	R-10	13	43,33	R
3	R-13	16	53,33	S
4	R-22	19	63,33	S
5	R-23	17	56,67	S
6	R-24	16	53,33	S
Rata-rata		16	53,33	S

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa rata-rata indikator melakukan tugas sendiri dengan senang hati pada siswa termasuk dalam kriteria sedang yaitu dengan persentase sebesar 53,33%. Nilai terendah dari indikator ini yaitu dengan persentase sebesar 43,33% termasuk dalam kriteria rendah. Sedangkan nilai tertinggi yaitu dengan persentase sebesar 63,33% termasuk dalam kriteria sedang.

4.1.1.1.6 Bisa Membuat Keputusan yang Berbeda

Untuk mengetahui aspek bisa membuat keputusan yang berbeda pada siswa sebelum diberikan layanan konseling individual, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.10
Distribusi Indikator Bisa Membuat Keputusan yang Berbeda Sebelum Diberikan Layanan Konseling Individual

No.	Kode Respon	Bisa Membuat Keputusan yang Berbeda		
		Skor	%	Kategori
1.	R-05	18	51,43	R
2	R-10	18	51,43	R
3	R-13	20	57,14	S
4	R-22	22	62,86	S
5	R-23	18	51,43	R
6	R-24	19	54,29	S
Rata-rata		**19**	**54,76**	**S**

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa rata-rata indikator bisa membuat keputusan yang berbeda pada siswa termasuk dalam kriteria sedang yaitu dengan persentase sebesar 54,76%. Nilai terendah dari indikator ini yaitu dengan persentase sebesar 51,43% termasuk dalam kriteria rendah. Sedangkan nilai tertinggi yaitu dengan persentase sebesar 62,86% termasuk dalam kriteria sedang.

4.1.1.1.7 Minat Yang Kuat Dalam Belajar

Untuk mengetahui aspek minat yang kuat dalam belajar pada siswa sebelum diberikan layanan konseling individual, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.11
Distribusi Indikator Minat Yang Kuat Dalam Belajar
Sebelum Diberikan Layanan Konseling Individual

No.	Kode Respon	Minat Yang Kuat Dalam Belajar		
		Skor	%	Kategori
1.	R-05	18	51,43	R
2	R-10	18	51,43	R
3	R-13	17	48,57	R
4	R-22	17	48,57	R
5	R-23	18	51,43	R
6	R-24	17	48,57	R
Rata-rata		18	50,00	R

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa rata-rata indikator minat yang kuat dalam belajar pada siswa termasuk dalam kriteria rendah yaitu dengan persentase sebesar 50,00%. Nilai terendah dari indikator ini yaitu dengan persentase sebesar 48,57% termasuk dalam kriteria rendah. Sedangkan nilai tertinggi yaitu dengan persentase sebesar 51,43% termasuk dalam kriteria rendah.

4.1.1.1.8 Menghormati dan Menghargai Aturan Sekolah

Untuk mengetahui aspek menghormati dan menghargai aturan sekolah pada siswa sebelum diberikan layanan konseling individual, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.12
Distribusi Indikator Menghormati dan Menghargai Aturan Sekolah
Sebelum Diberikan Layanan Konseling Individual

No.	Kode Respon	Menghormati dan Menghargai Aturan Sekolah		
		Skor	%	Kategori
1	R-05	21	46,67	R
2	R-10	26	57,78	S

3	R-13	24	53,33	S
4	R-22	27	60,00	S
5	R-23	27	60,00	S
6	R-24	27	60,00	S
Rata-rata		**25**	**56,30**	**S**

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa rata-rata indikator menghormati dan menghargai aturan sekolah pada siswa termasuk dalam kriteria sedang yaitu dengan persentase sebesar 56,30%. Nilai terendah dari indikator ini yaitu dengan persentase sebesar 46,67% termasuk dalam kriteria rendah. Sedangkan nilai tertinggi yaitu dengan persentase sebesar 60% termasuk dalam kriteria sedang.

4.1.1.1.9 Konsentrasi Dalam Belajar

Untuk mengetahui aspek konsentrasi dalam belajar pada siswa sebelum diberikan layanan konseling individual, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.13
Distribusi Indikator Konsentrasi Dalam Belajar Sebelum Diberikan Layanan Konseling Individual

No.	Kode Respon	Konsentrasi Dalam Belajar		
		Skor	%	Kategori
1.	R-05	12	40,00	R
2	R-10	14	46,67	R
3	R-13	14	46,67	R
4	R-22	10	33,33	SR
5	R-23	12	40,00	R
6	R-24	14	46,67	R
Rata-rata		**13**	**42,22**	**R**

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa rata-rata indikator konsentrasi dalam belajar pada siswa termasuk dalam kriteria rendah yaitu dengan persentase sebesar 42,22%. Nilai terendah dari indikator ini yaitu dengan persentase sebesar 33,33% termasuk dalam kriteria sangat rendah. Sedangkan nilai tertinggi yaitu dengan persentase sebesar 46,67% termasuk dalam kriteria rendah.

4.1.1.1.10 Bertanggung Jawab Pada Prestasi di Sekolah

Untuk mengetahui aspek bertanggung jawab pada prestasi di sekolah pada siswa sebelum diberikan layanan konseling individual, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.14
Distribusi Indikator Bertanggung Jawab Pada Prestasi di Sekolah Sebelum Diberikan Layanan Konseling Individual

No.	Kode Respon	Bertanggung Jawab Pada Prestasi di Sekolah		
		Skor	%	Kategori
1.	R-05	12	40,00	R
2	R-10	16	53,33	S
3	R-13	18	60,00	S
4	R-22	19	63,33	S
5	R-23	20	66,67	S
6	R-24	17	56,67	S
Rata-rata		17	56,67	S

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa rata-rata indikator bertanggung jawab pada prestasi di sekolah pada siswa termasuk dalam kriteria sedang yaitu dengan persentase sebesar 56,67%. Nilai terendah dari indikator ini yaitu dengan persentase sebesar 40% termasuk dalam kriteria rendah. Sedangkan

nilai tertinggi yaitu dengan persentase sebesar 66,67% termasuk dalam kriteria sedang.

4.1.1.1.11 Hasil tiap Indikator Tanggung Jawab Belajar pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang Sebelum Diberikan Layanan Konseling Individual Berbasis *Self-Management*

Hasil tiap indikator tanggung jawab belajar pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang sebelum diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management* dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.15
Distribusi tiap Indikator Tanggung Jawab Belajar
Sebelum Diberikan Layanan Konseling Individual Berbasis *Self-Management*

No.	Indikator	(%)	Kriteria
1.	Melakukan Tugas Belajar dengan Rutin	47,92	R
2.	Dapat Menjelaskan Alasan Belajar	50,83	R
3.	Tidak Menyalahkan Orang Lain	42,86	R
4.	Mampu Menentukan Kegiatan Belajar	45,33	R
5.	Melakukan Tugas Sendiri dengan Senang Hati	53,33	S
6.	Bisa Membuat Keputusan Yang Berbeda	54,76	S
7.	Minat Yang Kuat Dalam Belajar	50,00	R
8.	Menghormati dan Menghargai Aturan Sekolah	56,30	S
9.	Konsentrasi Dalam Belajar	42,22	R
10.	Bertanggung Jawab Pada Prestasi di Sekolah	56,67	S
Rata-rata		**50,35**	**R**

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa seluruh indikator tanggung jawab belajar yaitu melakukan tugas belajar dengan rutin, dapat menjelaskan alasan belajar, tidak menyalahkan orang lain, mampu menentukan kegiatan belajar, melakukan tugas sendiri dengan senang hati, bisa membuat keputusan yang berbeda, minat yang kuat dalam belajar, menghormati dan

menghargai aturan sekolah, konsentrasi dalam belajar, dan bertanggung jawab pada prestasi di sekolah sebelum diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management* seluruhnya masuk dalam kriteria rendah yaitu dengan persentase rata-rata sebesar 50,35%.

4.1.1.2 Gambaran Tingkat Tanggung Jawab Belajar Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang Setelah Mengikuti Konseling Individual Berbasis Self-Management

Setelah dilaksanakan konseling individual berbasis *self-management* selama 6 kali pertemuan, selanjutnya dilakukan *post test* untuk mengetahui peningkatan tanggung jawab belajar siswa. Peningkatan disini, meningkatkan dari yang rendah menjadi kriteria yang tinggi sehingga ada peningkatan setelah dilakukan *treatment*. Perhitungan total tentang tanggung jawab belajar siswa setelah diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management* adalah sebagai berikut:

Tabel 4.16
Tanggung Jawab Belajar Siswa
Setelah Pelaksanaan Konseling Individual Berbasis *Self-Management*

Kode Resp.	Jumlah Total		
	Skor	%	Kategori
R-05	240	72,73	T
R-10	251	76,06	T
R-13	250	75,76	T
R-22	243	73,64	T
R-23	245	74,24	T
R-24	246	74,55	T
Rata-rata	**245,83**	**74,50**	**T**

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa rata-rata tanggung jawab belajar pada 6 siswa setelah diberikan perlakuan berupa konseling individual berbasis *self-management* termasuk dalam kriteria tinggi, yaitu dengan skor sebesar 245,83 dan persentase sebesar 74,50%. Hal ini menunjukkan bahwa setelah mendapat layanan berupa konseling individual berbasis *self-management* tanggung jawab belajar siswa mengalami peningkatan. Sedangkan untuk hasil *post test* selengkapnya dapat dijelaskan berdasarkan tiap-tiap indikator tanggung jawab belajar sebagai berikut:

4.1.1.2.1 Melakukan Tugas Belajar Dengan Rutin Tanpa Harus Diberitahu

Untuk mengetahui aspek melakukan tugas belajar dengan rutin siswa setelah diberikan layanan konseling individual, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.17
Distribusi Indikator Melakukan Tugas dengan Rutin Setelah Diberikan Layanan Konseling Individual

No.	Kode Respon	Melakukan Tugas Belajar Dengan Rutin		
		Skor	%	Kategori
1.	R-05	28	70	T
2	R-10	28	70	T
3	R-13	27	67,5	S
4	R-22	30	75	T
5	R-23	30	75	T
6	R-24	29	72,5	T
Rata-rata		**29**	**71,67**	**T**

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa rata-rata indikator melakukan tugas belajar dengan rutin pada siswa setelah diberikan layanan

konseling individual berbasis *self-management* termasuk dalam kriteria tinggi yaitu dengan persentase sebesar 71,67%, artinya pada indikator ini mengalami peningkatan antara setelah diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management.*

4.1.1.2.2 Dapat Menjelaskan Alasan Atas Belajar yang Dilakukannya

Untuk mengetahui aspek dapat menjelaskan alasan belajar yang dilakukan siswa setelah diberikan layanan konseling individual, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.18
Distribusi Indikator Dapat Menjelaskan Alasan Belajar Setelah Diberikan Layanan Konseling Individual

No.	Kode Respon	Dapat Menjelaskan Alasan Belajar		
		Skor	%	Kategori
1.	R-05	14	70,00	T
2	R-10	17	85,00	T
3	R-13	14	70,00	T
4	R-22	16	80,00	T
5	R-23	14	70,00	T
6	R-24	15	75,00	T
Rata-rata		**15**	**75,00**	**T**

Berdasarkan tabel tersebut di atas menunjukkan bahwa rata-rata indikator dapat menjelaskan alasan belajar yang dilakukannya pada siswa termasuk dalam kriteria tinggi yaitu dengan persentase sebesar 75%, artinya pada indikator ini mengalami peningkatan antara setelah diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management.*

4.1.1.2.3 Tidak Menyalahkan Orang Lain

Untuk mengetahui aspek tidak menyalahkan orang lain pada siswa setelah diberikan layanan konseling individual, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.19
Distribusi Indikator Tidak Menyalahkan Orang Lain Setelah Diberikan Layanan Konseling Individual

No.	Kode Respon	Tidak Menyalahkan Orang Lain		
		Skor	%	Kategori
1.	R-05	26	74,29	T
2	R-10	26	74,29	T
3	R-13	25	71,43	T
4	R-22	25	71,43	T
5	R-23	24	68,57	T
6	R-24	24	68,57	T
Rata-rata		**25**	**71,43**	**T**

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa rata-rata indikator tidak menyalahkan orang lain pada siswa termasuk dalam kriteria tinggi yaitu dengan persentase sebesar 71,43%, artinya pada indikator ini mengalami peningkatan setelah diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management.*

4.1.1.2.4 Mampu Menentukan Pilihan Kegiatan Belajar

Untuk mengetahui aspek mampu menentukan pilihan kegiatan belajar pada siswa setelah diberikan layanan konseling individual, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.20
Distribusi Indikator Mampu Menentukan Pilihan Kegiatan Belajar Setelah Diberikan Layanan Konseling Individual

No.	Kode Respon	Mampu Menentukan Pilihan Kegiatan Belajar		
		Skor	%	Kategori
1.	R-05	22	73,33	T
2	R-10	23	76,67	T
3	R-13	22	73,33	T
4	R-22	20	66,67	S
5	R-23	21	70,00	T
6	R-24	21	70,00	T
Rata-rata		**22**	**71,67**	**T**

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa rata-rata indikator mampu menentukan pilihan kegiatan belajar pada siswa termasuk dalam kriteria tinggi yaitu dengan persentase sebesar 71,67%, artinya pada indikator ini mengalami peningkatan setelah diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management.*

4.1.1.2.5 Melakukan Tugas Sendiri dengan Senang Hati

Untuk mengetahui aspek melakukan tugas sendiri dengan senang hati pada siswa setelah diberikan layanan konseling individual, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.21
Distribusi Indikator Melakukan Tugas Sendiri dengan Senang Hati Setelah Diberikan Layanan Konseling Individual

No.	Kode Respon	Melakukan Tugas Sendiri dengan Senang Hati		
		Skor	%	Kategori
1.	R-05	24	80,00	T

2	R-10	21	70,00	T
3	R-13	23	76,67	T
4	R-22	22	73,33	T
5	R-23	22	73,33	T
6	R-24	21	70,00	T
Rata-rata		22	73,89	T

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa rata-rata indikator melakukan tugas sendiri dengan senang hati pada siswa termasuk dalam kriteria tinggi yaitu dengan persentase sebesar 73,89%, artinya pada indikator ini mengalami peningkatan setelah diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management.*

4.1.1.2.6 Bisa Membuat Keputusan yang Berbeda

Untuk mengetahui aspek bisa membuat keputusan yang berbeda pada siswa setelah diberikan layanan konseling individual, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.22
Distribusi Indikator Bisa Membuat Keputusan yang Berbeda Setelah Diberikan Layanan Konseling Individual

No.	Kode Respon	Bisa Membuat Keputusan yang Berbeda		
		Skor	%	Kategori
1.	R-05	25	71,43	T
2	R-10	25	71,43	T
3	R-13	30	85,71	ST
4	R-22	26	74,29	T
5	R-23	28	80,00	T
6	R-24	27	77,14	T
Rata-rata		27	76,67	T

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa rata-rata indikator bisa membuat keputusan yang berbeda pada siswa termasuk dalam kriteria tinggi yaitu dengan persentase sebesar 76,67%, artinya pada indikator ini mengalami peningkatan setelah diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management.*

4.1.1.2.7 Minat Yang Kuat Dalam Belajar

Untuk mengetahui aspek minat yang kuat dalam belajar pada siswa setelah diberikan layanan konseling individual, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.23
Distribusi Indikator Minat Yang Kuat Dalam Belajar Setelah Diberikan Layanan Konseling Individual

No.	Kode Respon	Minat Yang Kuat Dalam Belajar		
		Skor	%	Kategori
1.	R-05	26	74,29	T
2	R-10	27	77,14	T
3	R-13	25	71,43	T
4	R-22	26	74,29	T
5	R-23	25	71,43	T
6	R-24	26	74,29	T
Rata-rata		26	73,81	T

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa rata-rata indikator minat yang kuat dalam belajar pada siswa termasuk dalam kriteria tinggi yaitu dengan persentase sebesar 73,81%, artinya pada indikator ini mengalami peningkatan setelah diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management.*

4.1.1.2.8 Menghormati dan Menghargai Aturan Sekolah

Untuk mengetahui aspek menghormati dan menghargai aturan sekolah pada siswa setelah diberikan layanan konseling individual, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.24
Distribusi Indikator Menghormati dan Menghargai Aturan Sekolah Setelah Diberikan Layanan Konseling Individual

No.	Kode Respon	Menghormati dan Menghargai Aturan Sekolah		
		Skor	%	Kategori
1.	R-05	33	73,33	T
2	R-10	36	80,00	T
3	R-13	38	84,44	ST
4	R-22	35	77,78	T
5	R-23	35	77,78	T
6	R-24	38	84,44	ST
Rata-rata		36	79,63	T

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa rata-rata indikator menghormati dan menghargai aturan sekolah pada siswa termasuk dalam kriteria tinggi yaitu dengan persentase sebesar 79,63%. artinya pada indikator ini mengalami peningkatan setelah diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management.*

4.1.1.2.9 Konsentrasi Dalam Belajar

Untuk mengetahui aspek konsentrasi dalam belajar pada siswa setelah diberikan layanan konseling individual, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.25
Distribusi Indikator Konsentrasi Dalam Belajar
Setelah Diberikan Layanan Konseling Individual

No.	Kode Respon	Konsentrasi Dalam Belajar		
		Skor	%	Kategori
1.	R-05	21	70,00	T
2	R-10	23	76,67	T
3	R-13	23	76,67	T
4	R-22	22	73,33	T
5	R-23	22	73,33	T
6	R-24	21	70,00	T
Rata-rata		22	73,33	T

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa rata-rata indikator konsentrasi dalam belajar pada siswa termasuk dalam kriteria tinggi yaitu dengan persentase sebesar 73,33%, artinya pada indikator ini mengalami peningkatan setelah diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management.*

4.1.1.2.10 Bertanggung Jawab Pada Prestasi di Sekolah

Untuk mengetahui aspek bertanggung jawab pada prestasi di sekolah pada siswa setelah diberikan layanan konseling individual, lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.26
Distribusi Indikator Bertanggung Jawab Pada Prestasi di Sekolah
Setelah Diberikan Layanan Konseling Individual

No.	Kode Respon	Bertanggung Jawab Pada Prestasi di Sekolah		
		Skor	%	Kategori
1.	R-05	21	70,00	T
2	R-10	25	83,33	T
3	R-13	23	76,67	T
4	R-22	21	70,00	T

5	R-23	24	80,00	T
6	R-24	24	80,00	T
Rata-rata		23	76,67	T

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa rata-rata indikator bertanggung jawab pada prestasi di sekolah pada siswa termasuk dalam kriteria setelah yaitu dengan persentase sebesar 76,67%, artinya pada indikator ini mengalami peningkatan setelah diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management.*

Berdasarkan data mengenai tanggung jawab belajar pada siswa setelah pemberian *treatment* layanan konseling individual berbasis *self-management* dalam tiap indikator tanggung jawab belajar yaitu melakukan tugas belajar dengan rutin, dapat menjelaskan alasan belajar, tidak menyalahkan orang lain, mampu menentukan kegiatan belajar, melakukan tugas sendiri dengan senang hati, bisa membuat keputusan yang berbeda, minat yang kuat dalam belajar, menghormati dan menghargai aturan sekolah, konsentrasi dalam belajar, dan bertanggung jawab pada prestasi di sekolah, maka dapat disimpulkan bahwa dari ke sepuluh indikator tanggung jawab belajar tersebut, semua indikator mengalami peningkatan. Peningkatan yang paling rendah yaitu indikator tidak menyalahkan orang lain dalam belajar dengan persentase sebesar 71,43% masuk dalam kriteria tinggi, sedangkan indikator tertinggi adalah menghormati dan menghargai aturan sekolah yaitu sebesar 79,63% masuk dalam kriteria tinggi.

4.1.1.2.11 Hasil tiap Indikator Tanggung Jawab Belajar pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang Setelah Diberikan Layanan Konseling Individual Berbasis *Self-Management*

Hasil tiap indikator tanggung jawab belajar pada siswa kelas IX SMK Negeri 1 Pemalang setelah diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management* dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 4.27
Distribusi tiap Indikator Tanggung Jawab Belajar Siswa Setelah Diberikan Layanan Konseling Individual Berbasis *Self-Management*

No.	Indikator	(%)	Kriteria
1.	Melakukan Tugas Belajar dengan Rutin	71,67	T
2.	Dapat Menjelaskan Alasan Belajar	75,00	T
3.	Tidak Menyalahkan Orang Lain	71,43	T
4.	Mampu Menentukan Kegiatan Belajar	71,67	T
5.	Melakukan Tugas Sendiri dengan Senang Hati	73,89	T
6.	Bisa Membuat Keputusan Yang Berbeda	76,67	T
7.	Minat Yang Kuat Dalam Belajar	73,81	T
8.	Menghormati dan Menghargai Aturan Sekolah	79,63	T
9.	Konsentrasi Dalam Belajar	73,33	T
10.	Bertanggung Jawab Pada Prestasi di Sekolah	76,67	T
Rata-rata		**74,49**	**T**

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa rata-rata indikator melakukan tugas belajar dengan rutin, dapat menjelaskan alasan belajar, tidak menyalahkan orang lain, mampu menentukan kegiatan belajar, melakukan tugas sendiri dengan senang hati, bisa membuat keputusan yang berbeda, minat yang kuat dalam belajar, menghormati dan menghargai aturan sekolah, konsentrasi dalam belajar, dan bertanggung jawab pada prestasi di sekolah setelah diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management* seluruhnya masuk dalam kriteria tinggi, yaitu prosentase berkisar antara 71,43% sampai dengan 79,63%.

4.1.1.3 Peningkatan Tanggung Jawab Belajar Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang Setelah Mengikuti Layanan Konseling Individual Berbasis Self-Management

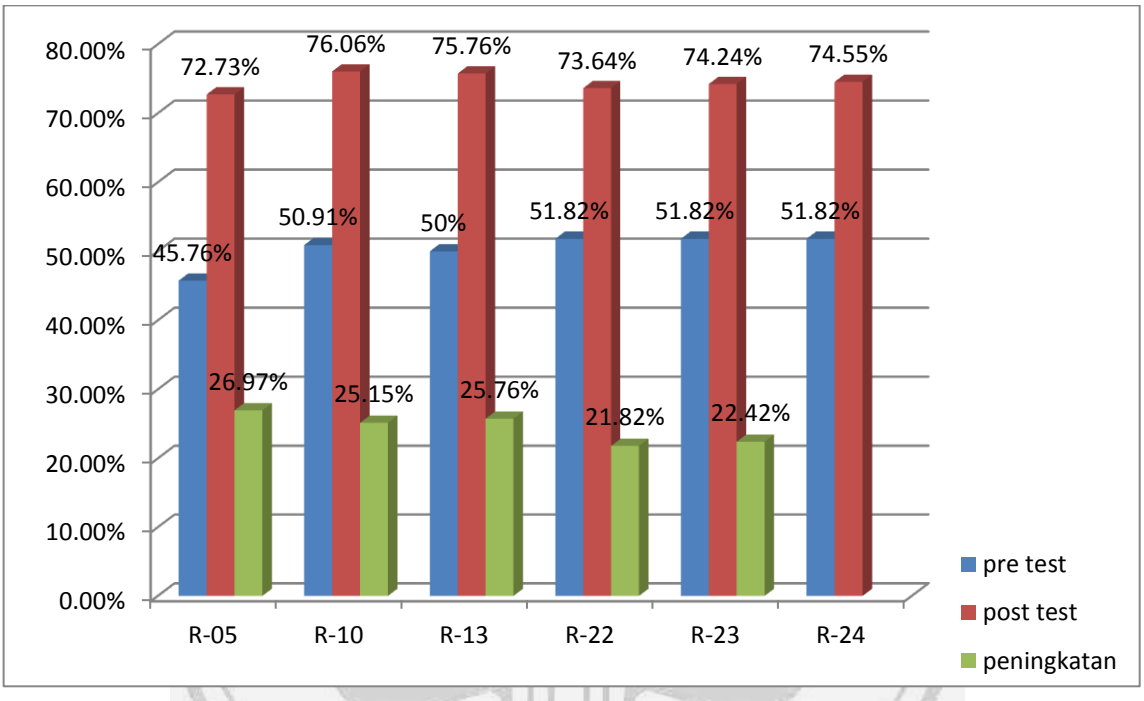
Untuk mengetahui peningkatan tanggung jawab belajar siswa kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang setelah diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management*, dapat dilihat melalui analisis dari hasil *pre test* dan *post test*. Hasil tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 4. 28
Perbedaan Tanggung Jawab Belajar Siswa
Sebelum dan Sesudah Diberikan Layanan Konseling Individual Berbasis *Self-Management*

No.	Kode Resp.	*Pre Test*		*Post Test*		% Skor Peningkatan
		% Skor	Kriteria	% Skor	Kriteria	
1	R-05	45,76	Rendah	72,73	Tinggi	26,97
2	R-10	50,91	Rendah	76,06	Tinggi	25,15
3	R-13	50,00	Rendah	75,76	Tinggi	25,76
4	R-22	51,82	Rendah	73,64	Tinggi	21,82
5	R-23	51,82	Rendah	74,24	Tinggi	22,42
6	R-24	51,82	Rendah	74,55	Tinggi	22,73
Rata-rata		**50,36**	**Rendah**	**74,50**	**Tinggi**	**24,14**

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa dari 6 siswa tersebut mengalami peningkatan tanggung jawab belajar. 6 siswa yang sebelumnya berada pada kategori rendah setelah diberi *treatment* berupa konseling individual berbasis *self-management* 6 siswa tersebut mengalami peningkatan ke kategori tinggi. Dari perhitungan persentase rata-rata tanggung jawab belajar siswa sebelum mendapatkan perlakuan adalah 50,36% dan termasuk kategori rendah. Namun, setelah mendapatkan perlakuan konseling individual berbasis *self-management* persentase rata-rata tersebut mengalami peningkatan sebesar 24,14% sehingga menjadi 74,50% dan termasuk dalam kategori tinggi.

Peningkatan tanggung jawab belajar siswa setelah diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management* tersebut, lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik peningkatan berikut ini:



Gambar Grafik 4.2
Persentase Peningkatan Tanggung Jawab Belajar Siswa Sebelum dan Sesudah Mendapatkan Konseling Individual Berbasis *Self-Management*

PERPUSTAKAAN UNNES

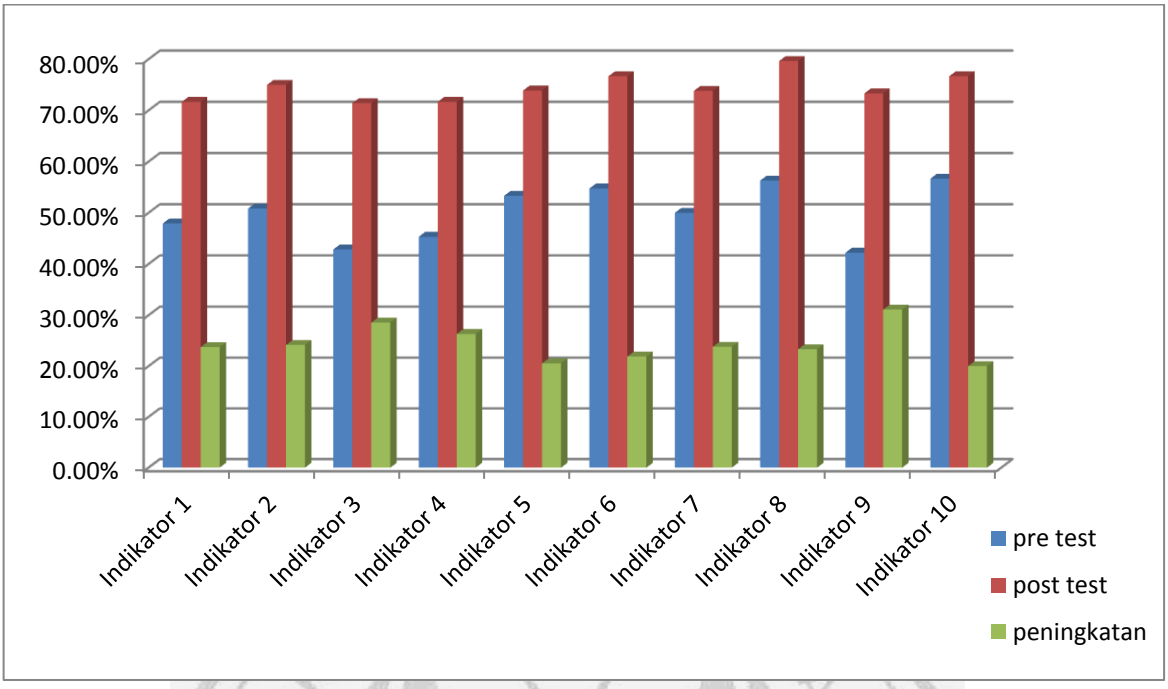
Di bawah ini akan dapat dilihat peningkatan tanggung jawab belajar siswa dilihat dari peningkatan tiap indikator tanggung jawab belajar.

Tabel 4.29
Hasil Persentase Skor
Berdasarkan Indikator Tanggung Jawab Belajar
Pada Siswa Antara Sebelum dan Setelah Memperoleh *Treatment*

Indikator	% Skor		Kriteria		% Skor Peningkatan
	Pre Test	*Post Test*	*Pre Test*	*Post Test*	
1. Melakukan tugas belajar dengan rutin tanpa harus diberitahu	47,92	71,67	R	T	23,75

2. Dapat menjelaskan alasan atas belajar yang dilakukannya	50,83	75,00	R	T	24,17
3. Tidak menyalahkan orang lain	42,86	71,43	R	T	28,57
4. Mampu menentukan pilihan kegiatan belajar dari beberapa alternatif	45,33	71,67	R	T	26,33
5. Melakukan tugas sendiri dengan senang hati	53,33	73,89	S	T	20,56
6. Bisa membuat keputusan yang berbeda dari keputusan orang lain dalam kelompoknya	54,76	76,67	S	T	21,90
7. Mempunyai minat yang kuat untuk menekuni dalam belajar.	50,00	73,81	R	T	23,81
8. Menghormati dan menghargai aturan di sekolah	56,30	79,63	S	T	23,33
9. Dapat berkonsentrasi dalam belajar	42,22	73,33	R	T	31,11
10. Memiliki rasa bertanggung jawab erat kaitannya dengan prestasi di sekolah	56,67	76,67	S	T	20,00
Persentase skor rata-rata	**50,02**	**74,38**	**R**	**T**	**24,36**

Peningkatan tanggung jawab belajar setelah diberikan *treatment* konseling individual berbasis *self-management*, lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik peningkatan berikut ini:



Gambar Grafik 4.3
Persentase Skor Peningkatan Tiap Indikator Tanggung Jawab Belajar Siswa Sebelum dan Sesudah Mendapatkan Konseling Individual Berbasis *Self-Management*

Berdasarkan tabel 4.29 dapat diketahui bahwa semua indikator mengalami peningkatan. Untuk persentase skor rata-rata juga meningkat sebesar 24,36% dari yang semula persentase rata-ratanya 50,02% menjadi 74,38%.

PERPUSTAKAAN UNNES

4.1.2 Konseling Individual Berbasis *Self-Management* dapat Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang

Konseling individual berbasis *self-management* dapat meningkatkan tanggung jawab belajar, di bawah ini akan dipaparkan melalui dua sisi yaitu berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan Uji *Wilcoxon* dan deskripsi proses berdasarkan progres yang terjadi pada proses pelaksanaan konseling individual berbasis *self-management*.

4.1.2.1 Analisis Uji Wilcoxon

Analisis data untuk mengetahui apakah konseling individual berbasis *self-management* dapat meningkatkan tanggung jawab belajar siswa dapat diketahui melalui hasil *pre test* dan *post test* dengan menggunakan analisis statistik nonparametrik yaitu Uji *Wilcoxon.* Berikut akan dipaparkan hasil uji *wilcoxon* melalui tabel 4.8

Tabel 4.30
Tabel Penolong untuk Uji *Wilcoxon* Tanggung Jawab Belajar

Kode Resp.	*Pre Test* (X_1)	*Post Test* (X_2)	Beda $X_2 - X_1$	Jenjang	Tanda Jenjang +	Tanda Jenjang -
R-05	151	240	+89	6	6	0
R-10	168	251	+83	4	4	0
R-13	165	250	+85	5	5	0
R-22	171	243	+72	1	1	0
R-23	171	245	+74	2	2	0
R-24	171	246	+75	3	3	0
Jumlah					**21**	**0**

Diket: T (jumlah jenjang/ranking yang kecil) = 0

n = 6

$$Z = \frac{T - \mu T}{\sigma T} = \frac{T - \frac{n(n+1)}{4}}{\sqrt{\frac{n(n+1)\,(2n+1)}{24}}}$$

$$= \frac{0 - \frac{6(6+1)}{4}}{\sqrt{\frac{6(6+1)(2\ x\ 6+1)}{24}}} = -2{,}20$$

Berdasarkan hasil perhitungan uji *wilcoxon* menggunakan tabel penolong, diperoleh Z_{hitung}= -2,20, karena nilai ini adalah nilai mutlak maka tanda negatif tidak diperhitungkan, sehingga Z_{hitung} menjadi 2,20. Sedangkan

Z_{tabel} untuk n=6 dengan taraf kesalahan 5% nilainya adalah 0. Sehingga Z_{hitung}= 2,20 > Z_{tabel}= 0 dengan demikian Ha diterima dan Ho ditolak. Sehingga menunjukkan bahwa konseling individual berbasis *self-management* dapat digunakan untuk meningkatkan tanggung jawab belajar pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang.

4.1.2.2 Deskripsi Proses Pelaksanaan Layanan Konseling Individual Berbasis Self-Management

Deskripsi proses pelaksanaan konseling dilakukan dengan memaparkan hasil pengamatan progress selama proses konseling individual dari pertemuan pertama sampai dengan pertemuan terakhir. Kemudian hasil pengamatan yang telah dilakukan selama proses konseling individual berbasis *self-management* akan dijelaskan di bawah ini:

(1) Pertemuan Pertama

Pada pertemuan pertama ini adalah tahap *assesment* masalah konseli. Konseling dilakukan pada hari Sabtu tanggal 23 November 2013 yang masing-masing 45 menit tiap konseli (CC, EML, ILA, NF, PST dan RO). Proses konseling diawali dengan opening seperti menyambut konseli dengan baik, mengucap salam, pembicaraan topik netral dengan menanyakan kabar dan memperkenalkan diri serta tidak lupa juga membina hubungan baik (*rapport*) dengan konseli. Tujuan dari *rapport* adalah agar konseli merasa aman, nyaman, dan percaya dengan peneliti, sehingga konseli dapat hadir dengan sukarela dan terbuka saat menceritakan masalahnya. Kemudian mengadakan kontrak kasus, membuat kesepakatan waktu untuk pertemuan pertama ini, menjelaskan mengenai

asas yang digunakan dalam konseling, menjelaskan pembatasan peran konselor dan konseli, serta menjelaskan tentang konseling *behavioral* itu sendiri secara sederhana. Tidak lupa juga peneliti berusaha meyakinkan konseli bahwa peneliti akan merahasiakan segala data atau informasi baik verbal maupun non verbal dengan siapa pun selain konseli.

Setelah suasana kondusif, peneliti mulai menanyakan apakah benar bahwa konseli memiliki tanggung jawab belajar yang rendah yang selama ini menjadi beban yang cukup berat bagi konseli. Peneliti mencoba menanyakan tentang informasi yang telah didapatkan dari pengisian skala tanggung jawab belajar. Untuk mengakhiri pertemuan konseling pada hari ini, peneliti tidak lupa menanyakan *UCA* (*understanding, comfortable, action*) kepada konseli. Sedangkan untuk proses *assesment* selanjutnya akan dibahas pada pertemuan konseling kedua.

(2) Pertemuan Kedua

Pada tahap *assesment* pertemuan kedua ini sebelumnya konseli sudah menceritakan tentang permasalahannya. Konseling dilakukan pada hari Senin tanggal 25 November 2013 yang masing-masing 45 menit tiap konseli (CC, EML, ILA, NF, PST dan RO). Seperti biasa sebelum dilakukan pembahasan inti, peneliti melakukan opening dengan menyambut konseli dengan baik, memberi salam, menyapa, membicarakan topik netral misalnya, menanyakan kabar dan perkembangan konseli, serta menggunakan kalimat “jembatan”. Kemudian memasuki pembahasan inti, pada hari ini peneliti berusaha mengidentifikasi peristiwa apa yang mengawali konseli berperilaku seperti itu dan seberapa sering

ia melakukannya. Konseli diajak untuk menceritakan peristiwa atau penyebab apa saja yang mengawali konseli mempunyai rendah tanggung jawab belajar.

Kemudian setelah diketahui penyebabnya, peneliti mengajak konseli menemukan inti masalahnya serta memberi gambaran apabila perilaku tersebut tidak diubah, dikhawatirkan prestasi akan menurun, orang tua akan kecewa yang sudah membiayai, dan dampak lebih buruk lagi dimungkinkan akan tidak naik kelas. Peneliti juga berusaha memberi gambaran hal-hal yang menarik dalam kehidupan dan memotivasi konseli untuk bisa berubah ke arah yang lebih baik. Untuk mengakhiri pertemuan konseling pada hari ini, peneliti tidak lupa menanyakan *UCA* (*understanding, comfortable, action*) kepada konseli.

(3) Pertemuan Ketiga

Pada pertemuan ketiga ini peneliti memasuki tahap *goal setting* atau menentukan tujuan konseling. Konseling dilakukan pada hari Selasa tanggal 26 November 2013 yang masing-masing 45 menit tiap konseli (CC, EML, ILA, NF, PST dan RO). Seperti biasa proses konseling diawali dengan peneliti melakukan *opening* dengan menyambut konseli dengan baik, memberi salam, menyapa, membicarakan topik netral misalnya, menanyakan kabar, serta menggunakan kalimat “jembatan”. Kemudian memasuki pembahasan inti, peneliti membimbing dan memantapkan tujuan yang akan dicapai dalam konseling yaitu untuk dapat meningkatkan rendahnya tanggung jawab belajar yang dialami konseli sehingga ia mampu meningkatkan prestasi belajarnya. Peneliti juga membantu konseli memandang masalahnya dengan memperhatikan hambatan-hambatan yang dihadapi untuk mencapai tujuan tersebut. Setelah diketahui hambatannya,

kemudian peneliti mengajak konseli untuk lebih mengetahui sub-sub tujuan yang ingin dicapai dahulu hingga akhirnya tujuan umum dalam konseling dapat tercapai. Untuk mengakhiri pertemuan konseling pada hari ini, peneliti tidak lupa menanyakan *UCA* (*understanding, comfortable, action*) kepada konseli.

(4) Pertemuan Keempat

Konseling dilakukan pada hari Rabu tanggal 27 November 2013 yang masing-masing 45 menit tiap konseli (CC, EML, ILA, NF, PST dan RO). Seperti biasa proses konseling diawali dengan peneliti melakukan *opening* dengan menyambut konseli dengan baik, memberi salam, menyapa, membicarakan topik netral misalnya, menanyakan kabar dan perkembangan konseli, serta menggunakan kalimat "jembatan" untuk memasuki pembahasan inti. Pada pertemuan keempat ini proses konseling *behavior* telah memasuki tahap *technique implementation.* Pada tahap ini peneliti menentukan teknik konseling yang akan digunakan dalam konseling, yaitu teknik *self-management.* Kemudian peneliti menjelaskan tentang prosedur teknik *self-management*. Tujuan teknik ini adalah untuk membantu konseli dalam mengatur dan merubah perilaku ke arah yang lebih efektif melalui proses belajar tingkah laku baru yaitu bertanggung jawab dalam belajar. Dalam *self-management* konseli akan melakukan pantau diri atau *self-monitoring,* evaluasi diri, tahap pemberian *reward* dan konsekueni.. *Self-monitoring* yang disepakati konseli adalah sesuai tujuan konseling yang telah ditentukan pada tahap *goal setting*. Kemudian peneliti mengajak konseli untuk menentukan *reward* jika berhasil melaksanakan *self-monitoring* dengan baik dan menentukan konsekuensinya apabila konseli tidak melaksanakan *self-monitoring.*

Setelah menentukan *reward* dan konsekuensi, peneliti meminta konseli untuk benar-benar melakukan apa yang telah ia tulis dalam lembar tersebut dan meminta konseli untuk selalu melaporkan lembar *self-management.* Untuk mengakhiri pertemuan konseling pada hari ini, peneliti tidak lupa menanyakan *UCA* (*understanding, comfortable, action*) kepada konseli.

(5) Pertemuan Kelima

Konseling dilakukan pada hari Selasa tanggal 10 Desember 2013 yang masing-masing 45 menit tiap konseli (CC, EML, ILA, NF, PST dan RO). Seperti biasa proses konseling diawali dengan peneliti melakukan *opening* dengan menyambut konseli dengan baik, memberi salam, menyapa, membicarakan topik netral misalnya, menanyakan kabar dan perkembangan konseli, serta menggunakan kalimat "jembatan" untuk memasuki pembahasan inti. Pada pertemuan kelima ini masih dengan tahap *technique implementation* dikarenakan tahap ini dilakukan selama 2 kali pertemuan. Pertemuan hari ini konseli memasuki tahap *self-management* yaitu evaluasi diri untuk mengetahui apakah sudah melaksanakan perilaku yang ada di lembar *self-monitoring* dengan baik atau belum. Konseli melaporkan lembar *self-management* kepada peneliti. Kemudian peneliti menjelaskan tentang sub tujuan yang sudah tercapai dan yang belum tercapai.

Pada masing-masing konseli sudah mulai terlihat adanya peningkatan perilaku untuk bertanggung jawab belajar. Sedangkan untuk perilaku yang belum tercapai dengan penuh, peneliti berusaha memberi motivasi kepada konseli agar mampu melaksanakannya dengan baik lagi. Untuk mengakhiri pertemuan

konseling pada hari ini, peneliti tidak lupa menanyakan *UCA* (*understanding, comfortable, action*) kepada konseli.

(6) Pertemuan Keenam

Konseling dilakukan pada hari Rabu tanggal 11 Desember 2013 yang masing-masing 45 menit tiap konseli (CC, EML, ILA, NF, PST dan RO). Seperti biasa proses konseling diawali dengan peneliti melakukan *opening* dengan menyambut konseli dengan baik, memberi salam, menyapa, membicarakan topik netral misalnya, menanyakan kabar dan perkembangan konseli, serta menggunakan kalimat "jembatan" untuk memasuki pembahasan inti. Pada pertemuan keenam ini peneliti melakukan tahap konseling *evaluation-termination.* Peneliti mengevaluasi kegiatan konseling yang telah dilaksanakan dari pertemuan pertama dan terakhir. Peneliti juga memberikan kesempatan kepada konseli untuk mengevaluasi hal apa yang sudah dilakukan oleh konseli setelah diberi *treatment* dan menanyakan tentang hal-hal yang sudah dilakukan oleh konseli serta hambatan apa saja yang dihadapi.

Peneliti berharap meskipun dilakukan tanpa adanya *reward* dan konsekuensi lagi, konseli mampu mempola perilaku, pikiran, dan perasaan yang diinginkan; dapat menciptakan keterampilan belajar yang baru sesuai harapan; dapat mempertahankan keterampilannya sampai di luar sesi konseling; serta perubahan yang mantap dan menetap.

Peneliti menyimpulkan apa yang telah dilakukan dan diungkapkan konseli dari pertemuan pertama hingga pertemuan akhir ini; menawarkan untuk kemungkinan konseling tambahan; dan peneliti mengakhiri proses konseling

dengan ucapan minta maaf apabila ada kata-kata yang kurang berkenan serta ucapan terima kasih kepada konseli karena sudah berkenan hadir mengikuti konseling dari awal hingga pertemuan akhir. Tidak lupa untuk menanyakan *UCA* (*Understanding, Comfort, Action*) kepada konseli.

Dari penjelasan proses konseling sebanyak 6 kali di atas, rata-rata pelaksanaan konseling sudah dilakukan dengan baik dan sesuai prosedur konseling tahap behavioral. Untuk mengetahui hasil apa saja yang diungkapkan konseli, dapat dilihat pada lampiran penelitian tentang proses pelaksanaan konseling behavioral berbasis *self-management*.

4.2 Pembahasan Hasil Penelitian

Konseling individual berbasis *self-management* untuk meningkatkan tanggung jawab belajar merupakan upaya pemberian bantuan kepada konseli dengan konseling *behavioral* untuk dapat mengoptimalkan potensi yang dimiliki dan individu mampu menyusun rencana dan keputusan yang tepat serta dapat memahami dirinya sendiri, orang lain, dan lingkungannya untuk meningkatkan tingkah laku yang lebih efektif.

Berdasarkan pada tujuan dan hasil penelitian, maka akan dibahas data empiris tentang gambaran tanggung jawab belajar pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang sebelum diberikan layanan konseling individual berbasis *self management*, gambaran tanggung jawab belajar pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang setelah diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management*, dan peningkatan tanggung jawab belajar pada siswa kelas XI SMK

Negeri 1 Pemalang melalui layanan konseling individual berbasis *self-management*.

Dari hasil perhitungan analisis deskriptif dapat diketahui bahwa sebelum diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management*, 6 siswa masuk dalam kriteria rendah. Rata-rata persentase dari 6 siswa sebelum diberikan layanan konseling yaitu sebesar 50,35%, masuk dalam kriteria rendah. Hal ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan konseli belum mempunyai kesadaran untuk bersikap tanggung jawab dalam belajar yaitu dengan melakukan tugas secara rutin, mengetahui alasan belajar, tidak menyalahkan orang lain, mampu menentukan pilihan kegiatan belajar, melakukan tugas sendiri dengan senang hati, bisa membuat keputusan yang berbeda dalam kelompok, adanya minat untuk belajar, menghormati dan menghargai aturan sekolah, dapat konsentrasi dalam belajarnya, dan memiliki rasa tanggung jawab dengan prestasi di sekolah. Berdasarkan hasil *pre test* tersebut siswa perlu mendapatkan *treatment* lebih lanjut terkait dengan masalahnya.

Peneliti memilih layanan konseling individual berbasis *self-management* sebagai upaya untuk meningkatkan tanggung jawab belajar siswa kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang. Seperti yang telah kita ketahui bahwa layanan konseling *behavioral* merupakan pendekatan yang berpandangan bahwa setiap tingkah laku dapat dipelajari. Salah satu tujuan pendekatan ini yaitu membantu konseli membuang respons-respons yang lama yang merusak diri atau maladaptif dan mempelajari respons-respons yang baru yang lebih sehat dan sesuai (*adjustive*) (Komalasari, 2011: 156). Hal ini berarti pendekatan *behavioral* dapat mengubah

perilaku maladaptif (tidak sesuai) seperti kurangnya tanggung jawab belajar menjadi tingkah laku yang adaptif (sesuai) yaitu adanya tanggung jawab belajar siswa. Kemudian teknik *self-management* menunjuk pada suatu teknik dalam terapi *kognitif-behavior* yang dirancang untuk membantu konseli mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri ke arah yang lebih efektif. Peneliti akan menangani tanggung jawab belajar siswa dengan cara mengatur perilaku siswa agar mampu mengelola perilaku, pikiran, dan perasaan dalam diri untuk mencapai tujuan tertentu, yaitu mempunyai tanggung jawab belajar.

Proses konseling *behavioral* diberikan melalui serangkaian tahapan, diantaranya: (1) *assesment*, (2) *goal setting*, (3) *technique implementation*, dan (4) *evaluation-termination*. Sedangkan untuk keseluruhan proses konseling diberikan sebanyak 6 kali pertemuan pada masing-masing konseli.

Sedangkan gambaran tanggung jawab belajar siswa berdasarkan perhitungan analisis deskriptif, dapat diketahui bahwa setelah diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management*, terjadi perubahan kriteria tanggung jawab belajar pada 6 siswa tersebut masuk dalam kriteria tinggi dengan rata-rata persentase sebesar 74,49%. Hal ini menunjukkan bahwa setelah diberi *treatment* sebanyak 6 kali terjadi peningkatan sebesar 24,14%. Hal ini juga terlihat selama proses konseling bahwa siswa mulai bisa merubah kebiasaan mereka untuk mampu melakukan tugas secara rutin, mengetahui alasan belajar, tidak menyalahkan orang lain, mampu menentukan pilihan kegiatan belajar, melakukan tugas sendiri dengan senang hati, bisa membuat keputusan yang berbeda dalam kelompok, adanya minat untuk belajar, menghormati dan

menghargai aturan sekolah, dapat konsentrasi dalam belajarnya, dan memiliki rasa tanggung jawab dengan prestasi di sekolah. Adapun lebih jelasnya, akan diuraikan perkembangan untuk masing-masing konseli, sebagai berikut:

R-05 (CC), CC adalah siswa yang mengalami permasalahan kurang adanya minat yang kuat dalam belajar. Konseli mengaku sering melewatkan waktu untuk belajar di rumah dan malas mencatat materi ketika guru menjelaskan sehingga buku catatannya kurang lengkap. Meski buku-bukunya kurang lengkap, konseli merasa malas pergi ke perpustakaan. Akhirnya, konseli perlahan-lahan mulai menghilangkan rasa malasnya untuk belajar, berusaha melengkapi buku catatannya dan rajin mengunjungi perpustakaan setelah mengikuti proses konseling individual berbasis *self-management*. Hal ini terbukti dengan peningkatan indikator minat yang kuat dalam belajar dengan persentase 74,29%.

R-10 (EML), EML adalah siswa yang mengalami permasalahan kurang rutin dalam melakukan tugas belajar dan sulit untuk berkosentrasi belajar ketika ada masalah. Konseli mengaku bahwa ia malas belajar, tugas-tugas dari sekolah dikerjakan ketika sudah mepet waktunya, dan tidak bisa konsentrasi belajar karena ada masalah dengan teman sebangkunya. Setelah konseli mengikuti konseling individual berbasis *self-management*, akhirnya konseli mengalami perubahan perilaku yang ditandai dengan belajar rutin minimal 1 jam, berusaha mengerjakan tugas tepat waktu, dan mencoba berbaikan dengan teman sebangkunya agar masalah cepat selesai sehingga dapat konsentrasi dengan belajarnya. Hal ini terbukti dengan peningkatan indikator melakukan tugas belajar dengan rutin dengan persentase 70%. Fenomena ini memiliki kesesuaian dengan

penelitian yang dilakukan oleh Marwi dan Sutijono (2012: 8) yang berupa jurnal dengan judul "Penggunaan Strategi Pengelolaan Diri *(Self-Management)* Untuk Mengurangi Tingkat Kemalasan Belajar Pada Siswa Kelas VIII E MTs Al Rosyid Dander Bojonegoro". Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa perilaku malas belajar yang dialami oleh 8 anak telah mengalami perubahan dari tinggi ke sedang setelah dilakukan *treatment* sebanyak 5 kali pertemuan. Hal itu menunjukkan bahwa strategi *self-management* dapat mengurangi tingkat kemalasan belajar pada siswa kelas VIII E MTs Al-Rosyid Dander Bojonegoro.

R-13 (ILA), ILA adalah siswa yang mengalami permasalahan kurang adanya minat belajar dan cenderung menyalahkan orang lain. Konseli mengaku sering malas belajar dan lebih memilih bermain *game*/HP, mengerjakan tugas jika sudah menumpuk, serta cenderung menyalahkan orang tua karena kurang perhatian, menyalahkan guru karena dalam mengajar kurang enak sehingga tidak ada semangat untuk mengikuti pelajaran. Setelah konseli mengikuti proses konseling sebanyak 6 kali, kini terjadi perubahan dengan ditandai konseli mampu mengesampingkan bermain *game*'nya, menyicil tugas agar tidak sampai menumpuk serta menyadari bahwa ia mendapat nilai kurang memuaskan karena perilakunya sendiri yang malas belajar. Kini terjadi peningkatan pada indikator tidak menyalahkan orang lain dengan persentase 71,43% dan peningkatan pada indikator lainnya. Fenomena ini memiliki kesesuaian dengan penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti dan Muhari (2012: 9) yang berupa jurnal dengan judul "Penerapan Konseling Kelompok dengan Strategi *Self-Management* untuk Mengurangi Kebiasaan Bermain *Video Games*". Hasil penelitiannya menunjukkan

bahwa perilaku kebiasaan bermain video games yang dialami oleh 6 anak telah mengalami penurunan dengan rata-rata skor tiap individu adalah 13 skor setelah dilakukan *treatment* sebanyak 8 kali pertemuan. Hal ini terjadi karena mereka melaksanakan strategi *self-management* dengan kesadaran dan motivasi yang tinggi untuk mengurangi kebiasaan bermain *video games*. Hal ini menunjukkan bahwa strategi *self-management* dapat mengurangi kebiasaan bermain video *games*.

R-22 (NF), adalah siswa yang mengalami permasalahan kurang mampu menentukan pilihan kegiatan belajar dan sulit untuk berkonsentrasi. Konseli mengaku bahwa ia tidak bisa memanfaatkan waktu dengan baik, malu bertanya dengan guru, tidak tahu cara belajar yang baik, dan sulit berkonsentrasi karena merasa cemas dengan keadaan ibunya yang sedang sakit *struk*. Konseli berusaha mengikuti proses konseling dan melakukan apa yang ia tuliskan di lembar *self-monitoring*. Sehingga terjadi perubahan perilaku dengan ditandai berusaha menyempatkan waktu untuk belajar, berusaha bertanya dan aktif dikelas, dan selalu berpikir positif bahwa ibu akan sembuh sehingga tingkat kecemasan bisa berkurang. Konseli mengalami peningkatan pada indikator mampu menentukan pilihan kegiatan belajar 66,67% dan peningkatan pada indikator lain.

R-23 (PST), PST adalah siswa yang mengalami permasalahan dengan kurang mampu melakukan tugas sendiri dengan senang hati dan malas belajar dengan ditandai sering meminta bantuan teman ketika mengerjakan tugas maupun saat ulangan, merasa malas belajar jika tidak ada tugas atau ulangan. Konseli berusaha ingin berubah dengan mengikuti konseling individual berbasis self-

management. Akhirnya konseli mengalami perubahan yang ditandai dengan belajar rutin setiap hari meski tidak ada ujian/PR, percaya diri dengan kemampuan sendiri, dan memanfaatkan waktu luang untuk hal-hal yang positif. Sehingga terjadi peningkatan pada indikator mampu melakukan tugas sendiri dengan senang hati dengan persentase sebesar 73,33% dan peningkatan indikator lainnya.

R-24 (RO), RO adalah konseli yang mengalami permasalahan kurang bisa konsentrasi dengan belajar dan kurang bisa bertanggung jawab pada prestasi disekolah. Hal ini ditandai dengan tidak mampu mengesampingkan bermain HP dan jejaring sosial ketika sedang dijelaskan guru atau belajar di rumah. Selain itu konseli menunda-nunda mengerjakan tugas dan malas melakukan piket di kelas. Tetapi setelah diberikan *treatment* sebanyak 6 kali pertemuan, konseli mengalami perubahan pada indikator konsentrasi belajar (70%), bertanggung jawab pada prestasi sekolah, dan disusul dengan indikator tanggung jawab belajar lainnya. Fenomena ini memiliki kesesuaian dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari, dkk (2012: 10) yang berupa jurnal dengan judul "Penerapan Konseling Behavioral Teknik *Positive Reward* untuk Meningkatkan *Responsibility Academic* Siswa Kelas X.6 SMA Laboratorium Undiksha Tahun Pelajaran 2012/2013". Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa perilaku *responsibility academic* dapat ditingkatkan melalui konseling behavioral teknik *positive reward* dengan melakukan 2 kali siklus kepada 29 siswa. Peningkatan dari skor awal ke siklus I adalah sebesar 14% dan siklus I ke siklus II adalah 5%. Secara keseluruhan rata-rata peningkatan skornya adalah 70%. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa konseling behavioral teknik *positive reward* dapat

meningkatkan *responsibility academic* siswa. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti sendiri untuk meningkatkan rendahnya tanggung jawab belajar menggunakan layanan konseling individual, konseling individual disini yaitu konseling *behavioral* namun berbeda teknik yaitu dengan *self-management*.

Setelah diuraikan pembahasan mengenai perkembangan tiap konseli di atas, maka akan dibahas mengenai gambaran peningkatan per indikator tanggung jawab belajar siswa, diantaranya:

1. Melakukan tugas belajar dengan rutin, persentase indikator ini meningkat sebesar 23,75%. Yang termasuk dalam indikator ini meliputi:
   (1) Membagi waktu dengan baik, konseli perlahan-lahan dapat membagi waktu antara belajar dan bermain.
   (2) Memanajemen tugas dengan efisien, konseli berusaha mengerjakan tugas dengantepat waktu, tidak menunda-nunda dalam mengerjakan tugas.
   (3) Mempunyai inisiatif untuk belajar, konseli perlahan-lahan mulai adanya keinginan sendiri untuk belajar meski tanpa disuruh orang tua atau meski di TV ada acara kesukaannya.
2. Dapat menjelaskan alasan belajar, persentase indikator ini meningkat sebesar 24,17%. Yang termasuk dalam indikator ini yaitu:
   (1) Paham terhadap tujuan dari belajar. konseli mulai memahami arti serta tujuan ia belajar yaitu agar menjadi pandai, agar dapat menguasai materi, belajar meskipun tidak ada ujian atau ulangan.
3. Tidak menyalahkan orang lain, persentase indikator ini meningkat sebesar 28,57%. Yang termasuk dalam indikator ini meliputi:

PERPUSTAKAAN UNNES

(1) Tidak menyalahkan orang lain, konseli mulai sadar bahwa kegagalannya bukan karena orang lain atau keadaan.

(2) Mengakui kesalahan sendiri, konseli sudah tampak sadar dan mengakui kesalahannya sendiri bahwa hasil kurang maksimal akibat dari malas belajar dan berusaha lapang dada dengan hasil yang diperoleh.

4. Mampu menentukan pilihan kegiatan belajar dari beberapa alternatif, persentase indikator ini meningkat sebesar 26,33%. Yang termasuk dalam indikator ini meliputi:

(1) Mampu menentukan pilihan dari kegiatan belajar, konseli mulai menggunakan waktu sebaik mungkin dengan hal-hal yang positif seperti diskusi dengan teman tentang materi pelajaran, mengunjungi perpustakaan, memberi tanda pada materi yang penting.

(2) Mampu menyelesaikan permasalahan dalam belajar, konseli mampu mengatasi permasalahan dalam belajar seperti jika kesulitan mencoba bertanya dengan guru dan mengunjungi perpustakaan untuk mendukung kelengkapan buku pelajaran.

5. Melakukan tugas sendiri dengan senang hati, persentase indikator ini meningkat sebesar 2,56%. Yang masuk dalam indikator ini yaitu:

(1) Tidak terpaksa dan terbebani, konseli mulai merasa belajar adalah suatu kewajiban dan tidak merasa terbebani.

(2) Mandiri dalam belajar, konseli mulai berusaha mengerjakan tugas/PR/ulangan dengan mandiri dan kemampuan sendiri serta percaya pada kemampuan dan jawabannya sendiri.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

6. Bisa membuat keputusan yang berbeda dari keputusan orang lain dalam kelompok, persentase indikator ini meningkat sebesar 21,9%. Yang termasuk dalam indikator ini meliputi:
   (1) Kreatif dalam berpendapat, konseli sudah mulai aktif untuk berpendapat di kelas tanpa merasa malu dan sudah mencoba bertanya kepada guru jika menemukan kesulitan.
   (2) Mengambil keputusan dengan baik, dilihat dari perubahan konseli bisa dikatakan bahwa konseli sudah mampu mengambil keputusan dengan baik misalnya lebih mengurangi menonton TV atau *online* untuk belajar.
   (3) Bersedia menanggung resiko, konseli mulai beranggapan bahwa apapun keputusan yang dia ambil itulah resiko yang harus diterima.
7. Mempunyai minat yang kuat untuk menekuni belajar, persentase indikator ini meningkat sebesar 23,81%. Yang termasuk dalam indikator ini adalah:
   (1) Adanya keinginan dan kemauan yang kuat, konseli mulai terlihat adanya keinginan dan kemauan untuk belajar yang ditandai dengan belajar rutin agar mendapat prestasi yang bagus dan berusaha memperoleh nilai yang baik.
   (2) Aktif mengikuti pelajaran, konseli mulai aktif mengikuti pelajaran dengan memperhatikan guru saat menjelaskan dan mencatat materi yang dijelaskan guru.
8. Menghormati dan menghargai aturan di sekolah, persentase indikator ini meningkat sebesar 23,33%. Yang termasuk dalam indikator ini meliputi:

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

(1) Memakai seragam lengkap, konseli mulai nampak berpakaian seragam rapi dan lengkap.

(2) Datang ke sekolah tepat waktu, konseli mulai belajar untuk bangun pagi-pagi sehingga tidak terlambat ke sekolah.

(3) Menghormati peraturan yang dibuat sekolah, konseli mulai menyadari bahwa aturan yang dibuat sekolah itu untuk kebaikan dirinya kelak.

(4) Ikut berpartisipasi dalam kebersihan sekolah, konseli mulai aktif berpartisipasi menjaga kebersihan sekolah dengan membuang sampah pada tempatnya dan tidak mencoret-coret bangku sekolah.

9. Dapat berkonsentrasi dalam belajar, persentase indikator ini meningkat sebesar 31,11% dan cenderung tinggi dibandingkan peningkatan indikator lainnya. Yang termasuk dalam indikator konsentrasi belajar meliputi:

(1) Fokus dalam mengerjakan dan melakukan sesuatu dalam belajar, konseli perlahan-lahan mulai mampu berkonsentrasi dalam belajar yang ditandai dengan bisa melupakan sejenak masalah dan kecemasan yang dihadapi konseli serta berusaha menyesuaikan diri dengan keadaan sekitar.

(2) Mengesampingkan hal yang tidak ada hubungannya dengan belajar, konseli mampu mengabaikan HP atau online atau game terlebih dahulu saat belajar.

10. Memiliki rasa bertaggung jawab erat kaitannya dengan prestasi di sekolah, persentase indikator ini meningkat sebesar 20%. Yang termasuk dalam indikator ini meliputi:

(1) Mempunyai kesadaran akan tanggung jawabnya, konseli mulai menyadari bahwa kewajiban siswa adalah belajar dengan rutin dan menyadari jika selama ini belajarnya masih kurang.

(2) Suka rela dalam melakukan sesuatu, konseli merasa ikhlas dalam melakukan piket di kelas karena sudah menjadi kewajibannya menjaga kebersihan lingkungan

(3) Melakukan apa yang telah direncanakan dalam belajar, konseli berusaha melakukan rencana belajar yang telah ia buat.

Dari sepuluh indikator tanggung jawab belajar yang sudah dijabarkan di atas diketahui bahwa hasil *post test* setelah diberi *treatment* sebanyak 6 kali, indikator yang masuk dalam skor peningkatan tertinggi setelah diberi *treatment* yaitu pada indikator dapat berkonsentrasi dalam belajar dengan persentase sebesar 31,11%. Sedangkan indikator yang persentase peningkatannya paling rendah setelah diberi *treatmen*t yaitu indikator memiliki tanggung jawab erat kaitannya dengan prestasi di sekolah yang peningkatannya hanya sebesar 20%. Peningkatan rendah disebabkan pada hasil *pre test* siswa sudah termasuk dalam kriteria sedang maksudnya siswa sudah mampu mempertanggung jawabkan prestasi di sekolah tetapi belum sepenuhnya, dengan adanya layanan konseling individual berbasis *self-management* ini indikator bertanggung jawab erat kaitannya dengan prestasi di sekolah dapat ditingkatkan lagi ke kriteria yang lebih tinggi.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif persentase pada penelitian meningkatkan tanggung jawab belajar melalui layanan konseling individual berbasis *self-management* diperoleh hasil rata-rata persentase pada 6 siswa

sebelum diberikan *treatment* sebanyak 50,36% termasuk dalam kriteria rendah. Namun setelah mendapatkan *treatment* persentase rata-rata tersebut mengalami peningkatan sebesar 24,14% menjadi 74,50% sehingga termasuk dalam kriteria tinggi. Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan siswa sudah mampu memahami dan mengerti tentang pentingnya tanggung jawab belajar sehingga kesadaran dan perilaku siswa untuk bertanggung jawab belajar setelah diberi *treatment* lebih tinggi dibandingkan sebelum diberi *treatment.*

Di samping menggunakan analisis deskriptif, peneliti juga menggunakan uji statistik analisis *wilcoxon*. Berdasarkan hasil uji *wilcoxon* menggunakan tabel penolong, diperoleh Z_{hitung}= 2,20 > Z_{tabel}= 0, berarti ada perbedaan tingkat tanggung jawab belajar setelah memperoleh layanan konseling individual berbasis *self-management*. Oleh karena itu, hipotesis yang menyatakan bahwa tanggung jawab belajar pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang dapat ditingkatkan melalui layanan konseling individual berbasis *self-management* diterima.

Tanggung jawab belajar adalah suatu proses dimana seseorang berinteraksi langsung menggunakan semua alat inderanya terhadap objek belajar dan lingkungan melalui pendidikan di sekolah yang menghasilkan perubahan tingkah laku seperti pengetahuan, cara berpikir, ketrampilan, sikap, nilai dan kesediaan menanggung segala akibat dari kegiatan belajar dengan penuh kesadaran, kerelaan, rasa memiliki, dan disiplin yang bertujuan untuk menguasai materi ilmu pengetahuan. Tanggung jawab belajar merupakan sikap yang perlu diterapkan dalam kehidupan setiap individu, khususnya bagi seorang siswa yang

mempunyai kewajiban untuk belajar dengan sungguh-sungguh dan penuh tanggung jawab untuk mencapai prestasi yang gemilang.

Layanan konseling individual mampu membantu konseli meningkatkan tanggung jawab belajar melalui teknik *self-management* yang menunjuk pada kemampuan konseli untuk mengarahkan pikiran, perasaan dan perilakunya untuk mengubah perilaku dari yang semula kurang bermanfaat menjadi perilaku yang lebih efektif dengan melakukan tugas belajar secara rutin, mengetahui alasan belajar, tidak menyalahkan orang lain, mampu menentukan pilihan kegiatan belajar, melakukan tugas sendiri dengan senang hati, bisa membuat keputusan yang berbeda dalam kelompok, adanya minat untuk belajar, menghormati dan menghargai aturan sekolah, dapat konsentrasi dalam belajarnya, dan memiliki rasa tanggung jawab dengan prestasi di sekolah.

Berdasarkan uraian di atas, menunjukan bahwa konseling individual berbasis *self-management* terbukti dapat meningkatkan tanggung jawab belajar siswa. Meskipun begitu, hendaknya perlu ditingkatkan lagi. Tindak lanjut yang perlu dilaksanakan yaitu guru pembimbing hendaknya terus mendampingi siswa menekankan pentingnya tanggung jawab belajar karena sebagai siswa mempunyai kewajiban yaitu belajar. Kemudian diharapkan siswa juga harus mampu mempertahankan keterampilan yang telah ia miliki yang diperoleh dari proses konseling dan secara otomatis menjadi kebiasaan konseli walaupun tanpa pemberian *reward* dan konsekuensinya yang dipelajari selama mendapat teknik *self-management*.

4.3 Keterbatasan Penelitian

Meskipun penelitian ini telah dilaksanakan dengan sebaik mungkin, namun peneliti menyadari betul bahwa masih banyak kekurangannya. Keterbatasan penelitian ini berkaitan dengan pelaksanaan proses konseling yang dilakukan pada saat jam pelajaran berlangsung. Proses konseling tidak bisa dilakukan pada jam pulang sekolah karena di SMK Negeri 1 Pemalang jam pelajaran selesai hingga pukul 14.15 sehingga pelaksanaan konseling dilakukan dengan memanggil siswa saat mengikuti pelajaran berlangsung di kelas. Maka dari itu, konseling cukup dilakukan sebanyak 6 kali pertemuan untuk mengurangi siswa yang ketinggalan mata pelajaran di kelas yang sebentar lagi akan menghadapi ujian semesteran, dua pertemuan yang lain digunakan untuk *pre test* dan *post test* sehingga total penelitian ini sebanyak 8 kali pertemuan. Meskipun demikian, proses konseling berjalan dengan lancar selama kurang lebih 45-60 menit setiap pertemuan untuk masing-masing konseli. Semua tahap konseling *behavior* dapat dilaksanakan sehingga membantu konseli untuk meningkatkan rendahnya tanggung jawab belajar.

Selain keterbatasan tersebut, dimungkinkan juga ada jawaban yang tidak sesuai dengan keadaan sebenarnya dari konseli karena alasan-alasan tertentu. Hal ini dikarenakan konseli dimungkinkan mencari aman dalam menjawab skala tanggung jawab belajar. namun peneliti sudah berusaha menjelaskan kepada konseli untuk jujur dalam menjawab butir-butir pertanyaan skala tanggung jawab belajar yang sesuai dengan keadaan konseli yang sebenarnya.

BAB 5

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai meningkatkan tanggung jawab belajar dengan layanan konseling individual berbasis *self-management* pada siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Pemalang, dapat disimpulkan sebagai berikut:

(1) Tanggung jawab belajar siswa sebelum diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management* pada siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Pemalang menunjukkan bahwa 6 indikator yaitu melakukan tugas secara rutin, mengetahui alasan belajar, tidak menyalahkan orang lain, mampu menentukan pilihan kegiatan belajar, adanya minat untuk belajar, dan konsentrasi dalam belajar masih dalam kriteria rendah, serta 4 indikator yaitu melakukan tugas sendiri dengan senang hati, bisa membuat keputusan yang berbeda, menghormati dan menghargai aturan sekolah, dan memiliki rasa tanggung jawab dengan prestasi di sekolah masih dalam kriteria sedang.

(2) Tanggung jawab belajar siswa setelah diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management* pada siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Pemalang menunjukkan bahwa indikator yang masuk dalam peningkatan persentase tertinggi yaitu indikator dapat berkonsentrasi dalam belajar,

PERPUSTAKAAN

sedangkan indikator yang persentase peningkatannya paling rendah yaitu memiliki tanggung jawab erat kaitannya dengan prestasi di sekolah. Meskipun begitu, sepuluh indikator seluruhnya mengalami peningkatan, hal tersebut disebabkan siswa sudah memahami dan mengerti tentang pentingnya tanggung jawab belajar sehingga kesadaran dan perilaku siswa untuk bertanggung jawab belajar lebih tinggi setelah diberi *treatment.*

(3) Terdapat peningkatan tanggung jawab belajar pada siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Pemalang sebelum dan setelah mendapatkan layanan konseling individual berbasis *self-management* dari kriteria rendah menjadi kriteria tinggi setelah diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management.*

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan tanggung jawab belajar pada siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Pemalang antara sebelum dan setelah diberikan *treatment* layanan konseling individual berbasis *self-management*.

PERPUSTAKAAN
UNNES

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini dibuktikan adanya peningkatan tanggung jawab belajar siswa setelah diberikan layanan konseling individual berbasis *self-management*, maka ada beberapa saran yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan yaitu:

(1) Konseli diharapkan mereka mampu mempertahankan ketrampilan mengarahkan perilakunya, pikiran, dan perasaannya untuk dapat

bertanggung jawab dalam belajar agar menjadi terbiasa walaupun tanpa pemberian *reward* dan konsekuensi yang telah dipelajari selama mendapat layanan konseling individual berbasis *self-management*.

(2) Guru Pembimbing diharapkan dapat melatih siswa untuk bertanggung jawab belajar melalui tahap-tahap yang terdapat dalam layanan konseling individual berbasis *self-management* karena terbukti bahwa konseling individual berbasis *self-management* dapat meningkatkan tanggung jawab belajar siswa.

(3) Untuk peneliti lebih lanjut, diharapkan dapat melakukan penelitian yang lebih luas dan komprehensif mengenai penggunaan teknik *self-management* untuk meningkatkan tanggung jawab belajar siswa agar dapat meminimalisir jumlah siswa yang mengalami tanggung jawab belajar rendah.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi, Abu dan Widodo Supriyono. 2004. *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (edisi revisi VI).* Jakarta: Rineka Cipta

Astuti, Chatarina Puji. *Pengaruh Bimbingan Belajar Orang Tua Terhadap Tanggung Jawab Belajar Anak Kelas IV SD Pangudi Luhur Don Bosco Semarang Tahun Pelajaran 2003/2004*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.

Azwar, Saifuddin. 2004. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

_____. 2009. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Desmita. 2008. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Djamarah, Syaiful Bahri dan Aswan Zain. 2010. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.

Fitriana, A. 2009. *Pengaruh Pemanfaatan Sumber Belajar dan Tanggung Jawab Siswa Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Batang. Skripsi.* Semarang: Universitas Negeri Semarang.

Gie, The Liang. 2000. *Cara Belajar Yang Baik Bagi Mahasiswa edisi kedua.* Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

Gunarsa, D. Singgih. 2004. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Gunung Mulia.

Hamalik, Oemar. 2007. *Psikologi Belajar dan Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.

Hamalik, Oemar. 2009. *Perencanaan Pengajaran Berdasarkan Pendekatan Sistem.* Jakarta: PT. Bumi Aksara.

Hartono dan Boy Soedarmadji. 2012. *Psikologi Konseling Edisi Revisi.* Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Komalasari, Gantina, Wahyuni dan Karsih. 2011. *Teori dan Teknik Konseling.* Jakarta: PT. Indeks.

Latipun. 2008. *Psikologi Konseling.* Malang: UMM Press.

Lesmana, Jeanette Murad. 2008. *Dasar-dasar Konseling*. Jakarta: UI Press.

Mappiare, Andi. 2006. *Kamus Istilah Konseling & Terapi.* Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.

Marwi, Trio Isnansyah dan Sutijono. (2012). *Penggunaan Strategi Pengelolaan Diri (Self-Management) Untuk Mengurangi Tingkat Kemalasan Belajar Pada Siswa Kelas VIII E MTs Al Rosyid Dander-Bojonegoro, Vol. 12 No. 1.* Di ambil di http://ppb.jurnal.unesa.ac.id/130_891/ [di akses pada tanggal 8 April 2013].

Nelson, Richard dan Jones. 2011. *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi (edisi ke empat).* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Nursalim, Mochamad. 2013. *Strategi & Intervensi Konseling.* Jakarta: Indeks.

Pamungkas, M. Syaiful. 2012. *Upaya Mengatasi Rendahnya Tanggung Jawab Belajar Siswa Melalui Konseling Individual dengan Pendekatan Konseling Realita (Studi Kasus Pada Tiga Orang Siswa Kelas IX.D di SMP Negeri 3 Pekalongan Tahun Pelajaran 2011/2012. Skripsi*. Semarang: Unnes.

Purwanto, M. Ngalim. 2007. *Psikologi Pendidikan.* Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Rahmawati, Febriana Kusumadewi. 2011. *Mengembangkan Tanggung Jawab Belajar Melalui Pendekatan Konseling Gestalt Pada Siswa SMA Negeri*

2 Semarang Tahun Pelajaran 2009/2010. Skripsi. Semarang: Universitas Negeri Semarang.

Rifa'i, Achmad dan Catharina Tri Anni. 2009. *Psikologi Pendidikan.* Semarang: Unnes Press.

Sardiman, A.M. 2011. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar.* Jakarta: Rajagrafindo Persada.

Sudani, dkk. 2013. *Penerapan Konseling Eksistensial Humanistik Teknik Pemodelan Untuk Meningkatkan Perilaku Tanggung Jawab Belajar Siswa Kelas VIII E SMP Negeri 1 Sukasada (vol. 1 no. 1).* Diunduh dari http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/765/638 pada tanggal 19 September 2013.

Sjarkawi. 2008. *Pembentukan Kepribadian Anak Peran Moral, Intelektual, Emosional, dan Sosial sebagai Wujud Integritas Membangun Jati Diri.* Jakarta: PT Bumi Aksara.

Sugiyono. 2007. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung : CV Alfabeta.

_____. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.* Bandung: CV Alfabeta.

Sutoyo, Anwar. 2009. *Pemahaman Individu (Observasi, Checklist, Kuesioner & Sosiometri).* Semarang: CV. Widya Karya.

Syah, Muhibbin. 2003. *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Tirtarahardja, Umar dan S. L. La Sulo. 2005. *Pengantar Pendidikan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Walgito, Bimo. 2001. *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andi.

Wijayanti, Cari dan Muhari. (tanpa tahun). *Penerapan Konseling Kelompok dengan Strategi Self-Management untuk Mengurangi Kebiasaan Bermain Video Games* . diambil di http://ppb.jurnal.unesa.ac.id/bank/jurnal/1._Artikel_Cari_dan_Muhari.pdf [diakses pada tanggal 8 April 2013].

Willis, Sofyan S. 2004. *Konseling Individual Teori dan Praktek.* Bandung: Alfabeta.

Winkel, W.S dan M.M Sri Hastuti. 2004. *Bimbingan dan Konseling Di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.

Wulandari, Putu Afsari, dkk. (2013). *Penerapan Konseling Behavioral Teknik Positive Reward untuk Meningkatkan Responsibility Academic Siswa Kelas X.6 SMA Laboratorium Undiksha Tahun Pelajaran 2012/2013, Vol. 1 No. 1*. Di ambil dari http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/762. [diakses pada tanggal 25 September 2013].

Wuryanano. 2007. *Memahami Tanggung Jawab.* Diunduh dari http://wuryanano.wordpress.com/2007/10/27/memahami-tanggung-jawab/feed/ pada tanggal 26 Januari 2013.

Zubaedi. 2011. *Desain Pendidikan Karakter Konsepsi dan Aplikasinya dalam Lembaga Pendidikan*. Jakarta: Kencana.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

LAMPIRAN

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Lampiran 1

KISI-KISI INSTRUMEN (UJI COBA)

VARIABEL	INDIKATOR	DESKRIPTOR	NOMOR ITEM	
			(+)	(-)
Tanggung Jawab Belajar	1 Melakukan tugas belajar dengan rutin tanpa harus diberi tahu	• Membagi waktu dengan baik. • Memanajemen tugas dengan efisien. • Mempunyai inisiatif untuk belajar.	1 3 5, 6	2 4 7, 8
	2 Dapat menjelaskan alasan atas belajar yang dilakukannya	• Paham terhadap tujuan dari belajar.	9, 10, 11	12, 13
	3 Tidak menyalahkan orang lain dalam belajar	• Tidak melanyalahkan orang lain • Mengakui kesalahan yang telah dibuat.	14, 15 19, 20	16, 17, 18 21
	4 Mampu menentukan pilihan kegiatan belajar dari beberapa alternative	• Mampu menentukan pilihan dari kegiatan belajar. • Mampu menyelesaikan permasalahan dalam belajar.	22, 23 26, 27	24, 25 28, 29
	5 Melakukan tugas sendiri dengan senang hati	• Tidak terpaksa dan terbebani. • Tidak tergantung dengan orang lain (mandiri) dalam belajar.	30, 31 33, 34	32, 35, 36
	6 Bisa membuat keputusan yang berbeda dari keputusan orang lain dalam kelompoknya	• Kreatif dalam berpendapat. • Mengambil keputusan dengan baik. • Bersedia menanggung resiko dari keputusan yang diambil.	37 39, 40 42	38 41 43
	7 Mempunyai minat yang kuat untuk menekuni dalam belajar	• Adanya keinginan dan kemauan yang kuat. • Aktif mengikuti pelajaran.	44, 45, 46 49, 50	47, 48 51
	8 Menghormati dan menghargai	• Memakai seragam lengkap.	52	53

	aturan di sekolah	• Datang ke sekolah tepat waktu. • Menghormati peraturan-peraturan yang dibuat oleh sekolah. • Ikut berpartisipasi dalam kebersihan lingkungan sekolah	54, 55 58 61,	56, 57 59, 60 62
	9. Dapat berkonsentrasi dalam belajar	• Fokus dalam mengerjakan dan melakukan sesuatu dalam belajar. • Mengesampingkan semua hal lain yang tidak ada hubungannya dengan belajar.	63, 64 67	65, 66 68
	10. Memiliki rasa bertanggung jawab erat kaitannya dengan prestasi di sekolah	• Mempunyai kesadaran akan tanggung jawabnya. • Suka rela dalam melakukan sesuatu. • Melakukan apa yang telah direncanakan dalam belajar.	69, 72 74	70, 71 73 75

PERPUSTAKAAN UNNES

Lampiran 2

SKALA TANGGUNG JAWAB BELAJAR (UJI COBA)

A. Isilah keterangan yang diminta!

1. Nama : .....
2. Kelas : .....
3. No Absen : .....
4. Jenis kelamin : L/P (coret yang tidak sesuai)

B. Pengantar

Skala Tanggung Jawab ini digunakan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat tanggung jawab belajar pada siswa di SMK Negeri 1 Pemalang. Kesediaan dan keikhlasan Anda membantu kami dalam mengisi skala tanggung jawab belajar dan sangat besar artinya dalam mencapai tujuan penelitian ini, untuk itu dimohon agar Anda mengisi skala tanggung jawab belajar ini sesuai dengan pilihan Anda dan kondisi Anda pada saat ini.

Jawaban yang Anda isi tidak bersifat benar dan salah. Jawaban bersifat pribadi dan tidak akan berpengaruh terhadap nilai Anda.

C. Cara Mengerjakan

Petunjuk : pilihlah salah satu pernyataan yang sesuai dengan pilihan Anda dengan memberi tanda cek (√) pada kolom yang disediakan.

Contoh:

No.	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya malas untuk belajar lagi jika nilai saya sudah bagus.			√		

Keterangan:

SS : bila pernyataan tersebut **sangat sesuai** dengan diri saudara
S : bila pernyataan tersebut **sesuai** dengan diri saudara
KS : bila pernyataan tersebut **kurang sesuai** dengan diri saudara
TS : bila pernyataan tersebut **tidak sesuai** dengan diri saudara
STS : bila pernyataan tersebut **sangat tidak sesuai** dengan diri saudara

~ SELAMAT MENGERJAKAN ~

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya tidak melewatkan belajar dan mengerjakan tugas meskipun saya suka bermain.					
2.	Saya belajar minimal selama satu jam dalam sehari.					
3.	Saya lebih memilih memanfaatkan waktu libur untuk mengerjakan PR atau LKS.					
4.	Saya mengerjakan tugas jika waktu sudah mulai mepet.					
5.	Sebelum belajar, saya selalu membuat rencana tentang materi yang akan dipelajari.					
6.	Saya tetap belajar meskipun di televisi ada acara kesukaan saya.					
7.	Saya belajar saat disuruh orang tua.					
8.	Sepulang sekolah saya malas untuk mengulang materi yang sudah dipelajari di sekolah.					
9.	Saya belajar karena keinginan sendiri untuk pintar.					
10.	Saya belajar untuk mendapat nilai bagus.					
11.	Saya belajar supaya menguasai materi yang akan disampaikan guru.					
12.	Saya belajar karena ikut dalam suatu kelompok belajar.					
13.	Saya belajar karena ada ulangan atau ujian.					
14.	Walaupun tugas yang diberikan oleh guru sangat sulit, saya tetap mengerjakannya.					
15.	Apapun hasil yang saya terima dari ujian, saya akan menerima dengan baik.					
16.	Saya menjadi malas belajar karena kurang diperhatikan orang tua.					
17.	Saya merasa jenuh ketika guru memberikan banyak tugas/PR.					
18.	Saya merasa tidak senang ketika teman-teman mendapat nilai lebih bagus dari saya.					
19.	Saya akan berusaha memperbaiki kesalahan sendiri ketika nilai kurang memuaskan.					
20.	Ketika guru bertanya, saya akan berkata jujur karena jawaban yang saya tuliskan itu hasil menyalin dari teman.					

21.	Saya cenderung kurang bisa menerima kritik dan saran dari orang lain.					
22.	Saya mampu menentukan kelompok belajar yang cocok untuk saya.					
23.	Saya mencoba belajar dengan cara bertanya dan menanggapi pertanyaan yang diberikan oleh guru.					
24.	Saya tidak tahu cara belajar yang baik.					
25.	Jika saya menemukan kesulitan dalam memahami materi, saya merasa enggan untuk berdiskusi dengan teman.					
26.	Saya memberi tanda pada setiap materi yang penting agar lebih mudah dipahami.					
27.	Dalam mengerjakan PR, saya mengerjakan soal-soal yang lebih mudah terlebih dahulu.					
28.	Walaupun kurang banyak mempunyai buku, saya merasa enggan ke perpustakaan.					
29.	Saya memilih untuk tidur saja ketika kurang bisa mengerjakan PR.					
30.	Saya berusaha mengerjakan tugas sendiri sampai tuntas tanpa merasa terbebani.					
31.	Saya berusaha mengikuti kegiatan mata pelajaran praktik dengan senang hati.					
32.	Saya sering mengeluh jika ada banyak tugas atau PR.					
33.	Saya berusaha semaksimal mungkin untuk mengerjakan ulangan/ujian tanpa bantuan orang lain.					
34.	Saya senang mengerjakan soal-soal yang ada dibuku latihan.					
35.	Saya lebih memilih mengikuti belajar kelompok karena bisa menyalin pekerjaan teman jika ada PR.					
36.	Setiap ada ulangan saya meminta bantuan teman agar mendapat nilai baik.					
37.	Saya dapat menuangkan ide dalam bekerja kelompok.					
38.	Saya hanya ikut-ikutan pendapat teman ketika berpendapat.					
39.	Saya menggunakan berbagai sumber sebagai pertimbangan dalam mengambil keputusan.					
40.	Saya suka bermusyawarah dalam menyelesaikan permasalahan.					
41.	Saya menyelesaikan permasalahan hanya berdasar					

	pada informasi yang belum jelas.					
42.	Saya sanggup menerima resiko apapun dari keputusan yang saya ambil.					
43.	Seandainya saya memilih untuk membolos, saya tidak mau untuk menerima konsekuensiya.					
44.	Saya berusaha memperoleh nilai yang baik untuk mata pelajaran yang disukai.					
45.	Saya tidak mudah putus asa walaupun mendapatkan nilai kurang dan akan memperbaikinya.					
46.	Saya mengikuti les untuk mata pelajaran yang disukai.					
47.	Saya kurang berminat untuk melanjutkan ke perguruan tinggi.					
48.	Saya merasa kurang semangat apabila ada jam pelajaran tambahan.					
49.	Saya aktif bertanya kepada guru apabila ada materi yang kurang jelas.					
50.	Saya tidak berbicara sendiri atau bermain HP saat jam pelajaran berlangsung.					
51.	Saya malas mencatat materi yang dijelaskan oleh guru.					
52.	Saya berusaha berpakaian seragam lengkap dan rapi di sekolah.					
53.	Saya mengganti model seragam dari sekolah supaya bisa mengikuti mode anak gaul jaman sekarang.					
54	Saya tidur lebih awal supaya tidak bangun kesiangan.					
55.	Saya lebih suka berangkat pagi-pagi ke sekolah supaya tidak terlambat.					
56.	Saya terbiasa bangun kesiangan sehingga sering terlambat datang ke sekolah.					
57.	Jika saya datang terlambat ke sekolah, maka saya akan pulang ke rumah saja daripada mendapat hukuman.					
58.	Saya menaati peraturan yang ada di sekolah meskipun tidak ada guru.					
59.	Saya membolos pada saat mata pelajaran yang kurang disukai.					
60.	Saya merasa terkekang adanya banyak aturan di sekolah.					
61.	Saya selalu menjaga kebersihan lingkungan sekolah dengan membuang sampah pada tempatnya.					
62.	Saya kadang mencoret-coret dinding dan meja sekolah					

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG PERPUSTAKAAN UNNES

	ketika saya sedang kesal.					
63.	Saya tetap fokus mengikuti pelajaran dari awal sampai selesai.					
64.	Saya teliti dalam mengerjakan PR atau ujian.					
65.	Saya merasa tidak nyaman dengan keadaan disekitar.					
66.	Saya merasa kurang mampu menenangkan diri ketika mengalami takut dan kecemasan.					
67.	Saya mampu mengabaikan sesuatu (HP, *game*, dll) yang tidak ada hubungannya dengan pelajaran.					
68.	Ketika ada masalah, saya sulit berkonsentrasi dengan pelajaran.					
69.	Saya menyadari kalau selama ini belajar saya kurang tekun.					
70.	Saya malas belajar karena nilai saya sudah bagus.					
71.	Saya menghindari teman ketika diajak mengerjakan tugas kelompok.					
72.	Saya berusaha membuat bangga orang tua tanpa mengharap imbalan.					
73.	Saya tidak sepenuh hati dalam mengerjakan piket kelas.					
74.	Saya selalu piket sesuai kesepakatan bersama yang ada di jadwal piket.					
75.	Saya melanggar rencana belajar yang telah dibuat.					

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Lampiran 3

TABEL HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS
SKALA TANGGUNG JAWAB BELAJAR

No.	BUTIR SOAL															
	1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**
1	3	4	3	5	4	3	2	4	2	4	3	4	4	5	4	3
2	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4
3	4	5	4	4	5	4	5	4	4	5	4	5	4	5	5	4
4	3	5	3	3	5	4	4	3	4	5	3	5	3	4	4	3
5	3	3	3	2	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3
6	2	4	2	2	4	3	3	2	3	4	2	4	2	3	4	2
7	4	3	4	1	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4
8	4	4	4	1	4	4	2	4	2	4	4	4	4	3	4	4
9	3	4	3	1	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	5	3
10	4	5	4	2	4	3	4	3	4	4	4	5	3	3	4	4
11	3	5	3	2	4	4	3	3	4	4	3	5	3	4	3	3
12	4	4	4	2	4	2	3	3	2	4	4	4	3	2	5	4
13	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3
14	3	1	3	3	3	2	4	3	4	3	3	1	3	2	4	3
15	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	5	3
16	4	4	4	2	4	4	4	1	5	4	4	4	1	2	3	4
17	3	4	3	2	4	2	2	3	3	4	3	4	3	3	4	3
18	3	4	3	2	3	4	3	3	2	3	3	4	3	2	4	3
19	4	4	4	2	4	2	3	3	4	4	4	4	3	2	4	4
20	2	4	2	1	3	2	3	1	3	3	2	4	1	3	4	2
21	3	4	3	2	4	2	3	2	3	4	3	4	2	2	4	3
22	2	4	2	2	4	3	1	2	4	4	2	4	2	3	2	2
23	3	4	3	1	4	4	4	1	4	4	3	4	1	5	4	3
24	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3

25	3	4	3	2	5	3	3	2	4	5	3	4	2	2	4	3
26	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2
27	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3
28	3	4	3	4	4	4	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3
29	2	4	2	2	4	1	3	3	3	4	2	4	3	4	2	2
30	3	4	3	2	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3
31	3	3	3	2	4	3	4	2	4	4	3	3	2	3	3	3
32	3	4	3	3	4	4	3	1	3	4	3	4	1	4	5	3
33	5	4	5	2	4	5	4	4	3	4	5	4	4	4	5	5
34	2	4	2	1	4	3	2	4	3	4	2	4	4	3	4	2
35	2	4	2	2	4	4	2	3	4	4	2	4	3	4	2	2
36	4	3	4	3	4	2	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4
$\sum X$	112	138	112	81	138	113	111	101	122	138	112	138	101	116	136	112
$\sum X^2$	368	548	368	213	540	383	365	309	436	540	368	487	255	415	522	365
$\sum XY$	27059	33196	27059	19875	33145	27342	26757	24528	29089	33145	27059	33196	24528	28123	32789	27059
r_{xy}	0,466	0,387	0,466	0,593	0,419	0,437	0,354	0,514	-0,006	0,419	0,466	0,387	0,514	0,529	0,427	0,466
r_{tabel}	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329
Kriteria	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	**Tidak Valid**	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid
σ_b^2	0,5587	0,5429	0,5587	0,8786	0,3143	0,8087	0,6500	0,7325	0,6444	0,3143	0,5587	0,5429	0,7325	0,7492	0,6921	0,5587

PERPUSTAKAAN UNNES

BUTIR SOAL																
17	**18**	**19**	**20**	**21**	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**	**29**	**30**	**31**	**32**	**33**
5	3	3	3	5	4	5	2	2	4	5	2	1	5	5	5	4
2	4	4	4	2	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4
4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	5	4	5	5	4	5
3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	2
2	3	4	3	2	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4
2	3	4	2	2	4	4	3	3	2	1	3	2	3	4	2	3
1	3	3	4	1	3	4	3	3	2	4	3	2	2	4	1	3
1	4	3	4	1	3	4	2	3	4	4	3	2	3	4	1	3
1	3	3	3	1	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	1	4
2	3	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	2	3
2	4	2	3	2	4	3	3	4	4	5	4	3	3	3	2	3
2	2	3	4	2	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	2	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4
3	2	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	2	3	2	3	4
4	4	4	3	4	4	4	3	4	5	5	4	3	3	3	4	4
2	4	3	4	2	3	3	4	1	4	3	1	1	3	1	2	2
2	2	3	3	2	4	3	2	3	4	3	3	2	3	4	2	3
2	4	4	3	2	2	4	3	3	2	4	3	2	2	4	2	3
2	2	3	4	2	4	2	3	3	4	5	3	3	4	4	2	4
1	2	2	2	1	3	3	3	5	4	4	5	2	4	3	1	3
2	2	3	3	2	3	4	3	3	4	5	3	3	4	2	2	1
2	3	4	2	2	4	4	1	4	4	5	4	3	3	3	2	2
1	4	4	3	1	3	4	4	2	3	4	2	4	4	4	1	3
2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	5	2	1	3	3	2	3
2	3	2	3	2	3	4	3	3	4	5	3	3	3	3	2	3
3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3
2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4

4	4	4	3	4	4	5	3	5	5	4	5	5	3	4	4	3
2	1	3	2	2	4	4	3	3	5	1	3	2	3	2	2	3
2	3	4	3	2	3	4	3	3	4	5	3	3	4	3	2	4
2	3	4	3	2	3	3	4	2	3	4	2	3	3	2	2	3
3	4	4	3	3	2	4	3	3	4	5	3	4	4	3	3	4
2	5	2	5	2	4	4	4	5	2	4	5	4	4	5	2	4
1	3	4	2	1	4	4	2	4	4	4	4	1	4	2	1	3
2	4	2	2	2	4	5	2	4	3	2	4	4	4	2	2	3
3	2	5	4	3	3	2	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3
81	113	122	112	81	122	133	111	118	128	143	118	102	120	119	81	117
283	413	484	487	255	415	522	365	283	413	484	370	377	475	587	346	377
19875	27342	29230	27059	19875	29267	32077	26757	28617	30852	34322	28617	24897	28975	28985	19875	28319
0,593	0,437	0,177	0,466	0,593	0,268	0,456	0,354	0,520	0,372	0,220	0,520	0,570	0,472	0,616	0,593	0,540
0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329
Valid	Valid	**Tidak Valid**	Valid	Valid	**Tidak Valid**	Valid	Valid	Valid	Valid	**Tidak Valid**	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid
0,8786	0,8087	0,5873	0,5587	0,8786	0,4159	0,6183	0,6500	0,8349	0,7683	0,9992	0,8349	1,0000	0,5714	0,9611	0,8786	0,5929

PERPUSTAKAAN
UNNES

BUTIR SOAL																
34	**35**	**36**	**37**	**38**	**39**	**40**	**41**	**42**	**43**	**44**	**45**	**46**	**47**	**48**	**49**	**50**
5	2	2	3	3	5	2	4	5	2	5	4	2	4	4	3	4
4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2
5	5	5	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4	4	5
2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	2	4	3	4	3	3	2
3	4	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4
4	3	3	3	2	2	3	2	4	3	4	3	3	2	2	3	3
3	3	3	3	4	1	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	2
3	2	3	3	4	1	2	4	4	2	3	3	3	4	4	3	3
4	3	3	3	3	1	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3
5	4	4	3	4	2	4	3	4	4	5	5	4	4	3	3	2
4	4	4	3	3	2	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4
4	3	3	3	4	2	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3
3	1	3	2	3	3	3	3	3	1	3	4	3	3	3	2	4
5	3	4	2	3	3	4	3	3	3	5	3	4	3	3	2	3
3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	2	4	5	3	4	2
4	3	1	3	4	2	4	1	3	3	4	1	1	4	1	3	3
3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2
3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3
4	3	3	2	4	2	3	3	2	3	4	2	3	4	3	2	3
4	2	5	5	2	1	3	1	3	2	4	4	5	4	1	5	3
2	3	3	3	3	2	3	2	4	3	2	4	3	4	2	3	2
5	4	4	3	2	2	1	2	4	4	5	4	4	4	2	3	4
3	3	2	3	3	1	4	1	4	3	3	3	2	3	1	3	4
2	3	2	1	3	2	2	3	3	3	2	4	2	2	3	1	1
3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	4	3	4	2	3	2
3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2
4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3

1	4	5	4	3	4	3	3	5	4	1	4	5	5	3	4	4
4	3	3	3	2	2	3	3	4	3	4	3	3	5	3	3	3
4	4	3	3	3	2	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3
3	2	2	3	3	2	4	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3
4	5	3	3	3	3	3	1	4	5	4	2	3	4	1	3	2
4	4	5	4	5	2	4	4	4	4	4	4	5	2	4	4	3
3	3	4	1	2	1	2	4	4	3	3	2	4	4	4	1	1
4	3	4	2	2	2	2	3	5	3	4	4	4	3	3	2	2
4	2	3	3	4	3	4	3	2	2	4	4	3	3	3	3	4
128	113	118	106	112	81	111	101	133	113	128	125	118	128	101	106	103
466	375	283	352	429	322	411	353	426	270	425	367	457	408	415	384	401
30778	27370	28617	25636	27059	19875	26757	24528	32077	27370	30778	30161	28617	30852	24528	25636	24929
0,269	0,505	0,520	0,451	0,466	0,593	0,354	0,514	0,456	0,505	0,269	0,399	0,520	0,372	0,514	0,451	0,392
0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329
Tidak Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	**Tidak Valid**	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid
0,8825	0,6944	0,8349	0,6254	0,5587	0,8786	0,6500	0,7325	0,6183	0,6944	0,8825	0,7706	0,8349	0,7683	0,7325	0,6254	0,8659

PERPUSTAKAAN
UNNES

BUTIR SOAL																
51	**52**	**53**	**54**	**55**	**56**	**57**	**58**	**59**	**60**	**61**	**62**	**63**	**64**	**65**	**66**	**67**
5	5	5	4	5	5	5	4	5	3	4	4	4	1	5	2	4
3	4	5	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
5	5	5	3	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4
4	2	5	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3
3	3	4	2	4	4	2	4	4	2	4	3	4	3	4	4	3
3	4	4	4	4	4	2	4	4	3	3	2	3	2	4	3	2
3	3	3	3	2	3	1	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3
3	3	3	4	4	3	1	4	3	3	4	4	3	2	4	2	4
3	4	3	4	4	4	1	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3
3	5	4	4	4	4	2	4	4	2	4	3	3	4	4	4	3
4	4	4	3	5	4	2	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3
2	4	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3
3	3	3	2	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	1	3
2	5	3	3	4	4	3	3	4	2	3	3	4	2	3	3	3
4	3	4	1	3	2	4	4	5	5	4	3	4	3	4	3	3
2	4	1	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	3	3	1
3	3	4	4	3	4	2	3	5	3	4	3	3	2	3	3	3
2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	5	3	2	2	4	3	3
2	4	4	3	3	3	2	2	4	3	4	3	3	3	2	3	3
3	4	3	3	3	3	1	4	4	3	3	1	3	2	3	2	1
2	2	4	2	3	3	2	3	4	4	1	2	4	3	4	3	2
3	5	4	4	2	4	2	3	4	2	3	2	4	3	4	4	2
5	3	3	3	3	4	1	4	2	4	4	1	4	4	4	3	1
3	2	4	4	3	4	2	4	3	2	3	3	4	1	3	3	3
2	3	4	3	4	4	2	3	4	3	4	2	3	3	4	3	2
3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3
3	4	4	4	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3
3	1	4	3	3	3	4	4	5	4	4	3	3	5	5	4	3

4	4	4	3	4	4	2	3	4	1	4	3	3	2	4	3	3
4	4	4	4	4	3	2	4	4	3	2	3	4	3	4	4	3
3	3	2	4	5	4	2	4	4	3	4	2	3	3	3	2	2
4	4	5	3	4	3	3	2	5	5	4	1	4	4	4	5	1
4	4	5	4	2	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4
3	3	1	4	4	3	1	4	3	2	4	4	2	1	4	3	4
4	4	4	2	4	3	2	3	2	2	2	3	3	4	5	3	3
4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	2	2	3
116	128	131	117	128	125	81	126	137	112	128	101	120	102	133	113	101
463	380	422	333	470	487	388	434	467	394	314	416	499	344	503	312	392
28123	30778	31891	27906	30811	30121	19875	30329	33019	27099	30826	24528	28973	24897	32077	27370	24528
0,529	0,269	0,655	0,006	0,338	0,401	0,593	0,402	0,441	0,423	0,371	0,514	0,495	0,570	0,456	0,505	0,514
0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329
Valid	**Tidak Valid**	Valid	**Tidak Valid**	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid
0,7492	0,8825	0,9802	0,5929	0,7111	0,5992	0,8786	0,4857	0,6183	0,8444	0,6540	0,7325	0,5143	1,0000	0,6183	0,6944	0,7325

PERPUSTAKAAN
UNNES

BUTIR SOAL								Y	Y^2
68	**69**	**70**	**71**	**72**	**73**	**74**	**75**		
1	5	5	5	5	4	5	3	282	79524
4	4	4	2	4	4	2	4	275	75625
4	5	5	4	4	4	4	4	335	112225
4	4	4	3	4	3	3	3	263	69169
3	3	4	2	4	3	2	3	240	57600
2	3	4	2	1	2	2	2	215	46225
2	2	4	1	4	3	1	4	218	47524
2	3	4	1	4	4	1	4	233	54289
3	3	4	1	4	3	1	3	234	54756
4	3	4	2	3	3	2	4	267	71289
3	3	3	2	5	3	2	3	253	64009
3	4	3	2	4	3	2	4	241	58081
3	3	2	3	4	3	3	3	227	51529
2	3	2	3	4	3	3	3	233	54289
3	3	3	4	5	3	4	3	264	69696
1	3	1	2	3	1	2	4	193	37249
2	3	4	2	3	3	2	3	225	50625
2	2	4	2	4	3	2	3	222	49284
3	4	4	2	5	3	2	4	237	56169
2	4	3	1	4	1	1	2	206	42436
3	4	2	2	5	2	2	3	216	46656
3	3	3	2	5	2	2	2	229	52441
4	4	4	1	4	1	1	3	224	50176
1	3	3	2	5	3	2	3	199	39601
3	3	3	2	5	2	2	3	229	52441
3	2	4	3	4	3	3	2	218	47524
3	3	3	2	4	3	2	3	228	51984

5	3	4	4	4	3	4	3	275	75625
2	3	2	2	1	3	2	2	216	46656
3	4	3	2	5	3	2	3	250	62500
3	3	2	2	4	2	2	3	216	46656
4	4	3	3	5	1	3	3	251	63001
4	4	5	2	4	4	2	5	290	84100
1	4	2	1	4	4	1	2	211	44521
4	4	2	2	2	3	2	2	225	50625
3	2	3	3	4	3	3	4	245	60025
102	120	119	81	143	101	81	112	8585	2076125
198	2411	4507	2279	1421	4043	2102	2366		
24897	28975	28985	19875	34322	24528	19875	27059		
0,570	0,472	0,616	0,593	0,220	0,514	0,593	0,466	**k**	= **75**
0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	0,329	$\sum\sigma_b^2$	= **54,19**
Valid	Valid	Valid	Valid	**Tidak Valid**	Valid	Valid	Valid	σ_t^2	= **824,03**
1,0000	0,5714	0,9611	0,8786	0,9992	0,7325	0,8786	0,5587	r_{11}	= **0,947**

PERPUSTAKAAN UNNES

Lampiran 4

PERHITUNGAN VALIDITAS UJI COBA INSTRUMEN PENELITIAN

Rumus :

$$r_{xy} = \frac{N\Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{\{N\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2\}\{N\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2\}}}$$

Kriteria
Butir angket Valid jika
$r_{xy} > r_{tabel}$
Berikut ini contoh perhitungan validitas angket pada butir nomor 1.

No.	X	Y	X^2	Y^2	XY
1	3	282	9	79524	846
2	4	275	16	75625	1100
3	4	335	16	112225	1340
4	3	263	9	69169	789
5	3	240	9	57600	720
6	2	215	4	46225	430
7	4	218	16	47524	872
8	4	233	16	54289	932
9	3	234	9	54756	702
10	4	267	16	71289	1068
11	3	253	9	64009	759
12	4	241	16	58081	964
13	3	227	9	51529	681
14	3	233	9	54289	699
15	3	264	9	69696	792
16	4	245	16	60025	980
17	3	225	9	50625	675
18	3	222	9	49284	666
19	4	237	16	56169	948
20	2	206	4	42436	412
21	3	216	9	46656	648
22	2	229	4	52441	458
23	3	224	9	50176	672
24	3	199	9	39601	597
25	3	229	9	52441	687
26	2	218	4	47524	436
27	3	228	9	51984	684
28	3	275	9	75625	825
29	2	216	4	46656	432
30	3	250	9	62500	750
31	3	216	9	46656	648
32		251	9	63001	753

33	5	290	25	84100	1450
34	2	211	4	44521	422
35	2	225	4	50625	450
36	4	245	16	60025	980
∑	112	8585	368	2076125	27059

Dengan menggunakan rumus tersebut diperoleh :

$$r_{xy} = \frac{(36\ x\ 27059) - (112\ x\ 8585)}{\sqrt{\{(36\ x\ 368) - (112)^2\}\ x\ \{(36\ x\ 2076125) - (8585)^2\}}}$$

$$r_{xy} = 0{,}466$$

Pada α = 5% dengan N= 36 diperoleh r tabel = 0,329

Karena rxy > r tabel, maka butir nomor 1 tersebut Valid.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Lampiran 5

PERHITUNGAN RELIABILITAS ITEM INSTRUMEN PENELITIAN

$$r_{11} = \left[\frac{n}{(n-1)}\right]\left[1 - \frac{\sum\sigma^2 b}{\sigma^2 t}\right]$$

$$r_{11} = \left[\frac{75}{(75-1)}\right]\left[1 - \frac{54{,}19}{824{,}03}\right]$$

$$r_{11} = 0{,}947$$

Pada α = 5% dengan n = 75 item diperoleh r_{tabel} = 0,227.

Karena $r_{11} > r_{tabel}$ maka dapat disimpulkan bahwa instrumen tersebut reliabel.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Lampiran 6

KISI-KISI SKALA TANGGUNG JAWAB BELAJAR

VARIABEL	INDIKATOR	DESKRIPTOR	NOMOR ITEM	
			(+)	(-)
Tanggung Jawab Belajar	1. Melakukan tugas belajar dengan rutin tanpa harus diberitahu	• Membagi waktu dengan baik. • Memanajemen tugas dengan efisien. • Mempunyai inisiatif untuk belajar.	1 3 5, 6	2 4 7, 8
	2. Dapat menjelaskan alasan atas belajar yang dilakukannya	• Paham terhadap tujuan dari belajar.	9, 10	11, 12
	3. Tidak menyalahkan orang lain	• Tidak melanyalahkan orang lain • Mengakui kesalahan yang telah dibuat.	13, 14 18	15, 16, 17 19
	4. Mampu menentukan pilihan kegiatan belajar dari beberapa alternatif	• Mampu menentukan pilihan dari kegiatan belajar. • Mampu menyelesaikan permasalahan dalam belajar.	20 23	21, 22 24, 25
	5. Melakukan tugas sendiri dengan senang hati	• Tidak terpaksa dan terbebani. • Tidak tergantung dengan orang lain (mandiri) dalam belajar.	26, 27 29	28 30, 31
	6. Bisa membuat keputusan yang berbeda dari keputusan orang lain dalam kelompoknya	• Kreatif dalam berpendapat. • Mengambil keputusan dengan baik. • Bersedia menanggung resiko dari keputusan yang diambil.	32 34, 35 37	33 36 38
	7. Mempunyai minat yang kuat untuk menekuni dalam	• Adanya keinginan dan kemauan yang kuat.	39, 40	41, 42

	belajar	• Aktif mengikuti pelajaran.	43, 44	45
	8. Menghormati dan menghargai aturan di sekolah	• Memakai seragam lengkap. • Datang ke sekolah tepat waktu. • Menghormati peraturan-peraturan yang dibuat oleh sekolah. • Ikut berpartisipasi dalam kebersihan lingkungan sekolah.	 47 50 53	46 48, 49 51, 52 54
	9. Dapat berkonsentrasi dalam belajar	• Fokus dalam mengerjakan dan melakukan sesuatu dalam belajar. • Mengesampingkan semua hal lain yang tidak ada hubungannya dengan belajar.	55, 56 59	57, 58 60
	10. Memiliki rasa bertanggung jawab erat kaitannya dengan prestasi di sekolah	• Mempunyai kesadaran akan tanggung jawabnya. • Suka rela dalam melakukan sesuatu. • Melakukan apa yang telah direncanakan dalam belajar.	61 65	62, 63 64 66

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG PERPUSTAKAAN UNNES

Lampiran 7

SKALA TANGGUNG JAWAB BELAJAR

A. Isilah keterangan yang diminta!

1. Nama : .....
2. Kelas : .....
3. No Absen : .....
4. Jenis kelamin : L/P (coret yang tidak sesuai)

B. Pengantar

Skala Tanggung Jawab ini digunakan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat tanggung jawab belajar pada siswa di SMK Negeri 1 Pemalang. Kesediaan dan keikhlasan Anda membantu kami dalam mengisi skala tanggung jawab belajar dan sangat besar artinya dalam mencapai tujuan penelitian ini, untuk itu dimohon agar Anda mengisi skala tanggung jawab belajar ini sesuai dengan pilihan Anda dan kondisi Anda pada saat ini.

Jawaban yang Anda isi tidak bersifat benar dan salah. Jawaban bersifat pribadi dan tidak akan berpengaruh terhadap nilai Anda.

C. Cara Mengerjakan

Petunjuk : pilihlah salah satu pernyataan yang sesuai dengan pilihan Anda dengan memberi tanda cek (√) pada kolom yang disediakan.

Contoh:

No.	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya malas untuk belajar lagi jika nilai saya sudah bagus.			√		

Keterangan:

SS : bila pernyataan tersebut **sangat sesuai** dengan diri saudara
S : bila pernyataan tersebut **sesuai** dengan diri saudara
KS : bila pernyataan tersebut **kurang sesuai** dengan diri saudara
TS : bila pernyataan tersebut **tidak sesuai** dengan diri saudara
STS : bila pernyataan tersebut **sangat tidak sesuai** dengan diri saudara

~ SELAMAT MENGERJAKAN ~

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya tidak melewatkan belajar dan mengerjakan tugas meskipun saya suka bermain.					
2.	Saya belajar minimal selama satu jam dalam sehari.					
3.	Saya lebih memilih memanfaatkan waktu libur untuk mengerjakan PR atau LKS.					
4.	Saya mengerjakan tugas jika waktu sudah mulai mepet.					
5.	Sebelum belajar, saya selalu membuat rencana tentang materi yang akan dipelajari.					
6.	Saya tetap belajar meskipun di televisi ada acara kesukaan saya.					
7.	Saya belajar saat disuruh orang tua.					
8.	Sepulang sekolah saya malas untuk mengulang materi yang sudah dipelajari di sekolah.					
9.	Saya belajar untuk mendapat nilai bagus.					
10.	Saya belajar supaya menguasai materi yang akan disampaikan guru.					
11.	Saya belajar karena ikut dalam suatu kelompok belajar.					
12.	Saya belajar karena ada ulangan atau ujian.					
13.	Walaupun tugas yang diberikan oleh guru sangat sulit, saya tetap mengerjakannya.					
14.	Apapun hasil yang saya terima dari ujian, saya akan menerima dengan baik.					
15.	Saya menjadi malas belajar karena kurang diperhatikan orang tua.					
16.	Saya merasa jenuh ketika guru memberikan banyak tugas/PR.					
17.	Saya merasa tidak senang ketika teman-teman mendapat nilai lebih bagus dari saya.					
18.	Ketika guru bertanya, saya akan berkata jujur karena jawaban yang saya tuliskan itu hasil menyalin dari teman.					
19.	Saya cenderung kurang bisa menerima kritik dan saran dari orang lain.					
20.	Saya mencoba belajar dengan cara bertanya dan menanggapi pertanyaan yang diberikan oleh guru.					

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG PERPUSTAKAAN UNNES

21.	Saya tidak tahu cara belajar yang baik.					
22.	Jika saya menemukan kesulitan dalam memahami materi, saya merasa enggan untuk berdiskusi dengan teman.					
23.	Saya memberi tanda pada setiap materi yang penting agar lebih mudah dipahami.					
24.	Walaupun kurang banyak mempunyai buku, saya merasa enggan ke perpustakaan.					
25.	Saya memilih untuk tidur saja ketika kurang bisa mengerjakan PR.					
26.	Saya berusaha mengerjakan tugas sendiri sampai tuntas tanpa merasa terbebani.					
27.	Saya berusaha mengikuti kegiatan mata pelajaran praktik dengan senang hati.					
28.	Saya sering mengeluh jika ada banyak tugas atau PR.					
29.	Saya berusaha semaksimal mungkin untuk mengerjakan ulangan/ujian tanpa bantuan orang lain.					
30.	Saya lebih memilih mengikuti belajar kelompok karena bisa menyalin pekerjaan teman jika ada PR.					
31.	Setiap ada ulangan saya meminta bantuan teman agar mendapat nilai baik.					
32.	Saya dapat menuangkan ide dalam bekerja kelompok.					
33.	Saya hanya ikut-ikutan pendapat teman ketika berpendapat.					
34.	Saya menggunakan berbagai sumber sebagai pertimbangan dalam mengambil keputusan.					
35.	Saya suka bermusyawarah dalam menyelesaikan permasalahan.					
36.	Saya menyelesaikan permasalahan hanya berdasar pada informasi yang belum jelas.					
37.	Saya sanggup menerima resiko apapun dari keputusan yang saya ambil.					
38.	Seandainya saya memilih untuk membolos, saya tidak mau untuk menerima konsekuensiya.					
39.	Saya tidak mudah putus asa walaupun mendapatkan nilai kurang dan akan memperbaikinya.					
40.	Saya mengikuti les untuk mata pelajaran yang disukai.					
41.	Saya kurang berminat untuk melanjutkan ke perguruan tinggi.					

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG PERPUSTAKAAN UNNES

42.	Saya merasa kurang semangat apabila ada jam pelajaran tambahan.					
43.	Saya aktif bertanya kepada guru apabila ada materi yang kurang jelas.					
44.	Saya tidak berbicara sendiri atau bermain HP saat jam pelajaran berlangsung.					
45.	Saya malas mencatat materi yang dijelaskan oleh guru.					
46.	Saya mengganti model seragam dari sekolah supaya bisa mengikuti mode anak gaul jaman sekarang.					
47.	Saya lebih suka berangkat pagi-pagi ke sekolah supaya tidak terlambat.					
48.	Saya terbiasa bangun kesiangan sehingga sering terlambat datang ke sekolah.					
49.	Jika saya datang terlambat ke sekolah, maka saya akan pulang ke rumah saja daripada mendapat hukuman.					
50.	Saya menaati peraturan yang ada di sekolah meskipun tidak ada guru.					
51.	Saya membolos pada saat mata pelajaran yang kurang disukai.					
52.	Saya merasa terkekang adanya banyak aturan di sekolah.					
53.	Saya selalu menjaga kebersihan lingkungan sekolah dengan membuang sampah pada tempatnya.					
54.	Saya kadang mencoret-coret dinding dan meja sekolah ketika saya sedang kesal.					
55.	Saya tetap fokus mengikuti pelajaran dari awal sampai selesai.					
56.	Saya teliti dalam mengerjakan PR atau ujian.					
57.	Saya merasa tidak nyaman dengan keadaan disekitar.					
58.	Saya merasa kurang mampu menenangkan diri ketika mengalami takut dan kecemasan.					
59.	Saya mampu mengabaikan sesuatu (HP, *game*, dll) yang tidak ada hubungannya dengan pelajaran.					
60.	Ketika ada masalah, saya sulit berkonsentrasi dengan pelajaran.					
61.	Saya menyadari kalau selama ini belajar saya kurang tekun.					
62.	Saya malas belajar karena nilai saya sudah bagus.					
63.	Saya menghindari teman ketika diajak mengerjakan					

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG PERPUSTAKAAN UNNES

	tugas kelompok.					
64.	Saya tidak sepenuh hati dalam mengerjakan piket kelas.					
65.	Saya selalu piket sesuai kesepakatan bersama yang ada di jadwal piket.					
66.	Saya melanggar rencana belajar yang telah dibuat.					

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Lampiran 8

HASIL UJI *PRE TEST* TANGGUNG JAWAB BELAJAR SISWA KELAS XI SMK NEGERI 1 PEMALANG

No	Kode Resp.	MELAKUKAN TUGAS RUTIN								Jml	%	Krit.	ALASAN BELAJAR				jml	%	Krit.	TIDAK MENYALAHKAN ORANG LAIN							jml	%	Krit.
		1	2	3	4	5	6	7	8				9	10	11	12				13	14	15	16	17	18	19			
1	R-01	4	3	3	2	3	2	4	2	23	57,50	S	4	3	2	2	11	55,00	S	3	3	3	2	2	3	2	18	51,43	**R**
2	R-02	3	3	3	1	2	2	3	1	18	45,00	**R**	4	3	3	2	12	60,00	S	4	5	3	2	3	3	3	23	65,71	S
3	R-03	3	2	2	2	4	2	3	2	20	50,00	**R**	4	4	4	2	14	70,00	T	4	3	3	1	3	4	1	19	54,29	S
4	R-04	3	3	2	2	2	3	4	1	23	51,11	**R**	3	3	2	2	10	50,00	**R**	4	4	4	1	4	3	4	24	68,57	T
5	**R-05**	2	3	2	2	3	2	2	1	17	42,50	**R**	3	4	2	1	10	50,00	**R**	3	4	1	1	2	3	2	16	45,71	**R**
6	R-06	5	4	4	2	2	2	3	2	24	60,00	S	4	5	4	4	17	85,00	ST	4	4	2	2	4	2	3	21	60,00	S
7	R-07	4	4	4	3	4	4	3	3	29	72,50	T	3	4	3	4	14	70,00	T	3	3	4	2	2	3	4	21	60,00	S
8	R-08	3	1	3	3	2	3	4	1	20	50,00	**R**	4	3	1	1	9	45,00	**R**	4	3	2	1	2	2	2	16	45,71	**R**
9	R-09	3	3	3	3	3	2	4	2	23	57,50	S	3	4	2	1	10	50,00	**R**	3	4	4	1	2	3	3	20	57,14	S
10	**R-10**	3	1	4	2	3	2	3	2	20	50,00	**R**	4	3	2	2	11	55,00	S	3	3	3	2	1	2	2	16	45,71	**R**
11	R-11	3	2	3	2	3	4	3	3	23	57,50	S	3	3	2	2	10	50,00	**R**	3	5	4	1	2	4	3	22	62,86	S
12	R-12	4	3	2	2	4	3	2	1	21	52,50	S	4	4	3	2	13	65,00	S	4	4	1	2	2	3	2	18	51,43	**R**
13	**R-13**	4	3	2	1	3	2	3	2	20	50,00	**R**	4	3	4	3	14	70,00	T	1	2	1	1	1	1	1	8	22,86	**SR**
14	R-14	5	4	4	4	4	3	4	2	30	75,00	T	4	4	3	2	13	65,00	S	2	4	4	2	3	4	4	23	65,71	S
15	R-15	4	5	5	3	5	3	5	4	34	85,00	ST	5	4	3	3	15	75,00	T	4	5	5	4	5	5	3	31	88,57	ST
16	R-16	3	3	3	4	4	3	4	3	27	67,50	S	4	4	2	1	11	55,00	S	4	4	3	2	1	3	2	19	54,29	S
17	R-17	4	4	3	2	3	2	3	2	23	57,50	S	4	3	2	**1**	10	50,00	**R**	3	4	2	1	2	3	2	17	48,57	**R**
18	R-18	3	4	3	2	3	3	2	1	24	53,33	S	3	4	2	1	10	50,00	**R**	3	3	3	2	2	4	1	18	51,43	**R**
19	R-19	3	3	2	2	3	3	3	2	21	52,50	S	4	3	4	2	13	65,00	S	4	4	2	3	1	3	2	19	54,29	S

20	R-20	4	2	3	3	4	3	4	3	30	66,67	**S**	4	4	2	3	13	65,00	S	4	3	3	2	3	3	3	21	60,00	S
21	R-21	2	1	3	3	3	3	3	2	20	50,00	**R**	3	4	3	2	12	60,00	S	4	4	3	1	3	3	2	20	57,14	S
22	**R-22**	4	3	3	2	2	3	2	1	20	50,00	**R**	3	2	3	1	9	45,00	**R**	3	3	2	1	3	4	2	18	51,43	**R**
23	**R-23**	3	3	2	1	3	1	3	2	18	45,00	**R**	3	3	3	1	10	50,00	**R**	2	3	1	2	3	2	3	16	45,71	**R**
24	**R-24**	3	4	3	3	1	2	3	1	20	50,00	**R**	4	3	3	1	11	55,00	S	3	4	4	1	2	1	1	16	45,71	**R**
25	R-25	4	3	4	2	3	4	4	2	26	65,00	S	5	4	3	4	16	80,00	T	4	5	4	2	4	4	4	27	77,14	T
26	R-26	3	4	4	5	4	5	5	4	34	85,00	ST	3	4	5	3	15	75,00	T	5	4	4	5	3	5	4	30	85,71	ST
27	R-27	3	3	3	3	3	4	4	4	27	67,50	S	3	4	3	3	13	65,00	S	4	4	3	3	4	4	3	25	71,43	T
28	R-28	4	2	2	2	3	3	3	1	20	50,00	**R**	4	4	2	1	11	55,00	S	3	3	2	1	3	3	1	16	45,71	**R**
29	R-29	4	5	3	3	4	4	5	2	30	75,00	T	4	4	1	1	10	50,00	**R**	2	4	2	1	3	2	1	15	42,86	**R**
30	R-30	2	3	3	2	2	3	3	1	19	47,50	**R**	5	4	4	2	15	75,00	T	4	4	1	1	1	3	3	17	48,57	**R**
31	R-31	4	5	2	3	3	3	4	3	27	67,50	S	3	4	3	4	14	70,00	T	4	4	4	2	3	4	4	25	71,43	T
32	R-32	4	4	3	3	4	3	5	4	30	75,00	T	5	5	3	3	16	80,00	T	4	4	4	2	4	4	2	24	68,57	T
33	R-33	3	3	4	4	3	3	3	2	25	62,50	S	3	4	4	3	14	70,00	T	4	3	3	1	3	4	2	20	57,14	S
34	R-34	4	4	3	3	3	4	4	2	27	67,50	S	3	3	3	3	12	60,00	S	4	3	2	2	4	4	4	23	65,71	S

PERPUSTAKAAN
UNNES

MAMPU MENENTUKAN PILIHAN KEGIATAN BELAJAR						Jml	%	Krit.	MELAKUKAN TUGAS SENDIRI						Jml	%	Krit.	BISA MEMBUAT KEPUTUSAN YANG BERBEDA DALAM KELOMPOK				
20	**21**	**22**	**23**	**24**	**25**				**26**	**27**	**28**	**29**	**30**	**31**				**32**	**33**	**34**	**35**	**36**
3	2	1	3	3	2	11	44,00	**R**	4	3	2	4	4	4	21	70,00	T	3	3	3	2	3
2	3	4	3	3	2	15	60,00	S	4	4	2	3	3	3	19	63,33	S	4	3	4	4	3
2	3	2	3	1	2	11	44,00	**R**	3	2	1	3	3	2	14	46,67	**R**	3	2	4	3	3
2	3	2	3	2	1	11	44,00	**R**	3	3	1	4	2	3	16	53,33	S	2	3	2	2	3
1	2	2	4	1	2	11	44,00	**R**	4	3	2	4	1	1	15	50,00	**R**	3	1	3	3	2
3	3	3	3	2	1	12	48,00	**R**	2	3	1	3	4	4	17	56,67	S	3	4	4	4	4
4	4	4	4	4	4	20	80,00	T	3	4	3	4	3	4	21	70,00	T	4	3	2	3	3
3	3	1	2	3	3	12	48,00	**R**	3	2	2	2	2	3	14	46,67	**R**	3	3	3	3	2
3	4	3	2	2	2	13	52,00	S	2	1	3	1	3	3	13	43,33	**R**	3	3	4	4	2
3	2	3	3	2	3	13	52,00	S	3	3	1	2	2	2	13	43,33	**R**	2	2	3	3	2
4	3	4	5	3	2	17	68,00	T	3	3	2	3	2	2	15	50,00	**R**	3	2	4	3	4
4	3	2	3	3	1	12	48,00	**R**	3	3	2	3	3	3	17	56,67	S	3	2	3	4	2
5	1	1	4	3	1	15	50,00	**R**	3	3	1	3	4	2	16	53,33	S	4	3	3	2	3
3	3	2	4	2	2	13	52,00	S	3	4	2	4	3	3	19	63,33	S	4	3	4	3	2
5	5	4	3	5	4	21	84,00	ST	5	5	4	4	5	4	27	90,00	ST	4	5	4	5	4
3	4	3	4	4	4	19	76,00	T	2	4	3	3	4	3	19	63,33	S	3	3	3	4	3
2	3	3	3	**1**	**2**	12	48,00	**R**	3	3	1	3	2	3	15	50,00	**R**	3	3	4	3	3
3	3	2	3	4	1	13	52,00	S	2	3	2	3	3	3	16	53,33	S	4	4	3	3	3
2	3	4	3	3	3	16	64,00	S	4	3	4	3	2	4	20	66,67	S	4	3	3	2	3
4	2	4	4	2	3	15	60,00	S	3	4	2	3	3	4	19	63,33	S	3	3	2	3	2
2	3	3	4	3	2	15	60,00	S	3	4	3	4	4	3	21	70,00	T	4	4	3	3	4

2	1	2	3	1	1	8	32,00	**SR**	4	4	2	4	2	3	19	63,33	S	3	3	4	3	3
3	2	3	3	2	2	12	48,00	**R**	3	3	2	3	3	3	17	56,67	S	2	2	2	3	2
3	2	2	4	1	2	11	44,00	**R**	3	4	1	3	2	3	16	53,33	S	3	2	3	3	2
4	4	3	3	2	2	14	56,00	S	3	4	2	3	4	4	20	66,67	S	3	3	3	2	3
4	5	5	3	3	5	21	84,00	ST	4	3	5	4	5	5	26	86,67	ST	4	5	3	4	4
3	4	4	4	4	3	19	76,00	T	3	4	3	4	4	4	22	73,33	T	3	4	3	3	4
3	3	2	3	*2*	*1*	11	44,00	**R**	3	3	1	3	3	2	15	50,00	**R**	3	4	4	3	2
3	3	2	4	1	2	12	48,00	**R**	3	4	1	3	2	1	14	46,67	**R**	3	2	3	3	2
3	2	1	3	2	1	9	36,00	**R**	4	2	1	3	3	2	15	50,00	**R**	3	3	4	4	3
5	4	4	4	3	3	18	72,00	T	4	4	4	5	3	4	24	80,00	T	4	3	4	2	4
4	2	3	4	4	2	15	60,00	S	4	4	2	4	2	3	19	63,33	S	4	4	4	4	5
4	4	3	3	4	3	17	68,00	T	3	4	3	4	3	4	21	70,00	T	4	3	4	3	4
2	4	4	4	3	4	19	76,00	T	3	3	2	4	3	3	21	60,00	S	2	3	3	3	4

PERPUSTAKAAN
UNNES

		Jml	%	Krit.	MINAT YANG KUAT DALAM BELAJAR							Jml	%	Krit.	MENGHORMATI DAN MENGHARGAI ATURAN SEKOLAH									Jml	%	Krit.
37	38				39	40	41	42	43	44	45				46	47	48	49	50	51	52	53	54			
3	2	19	54,29	S	3	1	2	3	2	2	2	15	42,86	**R**	4	1	12	3	3	3	2	3	2	33	73,33	T
4	3	25	71,43	T	4	3	4	3	3	3	4	24	68,57	S	2	4	4	4	3	4	3	3	2	29	64,44	S
4	2	21	60,00	S	3	2	4	2	2	3	4	20	57,14	S	3	3	4	3	3	4	2	3	4	29	64,44	S
3	2	17	48,57	**R**	3	1	3	3	2	3	2	17	48,57	**R**	3	2	3	3	3	3	3	4	2	26	57,78	S
3	3	18	51,43	**R**	4	2	3	2	3	3	1	18	51,43	**R**	2	3	2	2	4	4	1	2	1	21	46,67	**R**
4	4	27	77,14	T	4	3	1	1	3	2	3	17	48,57	**R**	4	3	4	4	4	4	3	3	2	31	68,89	T
4	3	22	62,86	S	3	2	4	3	4	4	4	24	68,57	T	3	4	5	3	3	3	4	4	4	33	73,33	T
3	3	20	57,14	S	3	1	3	2	2	3	1	15	42,86	**R**	4	3	4	3	3	4	2	3	4	30	66,67	S
3	4	23	65,71	S	3	3	4	4	3	4	3	24	68,57	T	4	4	3	2	4	3	3	4	4	31	68,89	T
3	3	18	51,43	**R**	2	2	2	4	3	3	2	18	51,43	**R**	3	3	2	3	3	3	4	3	2	26	57,78	S
5	2	23	65,71	S	4	2	2	3	3	2	2	18	51,43	**R**	4	5	4	4	5	3	3	4	2	34	75,56	T
4	4	22	62,86	S	4	3	5	3	4	1	2	22	62,86	S	4	3	3	3	3	4	2	4	3	29	64,44	S
4	1	20	57,14	S	3	3	4	1	3	1	2	17	48,57	**R**	3	3	3	3	3	4	1	1	3	24	53,33	S
4	3	23	65,71	S	4	4	4	3	3	2	3	23	65,71	S	3	4	3	3	4	4	2	4	3	30	66,67	S
5	4	31	88,57	ST	5	4	5	4	5	5	4	32	91,43	ST	4	5	5	4	5	5	4	3	5	40	88,89	ST
4	4	24	68,57	T	3	2	3	1	2	3	4	18	51,43	**R**	3	3	4	3	4	4	3	4	4	32	71,11	T
4	2	22	62,86	S	3	3	3	2	3	2	2	18	51,43	**R**	3	4	3	4	3	4	2	3	1	27	60,00	S
3	4	24	68,57	T	4	1	3	2	3	2	3	18	51,43	**R**	4	4	4	4	4	3	4	4	3	34	75,56	T
4	3	22	62,86	S	4	1	5	4	3	3	4	24	68,57	T	5	2	5	4	4	5	3	4	4	36	80,00	T
3	2	18	51,43	**R**	3	3	1	2	2	3	4	18	51,43	**R**	3	4	4	3	4	4	3	4	2	31	68,89	T
5	4	27	77,14	T	3	4	3	3	3	4	3	23	65,71	**S**	4	5	5	5	4	4	3	3	4	37	82,22	T
3	3	22	62,86	S	3	3	3	1	2	2	3	17	48,57	**R**	3	3	3	3	4	3	3	3	2	27	60,00	S

3	4	18	51,43	**R**	3	1	3	2	3	3	3	18	51,43	**R**	3	4	3	3	3	3	4	3	1	27	60,00	S
3	3	19	54,29	S	3	1	3	2	2	3	3	17	48,57	**R**	3	3	4	4	3	3	1	3	3	27	60,00	S
4	2	20	57,14	S	4	3	4	4	3	3	4	25	71,43	T	3	3	4	3	4	4	4	3	3	31	68,89	T
5	3	28	80,00	T	5	4	4	3	4	5	5	30	85,71	ST	5	4	3	5	4	5	4	5	4	39	86,67	ST
4	5	26	74,29	T	3	3	2	3	2	2	3	18	51,43	**R**	5	3	2	3	3	3	3	2	2	26	57,78	S
3	3	22	62,86	S	3	2	3	1	3	4	2	18	51,43	**R**	4	3	4	3	2	4	3	4	1	28	62,22	S
4	3	20	57,14	S	4	3	4	1	2	2	2	18	51,43	**R**	2	4	3	4	3	4	1	3	3	27	60,00	S
4	3	24	68,57	T	2	3	3	2	2	2	3	17	48,57	**R**	3	3	3	3	2	3	1	2	2	22	48,89	R
4	4	25	71,43	T	5	2	5	3	4	3	3	25	71,43	T	5	4	5	5	4	4	3	4	4	38	84,44	ST
4	5	30	85,71	ST	3	2	2	4	2	4	4	21	60,00	S	4	3	3	4	4	4	3	4	3	32	71,11	T
3	3	24	68,57	T	3	3	4	3	4	4	4	25	71,43	T	3	4	3	4	4	4	4	3	4	33	73,33	T
3	3	21	60,00	S	4	2	4	4	3	2	3	22	62,86	S	4	3	3	3	4	4	4	3	2	30	66,67	S

PERPUSTAKAAN
UNNES

KONSENTRASI DALAM BELAJAR						Jml	%	Krit.	TANGGUNG JAWAB PADA PRESTASI DI SEKOLAH						Jml	%	Krit.	Jumlah Total	% Total	Kriteria Total
55	**56**	**57**	**58**	**59**	**60**				**61**	**62**	**63**	**64**	**65**	**66**						
3	3	2	1	3	2	14	46,67	S	3	2	3	2	3	2	15	50,00	**R**	**183**	**55,45**	S
3	3	1	3	2	3	15	50,00	**R**	5	4	3	3	3	3	21	70,00	T	**203**	**61,52**	S
2	2	2	3	2	3	14	46,67	**R**	3	4	4	3	3	4	21	70,00	T	**185**	**56,06**	S
3	3	2	2	3	2	15	50,00	**R**	3	3	3	3	3	2	17	56,67	S	**175**	**53,03**	S
2	3	1	2	3	1	12	40,00	**R**	3	3	2	1	2	1	12	40,00	**R**	**151**	**45,76**	**R**
4	4	1	2	4	2	17	56,67	S	4	4	3	4	5	4	24	80,00	**T**	**210**	**63,64**	S
4	4	3	1	3	1	16	53,33	S	4	3	4	5	5	4	25	83,33	T	**229**	**69,39**	T
3	2	2	3	2	2	14	46,67	**R**	3	4	4	2	3	2	18	60,00	S	**171**	**51,82**	**R**
3	3	2	2	3	3	16	53,33	S	3	4	3	3	3	3	19	63,33	S	**195**	**59,09**	S
3	2	2	3	2	2	14	46,67	**R**	3	3	3	2	3	2	16	53,33	S	**168**	**50,91**	**R**
2	3	1	2	3	2	13	43,33	**R**	4	2	2	2	3	3	16	53,33	S	**195**	**59,09**	S
3	3	3	2	2	2	15	50,00	**R**	4	3	3	3	4	2	19	63,33	S	**192**	**58,18**	S
1	3	2	3	1	3	13	43,33	**R**	3	4	3	3	3	2	18	60,00	S	**165**	**50,00**	**R**
3	3	3	2	3	2	16	53,33	S	4	3	3	3	4	3	20	66,67	S	**213**	**64,55**	S
4	3	4	5	5	4	25	83,33	T	3	4	5	4	5	3	24	80,00	T	**285**	**86,36**	ST
3	4	3	2	3	1	16	53,33	S	3	4	3	4	3	3	20	66,67	S	**208**	**63,03**	S
2	2	2	2	3	2	13	43,33	**R**	4	3	3	3	3	3	19	63,33	S	**178**	**53,94**	S
3	3	2	2	3	2	15	50,00	**R**	3	4	4	4	3	4	22	73,33	T	**194**	**58,79**	S
3	2	2	3	2	3	15	50,00	**R**	4	3	4	1	3	2	17	56,67	S	**205**	**62,12**	S
3	2	3	2	3	2	15	50,00	**R**	4	3	3	3	4	3	20	66,67	S	**200**	**60,61**	S
3	3	2	1	3	3	15	50,00	**R**	3	5	4	4	3	2	21	70,00	T	**213**	**64,55**	S

2	2	1	2	2	1	10	33,33	**SR**	4	4	3	2	3	3	19	63,33	S	**171**	**51,82**	**R**
2	3	2	2	2	1	12	40,00	**R**	3	4	3	3	3	4	20	66,67	S	**171**	**51,82**	**R**
2	2	2	3	3	2	14	46,67	**R**	3	2	3	3	3	3	17	56,67	S	**171**	**51,82**	**R**
4	3	3	2	3	5	20	66,67	S	4	4	5	4	3	4	24	80,00	T	**227**	**68,79**	T
5	4	5	3	5	3	25	83,33	T	5	4	5	3	5	5	27	90,00	ST	**279**	**84,55**	ST
3	2	3	3	4	3	18	60,00	S	3	4	3	4	3	2	19	63,33	S	**216**	**65,45**	S
3	3	1	2	3	2	14	46,67	**R**	4	3	3	3	3	2	18	60,00	S	**176**	**53,33**	S
2	2	1	2	3	2	12	40,00	**R**	3	4	4	2	3	3	19	63,33	S	**180**	**54,55**	S
3	2	1	3	2	3	14	46,67	**R**	3	3	3	2	3	2	16	53,33	S	**171**	**51,82**	**R**
3	3	2	3	3	2	16	53,33	S	4	4	3	5	5	4	25	83,33	T	**242**	**73,33**	T
4	3	2	2	3	2	16	53,33	S	3	3	4	4	3	3	20	66,67	S	**227**	**68,79**	T
4	3	3	2	3	3	18	60,00	S	4	3	3	4	4	3	21	70,00	T	**222**	**67,27**	S
2	4	1	2	3	2	14	46,67	**R**	3	4	3	3	3	2	18	60,00	S	**209**	**62,39**	S

PERPUSTAKAAN
UNNES

Lampiran 9

DAFTAR ANGGOTA KONSELING INDIVIDUAL BERBASIS *SELF-MANAGEMENT (Pre Test)*

No	Kode Responden	Nama	Kelas	%	Kategori
1.	R-05	Chusnul Chotimah	XI AK 2	45,76	R
2.	R-10	Eka Mei Lia	XI AK 2	50,91	R
3.	R-13	Ilham Laduo Arfat	XI AK 2	50,00	R
4.	R-22	Nur Faizah	XI AK 2	51,82	R
5.	R-23	Pebi Sapitri	XI AK 2	51,82	R
6.	R-24	Rahayu Oktaviani	XI AK 2	51,82	R

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Lampiran 10

HASIL UJI *PRE TEST* DAN *POST TEST* SKALA TANGGUNG JAWAB BELAJAR SISWA

Data	No.	Kode Resp.	Melakukan Tugas Rutin								Jml	%	Krit.	Alasan Belajar				Jml	%	Krit.	Tidak Menyalahkan Orang Lain							Jml	%	Krit.
			1	2	3	4	5	6	7	8				9	10	11	12				13	14	15	16	17	18	19			
Pre Test	1	R-05	2	3	2	2	3	2	2	1	17	42,50	R	3	4	2	1	10	50,00	R	3	4	1	1	2	3	2	16	45,71	R
	2	R-10	3	1	4	2	3	2	3	2	20	50,00	R	4	3	2	2	11	55,00	S	3	3	3	2	1	2	2	16	45,71	R
	3	R-13	4	3	2	1	3	2	3	2	20	50,00	R	3	4	2	1	10	50,00	R	1	2	1	1	1	1	1	8	22,86	SR
	4	R-22	4	3	3	2	2	3	2	1	20	50,00	R	3	2	3	1	9	45,00	R	3	3	2	1	3	4	2	18	51,43	R
	5	R-23	3	3	2	1	3	1	3	2	18	45,00	R	3	3	3	1	10	50,00	R	2	3	1	2	3	2	3	16	45,71	R
	6	R-24	3	4	3	3	1	2	3	1	20	50,00	R	4	3	3	1	11	55,00	S	3	4	4	1	2	1	1	16	45,71	R
Post Test	1	R-05	4	4	4	3	3	4	3	3	28	70,00	T	4	4	3	3	14	70,00	T	4	4	3	4	3	5	3	26	74,29	T
	2	R-10	4	5	3	3	3	3	4	3	28	70,00	T	5	4	4	4	17	85,00	T	4	4	4	3	3	4	4	26	74,29	T
	3	R-13	4	4	3	3	4	4	3	2	27	67,50	S	3	5	3	3	14	70,00	T	4	5	3	3	4	4	2	25	71,43	T
	4	R-22	4	5	4	3	4	4	3	3	30	75,00	T	5	5	3	3	16	80,00	T	4	4	3	3	5	3	3	25	71,43	T
	5	R-23	4	5	4	3	3	4	4	3	30	75,00	T	4	4	3	3	14	70,00	T	3	4	3	3	4	4	3	24	68,57	T
	6	R-24	4	4	4	3	4	4	3	3	29	72,50	T	5	4	3	3	15	75,00	T	5	4	3	3	3	3	3	24	68,57	T
Kriteria												**f**	**%**						**f**	**%**									**f**	**%**
Pre Test	ST											0	0						0	0									0	0
	T											0	0						0	0									0	0
	S											0	0						2	33,333									0	0
	R											6	100						4	66,667									5	83,333
	SR											0	0						0	0									1	16,667
Post Test	ST											0	0						0	0									0	0
	T											5	83,333						6	100									6	100
	S											1	16,667						0	0									0	0
	R											0	0						0	0									0	0
	SR											0	0						0	0									0	0
Rata-rata	***Pre Test***										19	47,92	R					10	50,83	R								15	42,86	R
	Post Test										29	71,67	T					15	75,00	T								25	71,43	T
	Peningkatan										9,5	23,75						4,8	24,17									10	28,57	

Mampu Menentukan Kegiatan Belajar						Jml	%	Krit.	Melakukan Tugas Sendiri						Jml	%	Krit.	Bisa Membuat Keputusan Yang Berbeda Dalam Kelompok							Jml	%	Krit.
20	**21**	**22**	**23**	**24**	**25**				**26**	**27**	**28**	**29**	**30**	**31**				**32**	**33**	**34**	**35**	**36**	**37**	**38**			
1	2	2	4	1	2	12	40,00	R	4	3	2	4	1	1	15	50,00	R	3	1	3	3	2	3	3	18	51,43	R
3	2	3	3	2	3	13	52,00	S	3	3	1	2	2	2	13	43,33	R	2	2	3	3	2	3	3	18	51,43	R
5	1	1	4	3	1	15	50,00	R	3	3	1	3	4	2	16	53,33	S	4	3	3	2	3	4	1	20	57,14	S
2	1	2	3	1	1	10	33,33	SR	4	4	2	4	2	3	19	63,33	S	3	3	4	3	3	3	3	22	62,86	S
3	2	3	3	2	2	15	50,00	R	3	3	2	3	3	3	17	56,67	S	2	2	2	3	2	3	4	18	51,43	R
3	2	2	4	1	2	14	46,67	R	3	4	1	3	2	3	16	53,33	S	3	2	3	3	2	3	3	19	54,29	S
5	5	3	4	2	3	22	73,33	T	4	4	3	5	3	5	24	80,00	T	4	3	4	4	3	4	3	25	71,43	T
5	4	4	4	3	3	23	76,67	T	3	4	4	3	3	4	21	70,00	T	4	3	4	2	4	4	4	25	71,43	T
4	3	5	4	4	2	22	73,33	T	5	5	2	5	3	3	23	76,67	T	5	4	4	5	4	5	3	30	85,71	ST
3	3	3	5	3	3	20	66,67	S	3	5	3	4	4	3	22	73,33	T	4	3	4	5	3	4	3	26	74,29	T
3	3	4	5	3	3	21	70,00	T	4	4	2	5	3	4	22	73,33	T	4	3	5	4	3	4	5	28	80,00	T
5	3	3	4	3	3	21	70,00	T	4	4	3	4	3	3	21	70,00	T	4	4	4	4	3	4	4	27	77,14	T
							f	**%**								**f**	**%**									**f**	**%**
							0	0								0	0									0	0
							0	0								0	0									0	0
							1	16,667								4	66,667									3	50
							4	66,667								2	33,333									3	50
							1	16,667								0	0									0	0
							0	0								0	0									1	16,667
							5	83,333								6	100									5	83,333
							1	16,667								0	0									0	0
							0	0								0	0									0	0
							0	0								0	0									0	0
						13	45,33	R							16	53,33	S								19	54,76	S
						22	71,67	T							22	73,89	T								27	76,67	T
						8,3	26,33								6,2	20,56									7,7	21,90	

PERPUSTAKAAN UNNES

Minat Yang Kuat Dalam Belajar							Jml	%	Krit.	Menghormati dan Menghargai Aturan Sekolah									Jml	%	Krit.
39	**40**	**41**	**42**	**43**	**44**	**45**				**46**	**47**	**48**	**49**	**50**	**51**	**52**	**53**	**54**			
4	2	3	2	3	3	1	18	51,43	R	2	3	2	2	4	4	1	2	1	21	46,67	R
2	2	2	4	3	3	2	18	51,43	R	3	3	2	3	3	3	4	3	2	26	57,78	S
3	3	4	1	3	1	2	17	48,57	R	3	3	3	3	3	4	1	1	3	24	53,33	S
3	3	3	1	2	2	3	17	48,57	R	3	3	3	3	4	3	3	3	2	27	60,00	S
3	1	3	2	3	3	3	18	51,43	R	3	4	3	3	3	3	4	3	1	27	60,00	S
3	1	3	2	2	3	3	17	48,57	R	3	3	4	4	3	3	1	3	3	27	60,00	S
4	3	3	3	4	4	5	26	74,29	T	3	5	3	3	5	3	3	5	3	33	73,33	T
5	3	5	3	4	3	4	27	77,14	T	5	4	5	4	4	4	3	3	4	36	80,00	T
5	2	4	3	5	3	3	25	71,43	T	5	5	3	5	4	5	3	4	4	38	84,44	ST
5	3	3	5	3	4	3	26	74,29	T	3	5	5	3	4	5	3	4	3	35	77,78	T
4	3	4	2	3	4	5	25	71,43	T	4	4	4	4	5	4	4	4	2	35	77,78	T
5	3	3	3	4	5	3	26	74,29	T	3	5	5	4	4	5	3	4	5	38	84,44	ST
								f	**%**											**f**	**%**
								0	0											0	0
								0	0											0	0
								0	0											5	83,333
								6	100											1	16,667
								0	0											0	0
								0	0											2	33,333
								6	100											4	66,667
								0	0											0	0
								0	0											0	0
								0	0											0	0
							18	50,00	R										25	56,30	S
							26	73,81	T										36	79,63	T
							8,3	23,81											11	23,33	

PERPUSTAKAAN UNNES

Konsentrasi Dalam Belajar						Jml	%	Krit.	Tanggung Jawab Pada Prestasi Sekolah						Jml	%	Krit.	Jumlah total	% total	Kriteria total
55	**56**	**57**	**58**	**59**	**60**				**61**	**62**	**63**	**64**	**65**	**66**						
2	3	1	2	3	1	12	40,00	R	3	3	2	1	2	1	12	40,00	R	151	45,76	R
3	2	2	3	2	2	14	46,67	R	3	3	3	2	3	2	16	53,33	S	168	50,91	R
1	3	2	3	2	3	14	46,67	R	3	4	3	3	3	2	18	60,00	S	165	50,00	R
2	2	1	2	2	1	10	33,33	SR	4	4	3	2	3	3	19	63,33	S	171	51,82	R
2	3	2	2	2	1	12	40,00	R	3	4	3	3	3	4	20	66,67	S	171	51,82	R
2	2	2	3	3	2	14	46,67	R	3	2	3	3	3	3	17	56,67	S	171	51,82	R
4	4	3	3	4	3	21	70,00	T	4	3	4	3	4	3	21	70,00	T	240	72,73	T
5	3	4	4	3	4	23	76,67	T	4	4	3	5	5	4	25	83,33	T	251	76,06	T
4	5	3	3	4	4	23	76,67	T	4	3	3	5	4	4	23	76,67	T	250	75,76	T
4	4	5	2	5	2	22	73,33	T	3	3	3	4	5	3	21	70,00	T	243	73,64	T
5	4	3	3	4	3	22	73,33	T	3	4	5	5	4	3	24	80,00	T	245	74,24	T
4	4	3	3	4	3	21	70,00	T	4	5	4	3	4	4	24	80,00	T	246	74,55	T
							f	**%**								**F**	**%**		**F**	**%**
							0	0								0	0		0	0
							0	0								0	0		0	0
							0	0								5	83,333		0	0
							5	83,333								1	16,667		6	100
							1	16,667								0	0		0	0
							0	0								0	0		0	0
							6	100								6	100		6	100
							0	0								0	0		0	0
							0	0								0	0		0	0
							0	0								0	0		0	0
						13	42,22	R							17	56,67	S	**166,17**	**50,35**	**R**
						22	73,33	T							23	76,67	T	**245,83**	**74,49**	**T**
						9,3	31,11								6	20,00		**79,667**	**24,14**	

PERPUSTAKAAN UNNES

Lampiran 11

PERBEDAAN TANGGUNG JAWAB BELAJAR SEBELUM DAN SESUDAH MENGIKUTI LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL BERBASIS *SELF-MANAGEMENT*

No.	Resp.	*Pre Test*		*Post Test*		% Skor Peningkatan
		% Skor	Kriteria	% Skor	Kriteria	
1	R-05	45,76	R	72,73	T	26,97
2	R-10	50,91	R	76,06	T	25,15
3	R-13	50,00	R	75,76	T	25,76
4	R-22	51,82	R	73,64	T	21,82
5	R-23	51,82	R	74,24	T	22,42
6	R-24	51,82	R	74,55	T	22,73
Rata-rata		**50,36**	**R**	**74,50**	**T**	**24,14**

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Lampiran 12

PERHITUNGAN TANGGUNG JAWAB BELAJAR SISWA DENGAN UJI *WILCOXON* SECARA UMUM

Kode Resp.	*Pre Test* (X_1)	*Post Test* (X_2)	Beda $X_2 - X_1$	Jenjang	Tanda Jenjang	
					+	-
R-05	151	240	+89	6	6	0
R-10	168	251	+83	4	4	0
R-13	165	250	+85	5	5	0
R-22	171	243	+72	1	1	0
R-23	171	245	+74	2	2	0
R-24	171	246	+75	3	3	0
Jumlah					21	0

Diket: T (jumlah jenjang/ranking yang kecil) = 0

n = 6

$$Z = \frac{T - \mu T}{\sigma T} = \frac{T - \frac{n(n+1)}{4}}{\sqrt{\frac{n(n+1)\,(2n+1)}{24}}}$$

$$= \frac{0 - \frac{6(6+1)}{4}}{\sqrt{\frac{6(6+1)(2\,x\,6+1)}{24}}} = -2{,}20$$

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG PERPUSTAKAAN UNNES

Lampiran 13

PROGRAM HARIAN
PELAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING
***Satuan Layanan (SATLAN)**
***Satuan Kegiatan Pendukung (SATKUNG)**

Sekolah : SMK Negeri 1 Pemalang **Hari/Tgl : Senin, 18 November 2013**
Kelas : XI. AP 2 **Konselor : Dinia Ulfa**

No.	Jam	Jam Pembelajaran	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Layanan / pendukung	Materi Kegiatan	Alat Bantu	Tempat	Pelaksana	Keterangan
1	09.00-09.55	3	Siswa kelas XI AP 2	Aplikasi Instrumentasi	Uji Coba Instrument (pengisian data skala tanggung jawab belajar)	–	Kelas XI AP 2	Praktikan	Menggunakan Lembar Skala Tanggung Jawab Belajar

Pemalang, 18 November 2013

Praktikan

Dinia Ulfa
NIM. 1301409050

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN UNNES

PROGRAM HARIAN
PELAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING
***Satuan Layanan (SATLAN)**
***Satuan Kegiatan Pendukung (SATKUNG)**

Sekolah : SMK Negeri 1 Pemalang **Hari/Tgl : Kamis 21 November 2013**
Kelas : XI. AK 2 **Konselor : Dinia Ulfa**

No.	Jam	Jam Pembelajaran	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Layanan / pendukung	Materi Kegiatan	Alat Bantu	Tempat	Pelaksana	Keterangan
1	09.00-09.55	3	Semua siswa kelas XI. AK 2	Aplikasi Instrumentasi	Masalah Pribadi	Alat tulis	Kelas XI AK 2	Praktikan	Pada pertemuan ini dilakukan *Pre Test* dengan mengisi Lembar Skala Tanggung Jawab Belajar

Pemalang, 21 November 2013

Praktikan

Dinia Ulfa
NIM. 1301409050

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN UNNES

PROGRAM HARIAN
PELAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING
***Satuan Layanan (SATLAN)**
***Satuan Kegiatan Pendukung (SATKUNG)**

Sekolah : SMK Negeri 1 Pemalang **Hari/Tgl : Sabtu, 23 November 2013**
Kelas : XI. AK 2 **Konselor : Dinia Ulfa**

No.	Jam	Jam Pembelajaran	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Layanan / pendukung	Materi Kegiatan	Alat Bantu	Tempat	Pelaksana	Keterangan
1	08.00-08.55	2	Siswa (CC)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pada pertemuan pertama yaitu membina *rapport* dan *assesment*
2	09.00-09.55	3	Siswa (EML)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pada pertemuan pertama yaitu membina *rapport* dan *assesment*
3	10.00-10.55	4	Siswa (ILA)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pada pertemuan pertama yaitu membina *rapport* dan *assesment*
4	11.00-11.55	5	Siswa (NF)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pada pertemuan pertama yaitu membina *rapport* dan *assesment*

5	12.00-12.45	6	Siswa (PST)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pada pertemuan pertama yaitu membina *rapport* dan *assesment*
6	13.00-13.55	7	Siswa (RO)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pada pertemuan pertama yaitu membina *rapport* dan *assesment*

Pemalang, 23 November 2013

Praktikan

Dinia Ulfa

NIM. 1301409050

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

PROGRAM HARIAN
PELAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING
***Satuan Layanan (SATLAN)**
***Satuan Kegiatan Pendukung (SATKUNG)**

Sekolah : SMK Negeri 1 Pemalang
Kelas : XI. AK 2

Hari/Tgl : Senin, 25 November 2013
Konselor : Dinia Ulfa

No.	Jam	Jam Pembelajaran	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Layanan / pendukung	Materi Kegiatan	Alat Bantu	Tempat	Pelaksana	Keterangan
1	08.00-08.55	2	Siswa (CC)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pada Pertemuan kedua yaitu *assesment*
2	09.00-09.55	3	Siswa (EML)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pada Pertemuan kedua yaitu *assesment*
3	10.00-10.55	4	Siswa (ILA)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pada Pertemuan kedua yaitu *assesment*
4	11.00-11.55	5	Siswa (NF)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pada Pertemuan kedua yaitu *assesment*
5	12.00-12.45	6	Siswa (PST)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pada Pertemuan kedua yaitu *assesment*

6	13.00-13.55	7	Siswa (RO)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pada Pertemuan kedua yaitu *assesment*

Pemalang, 25 November 2013

Praktikan

Dinia Ulfa
NIM. 1301409050

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

PROGRAM HARIAN
PELAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING
***Satuan Layanan (SATLAN)**
***Satuan Kegiatan Pendukung (SATKUNG)**

Sekolah : SMK Negeri 1 Pemalang **Hari/Tgl : Selasa, 26 November 2013**
Kelas : XI. AK 2 **Konselor : Dinia Ulfa**

No.	Jam	Jam Pembelajaran	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Layanan / pendukung	Materi Kegiatan	Alat Bantu	Tempat	Pelaksana	Keterangan
1	07.10-07.55	1	Siswa (CC)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan ketiga yaitu tahap *goal setting*
2	08.00-08.55	2	Siswa (EML)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan ketiga yaitu tahap *goal setting*
3	09.00-09.55	3	Siswa (ILA)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan ketiga yaitu tahap *goal setting*
4	10.00-10.55	4	Siswa (NF)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan ketiga yaitu tahap *goal setting*
5	11.00-11.55	5	Siswa (PST)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan ketiga yaitu tahap *goal setting*

6	12.00-12.45	6	Siswa (RO)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan ketiga yaitu tahap *goal setting*

Pemalang, 26 November 2013

Praktikan

Dinia Ulfa

NIM. 1301409050

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

PROGRAM HARIAN
PELAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING
***Satuan Layanan (SATLAN)**
***Satuan Kegiatan Pendukung (SATKUNG)**

Sekolah : SMK Negeri 1 Pemalang **Hari/Tgl : Rabu, 27 November 2013**
Kelas : XI. AK 2 **Konselor : Dinia Ulfa**

No.	Jam	Jam Pembelajaran	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Layanan / pendukung	Materi Kegiatan	Alat Bantu	Tempat	Pelaksana	Keterangan
1	07.10-07.55	1	Siswa (CC)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan keempat yaitu tahap *technique implementation*
2	08.00-08.55	2	Siswa (EML)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan keempat yaitu tahap *technique implementation*
3	09.00-09.55	3	Siswa (ILA)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan keempat yaitu tahap *technique implementation*
4	10.00-10.55	4	Siswa (NF)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan keempat yaitu tahap *technique implementation*
5	11.00-11.55	5	Siswa (PST)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan keempat yaitu tahap *technique implementation*

6	12.00-12.45	6	Siswa (RO)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan keempat yaitu tahap *technique implementation*

Pemalang, 27 November 2013

Praktikan

Dinia Ulfa

NIM. 1301409050

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

PROGRAM HARIAN

PELAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

***Satuan Layanan (SATLAN)**

***Satuan Kegiatan Pendukung (SATKUNG)**

Sekolah : SMK Negeri 1 Pemalang **Hari/Tgl : Selasa, 10 Desember 2013**

Kelas : XI. AK 2 **Konselor : Dinia Ulfa**

No.	Jam	Jam Pembelajaran	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Layanan / pendukung	Materi Kegiatan	Alat Bantu	Tempat	Pelaksana	Keterangan
1	07.10-07.55	1	Siswa (CC)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan kelima yaitu tahap *technique implementation*
2	08.00-08.55	2	Siswa (EML)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan kelima yaitu tahap *technique implementation*
3	09.00-09.55	3	Siswa (ILA)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan kelima yaitu tahap *technique implementation*
4	10.00-10.55	4	Siswa (NF)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan kelima yaitu tahap *technique implementation*
5	11.00-11.55	5	Siswa (PST)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan kelima yaitu tahap *technique implementation*

6	12.00-12.45	6	Siswa (RO)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan kelima yaitu tahap *technique implementation*

Pemalang, 10 Desember 2013

Praktikan

Dinia Ulfa

NIM. 1301409050

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

PROGRAM HARIAN
PELAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING
***Satuan Layanan (SATLAN)**
***Satuan Kegiatan Pendukung (SATKUNG)**

Sekolah : SMK Negeri 1 Pemalang
Kelas : XI. AK 2

Hari/Tgl : Kamis, 12 Desember 2013
Konselor : Dinia Ulfa

No.	Jam	Jam Pembelajaran	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Layanan / pendukung	Materi Kegiatan	Alat Bantu	Tempat	Pelaksana	Keterangan
1	07.00-07.55	1	Siswa (CC)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan keenam yaitu tahap *evaluation-termination*
2	08.00-08.55	2	Siswa (EML)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan keenam yaitu tahap *evaluation-termination*
3	09.00-09.55	3	Siswa (ILA)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan keenam yaitu tahap *evaluation-termination*
4	10.00-10.55	4	Siswa (NF)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan keenam yaitu tahap *evaluation-termination*
5	11.00-11.55	5	Siswa (PST)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan keenam yaitu tahap *evaluation-termination*

6	12.00-12.45	6	Siswa (RO)	Layanan Konseling Individual	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pertemuan keenam yaitu tahap *evaluation-termination*

Pemalang, 12 Desember 2013

Praktikan

Dinia Ulfa

NIM. 1301409050

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

PROGRAM HARIAN
PELAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING
***Satuan Layanan (SATLAN)**
***Satuan Kegiatan Pendukung (SATKUNG)**

Sekolah : SMK Negeri 1 Pemalang **Hari/Tgl : Jum'at, 13 Desember 2013**
Kelas : XI. AK 2 **Konselor : Dinia Ulfa**

No.	Jam	Jam Pembelajaran	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Layanan / pendukung	Materi Kegiatan	Alat Bantu	Tempat	Pelaksana	Keterangan
1	09.00-10.00	3	6 siswa kelas XI AK 2	Aplikasi Instrumentasi	Masalah Pribadi	alat tulis	Ruang BK	Praktikan	Pada pertemuan ini dilakukan *Post Test* dengan mengisi lembar skala tanggung jawab belajar.

Pemalang, 13 Desember 2013

Praktikan

Dinia Ulfa
NIM. 1301409050

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN UNNES

Lampiran 14

SATUAN LAYANAN

BIMBINGAN DAN KONSELING

A. Topik Bahasan : Permasalahan rendahnya tanggung jawab belajar siswa

B. Jenis Layanan : Layanan konseling individual

C. Bidang Bimbingan : Pribadi

D. Fungsi Layanan : Pencegahan dan Pengentasan masalah

E. Tujuan Layanan :

1. Untuk mendorong pengemangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif yaitu peningkatan kemampuan berkomunikasi verbal maupun non verbal siswa.
2. Konseli dapat merasa aman, nyaman, percaya, dan suka rela dalam mengikuti konseling
3. Konseli mampu mengidentifikasi perilaku yang bermasalah.
4. Konseli mampu mengklarifikasi perilaku yang bermasalah.

F. Sasaran Layanan : CC, EML, ILA, NF, PST, RO

G. Uraian Kegiatan :

Pertemuan/ Tahap	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan
I/ Membina *Rapport* dan *Assesment*	@ 45 menit	1. Membina hubungan baik dengan konseli. a. *Attending* b. Pembicaraan topik netral c. *structuring* 2. Mempersilahkan konseli menceritakan permasalahannya.

		3. Mengidentifikasi perilaku yang bermasalah (perilaku bermasalah tersebut sudah ditemukan sebelumnya pada saat *pre test* yaitu rendahnya tanggung jawab belajar). 4. Mengklarifikasi apakah data yang diperoleh dari skala tanggung jawab belajar itu sesuai dengan keadaan konseli yang sebenarnya.

H. Materi Layanan : Masalah pribadi

I. Metode Layanan : Wawancara konseling

J. Waktu dan Tempat

Hari, Tanggal : Sabtu, 23 November 2013

Tempat : Ruang BK SMK Negeri 1 Pemalang

K. Pemberi Layanan : Dinia Ulfa

L. Alat dan Perlengkapan : Alat dokumentasi

M. Evaluasi :

1. Penilaian proses : Mengamati tingkat partisipasi dan keaktifan konseli selama mengikuti layanan konseling individual
2. Penilaian hasil : Menanyakan *understanding, comfortable, action* (UCA) konseli setiap berakhirnya sesi layanan konseling.

N. Tindak Lanjut : Melanjutkan tahap *assesment*

O. Catatan Khusus :…….....

Pemalang, 23 November 2013

Peneliti

Dinia Ulfa
NIM. 1301409050

SATUAN LAYANAN

BIMBINGAN DAN KONSELING

A. Topik Bahasan : Permasalahan rendahnya tanggung jawab belajar siswa

B. Jenis Layanan : Layanan konseling individual

C. Bidang Bimbingan : Pribadi

D. Fungsi Layanan : Pencegahan dan Pengentasan masalah

E. Tujuan Layanan :

1. Konseli mampu mengidentifikasi peristiwa yang mengawali dan menyertai perilaku bermasalah.
2. Konseli mampu mengidentifikasi intensitas perilaku bermasalah dan perasaan konseli saat menceritakan masalahnya.
3. Konseli mampu menemukan inti masalahnya.
4. Konseli dapat memahami hal-hal yang menarik dalam kehidupan dan termotivasi untuk berubah ke arah yang lebih baik.

F. Sasaran Layanan : CC, EML, ILA, NF, PST, RO

G. Uraian Kegiatan :

Pertemuan/ Tahap	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan
II/ Tahap *Assesment*	@ 45 menit	1. Mengidentifikasi peristiwa yang mengawali dan menyertai perilaku bermasalah. 2. Menigidentifikasi intensitas perilaku bermasalah. 3. Mengidentifikasi perasaan konseli saat menceritakan perilaku bermasalah. 4. Merangkum pembicaraan konseli. 5. Menemukan inti masalah. 6. Mengidentifikasi hal-hal yang menarik dalam kehidupan.

		7. Memberikan motivasi pada konseli.

H. Materi Layanan : Masalah pribadi

I. Metode Layanan : Wawancara konseling

J. Waktu dan Tempat

Hari, Tanggal : Senin, 25 November 2013

Tempat : Ruang BK SMK Negeri 1 Pemalang

K. Pemberi Layanan : Dinia Ulfa

L. Alat dan Perlengkapan : Alat dokumentasi

M. Evaluasi :

1. Penilaian proses : Mengamati tingkat partisipasi dan keaktifan konseli selama mengikuti layanan konseling individual
2. Penilaian hasil : Menanyakan *understanding, comfortable, action* (UCA) konseli setiap berakhirnya sesi layanan konseling.

N. Tindak Lanjut : Tahap *goal setting*

O. Catatan Khusus :……

Pemalang, 25 November 2013

Peneliti

Dinia Ulfa
NIM. 1301409050

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

SATUAN LAYANAN

BIMBINGAN DAN KONSELING

A. Topik Bahasan : Permasalahan rendahnya tanggung jawab belajar siswa

B. Jenis Layanan : Layanan konseling individual

C. Bidang Bimbingan : Pribadi

D. Fungsi Layanan : Pencegahan dan Pengentasan masalah

E. Tujuan Layanan :

1. Konseli mampu menentukan tujuan konseling.
2. Konseli mampu mengendalikan keinginan-keinginan yang dapat merusak tujuan yang ingin dicapai.
3. Konseli dapat merinci tujuan menjadi sub tujuan yang berurutan dan oprasional.

F. Sasaran Layanan : CC, EML, ILA, NF, PST, RO

G. Uraian Kegiatan :

Pertemuan/ Tahap	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan
III/ Tahap *Goal Setting*	@45 menit	1. Menentukan tujuan konseling. 2. Mempertegas tujuan yang ingin dicapai. 3. Memberikan kepercayaan dan meyakinkan konseli bahwa konselor ingin membantu konseli mencapai tujuan konseling. 4. Membantu konseli memandang masalahnya dengan memperhatikan hambatan yang dihadapi untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai. 5. Merinci tujuan menjadi sub tujuan yang berurutan dan operasional.

H. Materi Layanan : Masalah pribadi

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN UNNES

I. Metode Layanan : Wawancara konseling

J. Waktu dan Tempat

Hari, Tanggal : Selasa, 26 November 2013

Tempat : Ruang BK SMK Negeri 1 Pemalang

K. Pemberi Layanan : Dinia Ulfa

L. Alat dan Perlengkapan : Alat dokumentasi

M. Evaluasi :

1. Penilaian proses : Mengamati tingkat partisipasi dan keaktifan konseli selama mengikuti layanan konseling individual
2. Penilaian hasil : Menanyakan *understanding, comfortable, action* (UCA) konseli setiap berakhirnya sesi layanan konseling.

N. Tindak Lanjut : Tahap *technique implementation*

O. Catatan Khusus :……

Pemalang, 26 November 2013

Peneliti

Dinia Ulfa
NIM. 1301409050

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

SATUAN LAYANAN

BIMBINGAN DAN KONSELING

A. Topik Bahasan : Permasalahan rendahnya tanggung jawab belajar siswa

B. Jenis Layanan : Layanan konseling individual

C. Bidang Bimbingan : Pribadi

D. Fungsi Layanan : Pencegahan dan Pengentasan masalah

E. Tujuan Layanan :

1. Konseli memahami konsep teknik *self-management.*
2. Konseli mampu mengetahui cara mengisi lembar *self-management.*
3. Konseli mampu melakukan apa yang telah ia rencanakan dalam lembar *self-management.*.

F. Sasaran Layanan : CC, EML, ILA, NF, PST, RO

G. Uraian Kegiatan :

Pertemuan/ Tahap	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan
IV/ Tahap *Technique Implementation*	@45 menit	1. Menentukan teknik konseling (menggunakan teknik *self-management*). 2. Menyusun prosedur *treatment* sesuai dengan teknik yang diterapkan. a. Menjelaskan rasional teknik. b. Mengajarkan konseli bagaimana mengisi lembar *self-management*. c. Meminta konseli untuk mengisinya sesuai dengan apa yang menjadi tujuan konseling. d. Meminta konseli untuk melakukan apa yang telah ia tulis dalam lembar tersebut. 3. Melaksanakan prosedur teknik yang diterapkan.

H. Materi Layanan : Masalah pribadi

I. Metode Layanan : Wawancara konseling

J. Waktu dan Tempat

Hari, Tanggal : Rabu, 27 November 2013

Tempat : Ruang BK SMK Negeri 1 Pemalang

K. Pemberi Layanan : Dinia Ulfa

L. Alat dan Perlengkapan : Alat dokumentasi

M. Evaluasi :

1. Penilaian proses : Mengamati tingkat partisipasi dan keaktifan konseli selama mengikuti layanan konseling individual
2. Penilaian hasil : Menanyakan *understanding, comfortable, action* (UCA) konseli setiap berakhirnya sesi layanan konseling.

N. Tindak Lanjut : Melanjukan tahap *technique implementation*

O. Catatan Khusus :……

Pemalang, 27 November 2013

Peneliti

Dinia Ulfa
NIM. 1301409050

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

SATUAN LAYANAN

BIMBINGAN DAN KONSELING

A. Topik Bahasan : Permasalahan rendahnya tanggung jawab belajar siswa

B. Jenis Layanan : Layanan konseling individual

C. Bidang Bimbingan : Pribadi

D. Fungsi Layanan : Pencegahan dan Pengentasan masalah

E. Tujuan Layanan :

1. Konseli mampu melaksanakan *self-monitoring* dengan baik.
2. Konseli ada perubahan dalam berperilakunya setelah melaksanakan teknik *self-management*.

F. Sasaran Layanan : CC, EML, ILA, NF, PST, RO

G. Uraian Kegiatan :

Pertemuan/ Tahap	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan
V/ Tahap *Technique Implementation*	@45 menit	1. Siswa melaporkan lembar *self-management* kepada konselor. 2. Konselor memantau perkembangan siswa dan memotivasi siswa untuk lebih ditingkatkan lagi dalam melakukan target perilaku.

H. Materi Layanan : -

I. Metode Layanan : Wawancara konseling

J. Waktu dan Tempat

Hari, Tanggal : Selasa, 10 Desember 2013

Tempat : Ruang BK SMK Negeri 1 Pemalang

K. Pemberi Layanan : Dinia Ulfa

L. Alat dan Perlengkapan : Alat dokumentasi

M. Evaluasi :

1. Penilaian proses : Mengamati tingkat partisipasi dan keaktifan konseli selama mengikuti layanan konseling individual
2. Penilaian hasil : Menanyakan *understanding, comfortable, action* (UCA) konseli setiap berakhirnya sesi layanan konseling.

N. Tindak Lanjut : Tahap evaluasi dan terminasi

O. Catatan Khusus : ……

Pemalang, 10 Desember 2013

Peneliti

Dinia Ulfa
NIM. 1301409050

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

SATUAN LAYANAN

BIMBINGAN DAN KONSELING

A. Topik Bahasan : Permasalahan rendahnya tanggung jawab belajar siswa

B. Jenis Layanan : Layanan konseling individual

C. Bidang Bimbingan : Pribadi

D. Fungsi Layanan : Pencegahan dan Pengentasan masalah

E. Tujuan Layanan :

1. Konseli mampu mengevaluasi perilakunya sendiri.
2. Konseli mampu mengevaluasi hasil dari pertemuan konseling pertama hingga pertemuan akhir.
3. Konseli mampu mempertahankan keterampilannya sampai di luar sesi konseling.
4. Mengakhiri pelaksanaan konseling.

F. Sasaran Layanan : CC, EML, ILA, NF, PST, RO.

G. Uraian Kegiatan :

Pertemuan/ Tahap	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan
VI/ Tahap *Evaluation-Termination*	@45 menit	1. Menanyakan dan mengevaluasi apa yang dilakukan konseli setelah diberikan *treatment*. • Apa yang telah Anda pahami? • Bagaimana perasaan Anda? • Apa yang akan Anda lakukan setelah mendapat *trearment* konseling? 2. Membantu konseli mentransfer apa yang dipelajari dalam konseling ke tingkah laku konseli. 3. Mengeksplorasi kemungkinan kebutuhan konseling tambahan. 4. Menyimpulkan apa yang telah dilakukan dan dikatakan konseli.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG PERPUSTAKAAN UNNES

		5. Membahas tugas-tugas yang harus dilakukan pada pertemuan selanjutnya. 6. Mengakhiri proses konseling.

H. Materi Layanan : -

I. Metode Layanan : Wawancara konseling

J. Waktu dan Tempat

Hari, Tanggal : Jumat, 12 Desember 2013

Tempat : Ruang BK SMK Negeri 1 Pemalang

K. Pemberi Layanan : Dinia Ulfa

L. Alat dan Perlengkapan : Alat dokumentasi

M. Evaluasi :

1. Penilaian proses : Mengamati tingkat partisipasi dan keaktifan konseli selama mengikuti layanan konseling perorangan
2. Penilaian hasil : Menanyakan *understanding, comfortable, action* (UCA) konseli setiap berakhirnya sesi layanan konseling.

N. Tindak Lanjut : -

O. Catatan Khusus :……

Pemalang, 12 Desember 2013

Peneliti

Dinia Ulfa
NIM.1301409050

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Lampiran 15

LAPORAN PELAKSANAAN PROGRAM
PELAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

SEKOLAH : SMK Negeri 1 Pemalang **MINGGU : III (18-24 November 2013)**
KELAS : XI AK 2 dan XI AP.2 **PRAKTIKAN : Dinia Ulfa**

No	Hari/Tgl Kegiatan	Jam Pemb	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Lay/Pend	Materi Kegiatan	Evaluasi	
						Hasil	Proses
1	Senin, 18 November 2013	3	Siswa kelas XI AP 2	Aplikasi instrumentasi	Uji Coba Instrument (pengisian data skala tanggung jawab belajar)	• *Laijapen :* digunakan untuk himpunan data siswa yang berguna untuk uji coba instrumen penelitian.	Siswa mampu mengungkapkan permasalahannya dengan baik melalui instrument yang berupa skala tanggung jawab belajar yang telah dibagikan.
2.	Kamis, 21 November 2013	3	Semua siswa kelas XI AK 2	Aplikasi Instrumentasi	*Pre Test* (pengisian data skala tanggung jawab belajar)	• *Laijapen:* digunakan untuk himpunan data siswa yang berguna untuk menemukan sampel penelitian (siswa yang rendah dalam tanggung jawab belajar)	Siswa mampu mengisi lembar skala tanggung jawab belajar dengan baik dan mampu mengungkapkan permasalahannya dengan baik serta antusias saat praktikan memberi *ice breaking.*
3.	Sabtu, 23 November 2013	2	Siswa (CC)	Konseling Individual	Pembinaan *Rapport* dan *Assesment*	• *Laiseg:* Siswa merasa lebih lega karena bisa menceritakan permasalahannya kepada praktikan • *Laijapen:* Siswa perlahan-lahan mulai menyadari kalau selama ini belajarnya kurang..	Proses konseling berjalan lancar dan siswa cukup banyak berpendapat.
4.	Sabtu, 23 November 2013	3	Siswa (EML)	Konseling Individual	Pembinaan *Rapport* dan *Assesment*	• *Laiseg:* Siswa merasa paham bahwa ia mempunyai masalah rendahnya tanggung jawab belajar. • *Laijapen:* Siswa perlahan-lahan mulai menyadari kalau selama ini belajarnya kurang.	Proses konseling berjalan lancar dan siswa masih malu-malu dalam bercerita.

5.	Sabtu, 23 November 2013	4	Siswa (ILA)	Konseling Individual	Pembinaan *Rapport* dan *Assesment*	• *Laiseg:* Siswa merasa cukup tertarik dengan diadakannya konseling individual. *Laijapen:* Siswa perlahan-lahan mulai mengubah kebiasaan perilakunya yang malas belajar.	Siswa cukup antusias dan tertarik dalam menerima layanan dan aktif bercerita.
7.	Sabtu, 23 November 2013	5	Siswa (NF)	Konseling Individual	Pembinaan *Rapport* dan *Assesment*	• *Laiseg:* Siswa merasa lebih lega setelah berbagi cerita masalahnya di rumah. • *Laijapen:* Siswa perlahan-lahan mulai mengubah kebiasaan perilakunya yang kurang bertanggung jawab dalam belajar.	Proses konseling berjalan lancar dan siswa sempat menangis saat menceritakan masalahnya.
8.	Sabtu, 23 November 2013	6	Siswa (PST)	Konseling Individual	Pembinaan *Rapport* dan *Assesment*	• *Laiseg:* Siswa merasa senang dan lega setelah menceritakan masalahnya. • *Laijapen:* Siswa perlahan-lahan mulai mengubah kebiasaan perilakunya yang kurang bertanggung jawab dalam belajar.	Konseli awalnya masih agak malu-malu saat menceritakan masalahnya tetapi kemudian perlahan-lahan mulai terbuka.
9.	Sabtu, 23 November 2013	7	Siswa (RO)	Konseling Individual	Pembinaan *Rapport* dan *Assesment*	• *Laiseg:* Siswa merasa didengarkan ceritanya dan lega setelah menceritakan masalahnya. • *Laijapen:* Siswa perlahan-lahan mulai mengubah kebiasaan perilakunya yang kurang bertanggung jawab dalam belajar.	Proses konseling berjalan lancar meskipun ada beberapa kendala yaitu masih malu-malu saat berpendapat.

Pemalang, 24 November 2013

Praktikan

Dinia Ulfa
NIM. 1301409050

PERPUSTAKAAN UNNES

LAPORAN PELAKSANAAN PROGRAM
PELAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

SEKOLAH : SMK Negeri 1 Pemalang **MINGGU : IV (25- 30 November)**
KELAS : XI AK 2 **PRAKTIKAN : Dinia Ulfa**

No	Hari/Tgl Kegiatan	Jam Pemb	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Lay/Pend	Materi Kegiatan	Evaluasi	
						Hasil	Proses
1	Senin, 25 November 2013	2	Siswa (CC)	Konseling Individual	*Assesment*	• *Laiseg:* Konseli merasa senang setelah mencurahkan segala permasalahannya • *Laijapen:* Siswa dapat mengurangi perilaku malas belajar setelah mengetahui penyebabnya.	Proses konseling berjalan lancar dan siswa cukup banyak berpendapat.
2	Senin, 25 November 2013	3	Siswa (EML)	Konseling Individual	*Assesment*	• *Laiseg:* Siswa merasa senang karena memahami tentang faktor penyebab perilaku. • *Laijapen:* Siswa dapat mengurangi perilaku yang menjadi penyebab rendah tanggung jawab belajar.	Proses konseling berjalan lancar dan siswa sudah mulai memahami penyebabnya.
3	Senin, 25 November 2013	4	Siswa (ILA)	Konseling Individual	*Assesment*	• *Laiseg:* Siswa merasa cukup senang karena bisa termotivasi untuk berubah. • *Laijapen:* Siswa perlahan-lahan mulai mengubah kebiasaan perilakunya yang malas belajar.	Siswa cukup antusias dan tertarik dalam menerima layanan dan aktif bercerita.
4	Senin, 25 November 2013	5	Siswa (NF)	Konseling Individual	*Assesment*	• *Laiseg:* Siswa merasa paham setelah mengatahui penyebab rendah tanggung jawab belajar. • *Laijapen:* Siswa perlahan-lahan mulai mengubah kebiasaan perilakunya yang kurang bertanggung jawab dalam belajar.	Proses konseling berjalan lancar dan siswa dapat memahami dengan baik.
5	Senin, 25 November 2013	6	Siswa (PST)	Konseling Individual	*Assesment*	• *Laiseg:* Siswa merasa paham jika perilakunya itu merugikan diri sendiri. • *Laijapen:* Siswa dapat meningkatkan intensitas belajarnya.	Proses konseling berjalan dengan baik dan konseli mau mengikuti proses selanjutnya.

6.	Senin, 25 November 2013	7	Siswa (RO)	Konseling Individual	*Assesment*	• *Laiseg:* Siswa merasa didengarkan dengan baik oleh praktikan. • *Laijapen:* Siswa dapat mengurangi *online facebook* untuk belajar saja.	Proses konseling berjalan lancar dan konseli menceritakan kebiasaannya dengan rinci.
7.	Selasa, 26 November 2013	1	Siswa (CC)	Konseling Individual	Konseling *behavior* Tahap *Goal Setting*	• *Laiseg:* Siswa merasa senang setelah bisa menentukan tujuan konseling. • *Laijapen:* Siswa perlahan-lahan mulai bertanggung jawab dalam belajarnya di rumah maupun di sekolah.	Proses konseling berjalan lancar dan siswa mampu menentukan hambatan apa saja yang bisa merusak tujuan.
8.	Selasa, 26 November 2013	2	Siswa (EML)	Konseling Individual	Konseling *behavior* Tahap *Goal Setting*	• *Laiseg:* Siswa merasa paham hambatan-hambatan apa saja yang dapat merusak tujuan. • *Laijapen:* Siswa perlahan-lahan mulai menyadari bertanggung jawab dalam belajar di rumah maupun di sekolah itu penting.	Proses konseling berjalan lancar dan siswa mampu menentukan tujuan yang ingin dicapai dan menuliskannya di lembar *self-monitoring*.
9.	Selasa, 26 November 2013	3	Siswa (ILA)	Konseling Individual	Konseling *behavior* Tahap *Goal Setting*	• *Laiseg:* Siswa merasa cukup puas dengan layanan praktikan. • *Laijapen:* Siswa perlahan-lahan mulai bertanggung jawab dalam belajarnya di rumah maupun di sekolah.	Siswa cukup antusias dan tertarik dalam menerima layanan dan aktif bercerita.
10	Selasa, 26 November 2013	4	Siswa (NF)	Konseling Individual	Konseling *behavior* Tahap *Goal Setting*	• *Laiseg:* Siswa merasa lebih lega setelah mengetahui tujuan konseling yang ia tulis di lembar kertas. • *Laijapen:* Siswa perlahan-lahan mulai mengubah kebiasaan perilakunya yang kurang bertanggung jawab dalam belajar.	Proses berjalan lancar dan siswa antusias tertarik menerima layanan serta aktif berpendapat. Rencana akan di adakan layanan lagi.
11	Selasa, 26 November 2013	5	Siswa (PST)	Konseling Individual	Konseling *behavior* Tahap *Goal*	• *Laiseg:* Siswa merasa paham dengan tujuan konseling yang ingin ia capai akan meningkatkan prestasinya. • *Laijapen:* Siswa dapat meningkatkan tanggung	Proses konseling berjalan lancar karena siswa memilih sendiri untuk konseling di tempat yang sepi dan tenang.

					Setting	jawab belajar dan bisa memelihara keterampilannya meski di luar sesi konseling.	
12	Selasa, 26 November 2013	6	Siswa (RO)	Konseling Individual	Konseling *behavior* Tahap *Goal Setting*	• *Laiseg:* Siswa merasa nyaman dan senang setelah mengikuti sesi konseling pertemuan ketiga. • *Laijapen:* Siswa dapat meningkatkan tanggung jawab belajar dan bisa memelihara keterampilannya meski di luar sesi konseling..	Proses konseling berjalan lancar dan siswa antusias ketika di ajak berpikir dalam menentukan hambatan yang dapat merusak dan menentukan tujuan konseling. meskipun ada beberapa kendala yaitu masih malu-malu saat berpendapat.
13	Rabu, 27 November 2013	1	Siswa (CC)	Konseling Individual	Tahap Implementasi Teknik (Teknik *Self Management*)	• *Laiseg:* Siswa merasa lebih paham setelah dijelaskan prosedur teknik untuk memecahkan masalahnya • *Laijapen:* Siswa dapat meningkatkan tanggung jawab belajar dan bisa memelihara keterampilannya meski di luar sesi konseling..	Proses konseling berjalan lancar dan siswa cukup mengerti maksud prosedur dari teknik *self management.*
14	Rabu, 27 November 2013	2	Siswa (EML)	Konseling Individual	Tahap Implementasi Teknik (Teknik *Self Management*)	• *Laiseg:* Siswa merasa tertarik untuk berusaha mengubah kebiasaan buruknya dengan mengikuti teknik konseling ini. • *Laijapen:* Siswa dapat meningkatkan tanggung jawab belajar dan bisa memelihara keterampilannya meski di luar sesi konseling.	Proses konseling berjalan lancar dan siswa memahami cara pengisian lembar *self management.*
15	Rabu, 27 November 2013	3	Siswa (ILA)	Konseling Individual	Tahap Implementasi Teknik (Teknik *Self Management*)	• *Laiseg:* Siswa merasa cukup tertarik dengan teknik *self-management* yang sudah dijelaskan oleh konselor. • *Laijapen:* Siswa dapat meningkatkan tanggung jawab belajar dan bisa memelihara keterampilannya meski di luar sesi konseling..	Proses konseling berjalan lancar dan siswa antusias mengikuti tahap-tahap *self-management.*

16	Rabu, 27 November 2013	4	Siswa (NF)	Konseling Individual	Tahap Implementasi Teknik (Teknik *Self Management*)	• *Laiseg:* Siswa merasa percaya diri kalau tujuan perilaku yang ingin dia ubah pasti akan berhasil dengan baik. • *Laijapen:* Siswa perlahan-lahan mulai mengubah kebiasaan perilakunya yang kurang bertanggung jawab dalam belajar.	Proses konseling berjalan lancar dan siswa paham apa yang dijelaskan konselor mengenai prosedur tekniknya.
17	Rabu, 27 November 2013	5	Siswa (PST)	Konseling Individual	Tahap Implementasi Teknik (Teknik *Self Management*)	• *Laiseg:* Siswa senang karena sudah menemukan jalan keluarnya masalah yang dihadapi. • *Laijapen:* Siswa Siswa dapat meningkatkan tanggung jawab belajar dan bisa memelihara keterampilannya meski di luar sesi konseling..	Proses konseling berjalan lancar meski merasa bingung pada saat penentuan reward dan konsekuensi pada lembar self management
18	Rabu, 27 November 2013	6	Siswa (RO)	Konseling Individual	Tahap Implementasi Teknik (Teknik *Self Management*)	• *Laiseg:* Siswa merasa senang setelah mengikuti konseling. • *Laijapen:* Siswa berkomitmen untuk melakukan apa yang menjadi tujuan yang telah tertuliskan di *lembar self-management*.	Proses konseling berjalan lancar dan cukup antusias.

Pemalang, 30 November 2013
Praktikan

Dinia Ulfa
NIM. 1301409050

PERPUSTAKAAN UNNES

LAPORAN PELAKSANAAN PROGRAM
PELAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

SEKOLAH : SMK Negeri 1 Pemalang **MINGGU : II (9-15 Desember 2013)**
KELAS : XI AK 2 **PRAKTIKAN : Dinia Ulfa**

No	Hari/Tgl Kegiatan	Jam Pemb	Sasaran Kegiatan	Kegiatan Lay/Pend	Materi Kegiatan	Evaluasi	
						Hasil	Proses
1	Selasa, 10 Desember 2013	1	Siswa (CC)	Konseling Individual	Tahap Implementasi Teknik (Teknik *Self Management*)	• *Laiseg:* Siswa merasa paham apa yang dijelaskan peneliti tentang hasil self-monitoring yang telah dilakukan. • *Laijapen:* Siswa dapat meningkatkan tanggung jawab belajar dan bisa memelihara keterampilannya meski di luar sesi konseling..	Proses konseling berjalan lancar dan siswa dapat menampilkan data tingkat perubahan perilaku.
2	Selasa, 10 Desember 2013	2	Siswa (EML)	Konseling Individual	Tahap Implementasi Teknik (Teknik *Self Management*)	• *Laiseg:* Siswa merasa dengan peningkatan perilaku yang sudah dilakukan. • *Laijapen:* Siswa dapat meningkatkan tanggung jawab belajar dan bisa memelihara keterampilannya meski di luar sesi konseling..	Proses konseling berjalan lancar dan siswa dapat menjelaskan perubahan perilakunya.
3	Selasa, 10 Desember 2013	3	Siswa (ILA)	Konseling Individual	Tahap Implementasi Teknik (Teknik *Self Management*)	• *Laiseg:* Siswa merasa senang dengan reward yang diberikan dan akan meningkatkan perilaku dengan lebih baik lagi. • *Laijapen:* Siswa dapat meningkatkan tanggung jawab belajar dan bisa memelihara keterampilannya meski di luar sesi konseling.	Proses konseling berjalan lancar dan siswa antusias menceritakan keberhasilan yang sudah dicapainya.
4	Selasa, 10 Desember 2013	4	Siswa (NF)	Konseling Individual	Tahap Implementasi Teknik (Teknik *Self*	• *Laiseg:* Siswa memahami penjelasan hasil self-monitoring yang sudah dilakukannya. • *Laijapen:* Siswa dapat meningkatkan tanggung jawab belajar dan bisa memelihara keterampilannya	Proses konseling berjalan lancar dan siswa antusias menceritakan pengalaman setelah mengikuti prosedur teknik.

					Management)	meski di luar sesi konseling..	
5	Selasa, 10 Desember 2013	5	Siswa (PST)	Konseling Individual	Tahap Implementasi Teknik (Teknik *Self Management*)	• *Laiseg:* Siswa senang karena tujuan sudah tercapai dengan cukup baik. • *Laijapen:* Siswa dapat meningkatkan tanggung jawab belajar dan bisa memelihara keterampilannya meski di luar sesi konseling..	Proses konseling berjalan lancar dan siswa fokus saat menjelaskan data peningkatan perubahan perilaku.
6	Selasa, 10 Desember 2013	6	Siswa (RO)	Konseling Individual	Tahap Implementasi Teknik (Teknik *Self Management*)	• *Laiseg:* Siswa merasa optimis bahwa dia akan berhasil meski di luar sesi konseling. • *Laijapen:* Siswa dapat meningkatkan tanggung jawab belajar dan bisa memelihara keterampilannya meski di luar sesi konseling..	Proses konseling berjalan dengan baik dan siswa antusias bercerita.
7	Kamis, 12 Desember 2013	1	Siswa (CC)	Konseling Individual	Tahap *Evaluation-Termination*	• *Laiseg:* Siswa merasa senang karena masalahnya sudah bisa teratasi dengan baik. • *Laijapen:* Siswa bisa melakukan dengan baik apa yang menjadi tujuan dari konseling dan dapat memelihara keterampilannya meski di luar konseling.	Proses konseling berjalan lancar dan siswa berjanji akan melakukannya dengan baik.
8	Kamis, 12 Desember 2013	2	Siswa (EML)	Konseling Individual	Tahap *Evaluation-Termination*	• *Laiseg:* Siswa merasa senang karena tujuannya tercapai setelah mengikuti 6 kali pertemuan. • *Laijapen:* Siswa bisa melakukan dengan baik apa yang menjadi tujuan dari konseling dan dapat memelihara keterampilannya meski di luar konseling.	Proses konseling berjalan lancar dan siswa terlihat antusias saat mengikuti konseling.
9	Kamis, 12 Desember 2013	3	Siswa (ILA)	Konseling Individual	Tahap *Evaluation-Termination*	• *Laiseg:* Siswa merasa cukup puas setelah mengikuti konseling selama 6x pertemuan. • *Laijapen:* Siswa bisa melakukan dengan baik apa yang menjadi tujuan dari konseling dan dapat memelihara keterampilannya meski di luar konseling.	Proses konseling berjalan lancar sesuai rencana dan konseli ingin di adakan konseling lagi.

10	Kamis, 12 Desember 2013	4	Siswa (NF)	Konseling Individual	Tahap *Evaluation-Termination*	• *Laiseg:* Siswa merasa puas karena tidak sia-sia mengikuti konseling dari awal sampai akhir. • *Laijapen:* Siswa tidak lupa untuk lalu melakukan kebiasaan tersebut dengan baik.	Proses konseling berjalan dengan lancar dan akan selalu melakukan perilaku tersebut untuk dijadikan kebiasaan.
11	Kamis, 12 Desember 2013	5	Siswa (PST)	Konseling Individual	Tahap *Evaluation-Termination*	• *Laiseg:* Siswa merasa ada yang merhatikan karena ada yang peduli dengan masalah dalam belajarnya. • *Laijapen:* Siswa dapat bertanggung jawab dalam belajarnya dan akan dijadikan kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari.	Proses konseling berjalan dengan lancar dan antusias memperhatikan konselor.
12	Kamis, 12 Desember 2013	6	Siswa (RO)	Konseling Individual	Tahap *Evaluation-Termination*	• *Laiseg:* Siswa memahami bahwa tanpa reward dan konsekuensi harus bisa tetap melaksanakan komitmen yang sudah ada di lembar *self-monitoring*. • *Laijapen:* Siswa dapat bertanggung jawab dalam belajarnya dan akan dijadikan kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari.	Proses konseling berjalan lancar dan konseli pun akan berusaha melakukannya sesuai dengan kesepakatan bersama meski konseling sudah berakhir.
13	Jum'at, 13 Desember 2013	3	6 siswa kelas XI AK 2	Aplikasi Instrumentasi	*Post Test* (pengisian data skala tanggung jawab belajar setelah diberikan *treatment*).	• *Laijapen:* digunakan untuk himpunan data siswa yang berguna mengetahui seberapa besar peningkatan tanggung jawab belajar siswa setelah diberikan *treatment.*	Siswa mampu mengisi lembar skala tanggung jawab belajar dengan baik dan mengisi dengan jujur sesuai dengan keadaan sebenarnya.

Pemalang, 15 Desember 2013
Praktikan

Dinia Ulfa
NIM. 1301409050

PERPUSTAKAAN UNNES

Lampiran 16

DESKRIPSI PROSES PELAKSANAAN KEGIATAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL BERBASIS *SELF-MANAGEMENT*

Pertemuan	Tujuan	Tahapan Konseling *Behavior*	Hasil Konseling
PERTEMUAN PERTAMA Waktu : @45 menit tiap konseli. Hari /tgl : Sabtu, 23 November 2013 Konseli : CC, EML, ILA, NF, PST, dan RO	1. Siswa dapat merasa aman, nyaman, percaya, dan suka rela dalam mengikuti konseling. 2. Siswa dapat menceritakan masalahnya dengan baik sesuai apa yang ia alami sekarang.	Pada pertemuan pertama ini adalah tahap *assesment* masalah konseli. Sebelumnya, peneliti membina hubungan baik (*rapport*) terlebih dahulu. Tujuan dari *rapport* adalah agar konseli merasa aman, nyaman, dan percaya dengan peneliti, sehingga konseli dapat hadir dengan sukarela dan terbuka saat menceritakan masalahnya. Kemudian mengadakan kontrak kasus, membuat kesepakatan waktu untuk pertemuan pertama ini, menjelaskan mengenai asas yang digunakan dalam konseling, menjelaskan pembatasan peran konselor dan konseli, serta menjelaskan tentang konseling *behavioral* itu sendiri secara sederhana. Tidak lupa juga peneliti berusaha meyakinkan konseli bahwa untuk merahasiakan segala data/informasi baik verbal maupun non verbal dengan siapa pun selain konseli. Setelah suasana kondusif, peneliti mulai menanyakan apakah benar bahwa konseli memiliki tanggung jawab belajar yang rendah yang selama ini menjadi beban yang cukup berat bagi konseli. Peneliti mencoba menanyakan tentang informasi yang telah didapatkan dari pengisian skala tanggung jawab belajar.	<u>Konseli CC:</u> - U (*understanding*): Konseli memahami tentang pentingnya mengikuti konseling agar masalah dapat terselesaikan. - C (*comfortable*): Konseli merasa senang karena sudah menceritakan masalahnya. - A (*action*): Konseli akan mengikuti konseling selanjutnya. <u>Konseli EML:</u> - U: konseli memahami jika ia mempunyai masalah tanggung jawab belajar yang kurang. - C: konseli masih merasa malu saat mengikuti konseling. - A: konseli akan lebih bersikap terbuka kepada peneliti. <u>Konseli ILA:</u> - U: konseli memahami tentang masalah yang dialami.

		Berikut adalah permasalahan yang dihadapi konseli yang menyertai rendahnya tanggung jawab belajar: <u>Konseli CC:</u> Bahwa klien sering malas belajar, belajar kalau ada ulangan/ujian, merasa jenuh ketika banyak tugas, malu bertanya kepada guru, malas pergi ke perpustakaan, sering mencontek, malas mencatat materi ketika guru menjelaskan dan lebih memilih bermain HP/berbicara dengan teman, kurang menjaga kebersihan, sulit berkonsentrasi saat pelajaran, dan mempunyai minat belajar yang kurang. <u>Konseli EML:</u> Koseli tidak rutin dalam belajar, merasa jenuh ketika guru memberikan banyak soal, merasa iri jika teman mendapat nilai bagus, belajar jika ada ulangan/ tugas, jika ada waktu luang lebih memilih nonton TV, malas mencatat materi, sulit berkonsentrasi saat ada masalah, mengerjakan tugas jika sudah mepet dan malu untuk berpendapat. <u>Konseli ILA:</u> Konseli tidak bisa memanfaatkan waktu libur untuk belajar,belajar jika ada ulangan, mengerjakan tugas jika sudah menumpuk, merasa jenuh saat mempunyai banyak tugas, merasa malas ke perpustakaan, meminta bantuan teman saat ulangan, merasa kurang semangat, bermain HP/berbicara	- C: konseli merasa senang karena ada yang mau mendengarkan ceritanya. - A: konseli akan mengikuti proses selanjutnya. <u>Konseli NF:</u> - U: konseli memahami tentang penjelasan peneliti tentang prosedur konseling dan paham akan masalah yang dialami. - C: konseli masih merasa masih belum bisa terbuka kepada peneliti. - A: konseli akan mencoba bersikap terbuka dengan peneliti. <u>Konseli PST:</u> - U: konseli memahami bahwa perilakunya itu kurang baik untuk dipertahankan. - C: konseli merasa senang dengan diadakannya proses konseling. - A: konseli akan mengikuti proses selanjutnya dengan baik. <u>Konseli RO:</u> - U: konseli memahami bahwa dirinya sering malas belajar. - C: konseli merasa lega setelah menceritakan masalahnya. - A: konseli akan berusaha memperbaiki diri.

		sendiri saat pelajaran, dan tidak bisa konsentrasi dengan baik. <u>Konseli NF:</u> Tidak bisa membagi waktu untuk belajar, merasa jenuh saat mempunyai banyak tugas, malu bertanya dengan guru, merasa malas ke perpustakaan, sering mengeluh, meminta bantuan teman saat ulangan, tidak memperhatikan guru saat menjelaskan, dan tidak bisa konsentrasi dengan baik. <u>Konseli PST:</u> Konseli tidak bisa memanfaatkan waktu libur untuk belajar, lebih memilih nonton TV/tidur dari pada belajar, belajar jika ada ulangan/tugas, malu bertanya dengan guru, malas ke perpustakaan, merasa jenuh dan menyalahkan guru karena banyak tugas, mencontoh saat ulangan, kurang aktif dalam berpendapat, merasa kurang semangat, jarang piket, dan tidak bisa konsentrasi dengan baik. <u>Konseli RO:</u> konseli malas belajar, lebih memilih nonton TV/tidur dari pada belajar, belajar jika ada ulangan, malas ke perpustakaan, menyalahkan guru karena banyak tugas, berbicara sendiri/ bermain HP saat pelajaran, sering berangkat kesiangan, tidak bisa konsentrasi pada pelajaran, melanggar jadwal piket kelas, dan tidak bisa menerima kriktikan.	

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN UNNES

		Untuk proses *assesment* selanjutnya akan dibahas pada pertemuan konseling kedua.	
PERTEMUAN KEDUA Waktu: @45 menit tiap konseli. Hari : Senin Tgl : 25 November 2013 Klien : CC, EML, ILA, NF, PST, dan RO	1. Konseli mampu mengidentifikasi peristiwa yang mengawali rendahnya tanggung jawab belajar. 2. Konseli dapat memahami inti masalah. 3. Konseli mampu memahami hal-hal yang menarik dalam kehidupan jika konseli bertanggung jawab dalam belajarnya.	Pada tahap *assesment* pertemuan kedua ini sebelumnya konseli sudah menceritakan tentang permasalahannya. Pada hari ini peneliti berusaha mengidentifikasi peristiwa apa yang mengawali konseli berperilaku seperti itu, seberapa sering, dan mengajak konseli untuk menemukan inti permasalahannya. <u>Konseli CC:</u> Beberapa penyebabnya adalah karena konseli merasa capek pulang sekolah terlalu sore (pukul 14.30), akhinya tidur lebih , sehingga melewatkan waktu untuk belajar. Konseli tidak bisa lepas dari HP karena sering SMS'an dengan pacarnya. Jika ada tugas lebih memilih mengerjakan mendadak. Kemudian jika sedang dimarahi orang tua karena beberapa masalah, dia mengalami *badmood* sehingga belajar pun tidak bisa konsentrasi. Adiknya juga sering mengganggu untuk meminta di ajari mengerjakan PR. <u>Konseli EML:</u> Setelah pulang sekolah, konseli disuruh menjaga adiknya yang masih kecil, membantu pekerjaan rumah, dan akhirnya merasa kecapekan saat belajar. Konseli sendiri mengakui sudah membuat jadwal kegiatan sehari-hari, tetapi sering melanggarnya. Catatan pelajaran yang kurang lengkap,	<u>Konseli CC:</u> - U: Konseli memahami tentang penyebab masalahnya. - C: Konseli merasa senang setelah mencurahkan segala permasalahannya. - A: Konseli ingin berubah ke arah yang lebih baik. <u>Konseli EML:</u> - U: konseli memahami tentang faktor penyebabnya. - C: konseli merasa senang setelah menemukan inti masalahnya. - A: konseli ingin membuat bangga orang tuanya. <u>Konseli ILA:</u> - U: konseli memahami tentang masalah yang dialami. - C: konseli merasa senang karena ada yang memotivasi. - A: konseli berusaha untuk mengurangi bermain game'nya. <u>Konseli NF:</u> - U: konseli memahami faktor penyebab masalahnya.

PERPUSTAKAAN UNNES

		membuat dia malas belajar juga. Konseli tidak bisa konsentrasi ketika ada masalah, misalnya masalah dengan teman sebangkunya. Masalah tersebut di awali ketika konseli meminta bantuan kepada teman sebangkunya tetapi tidak mau membantu saat ulangan. <u>Konseli ILA:</u> Konseli beranggapan bahwa "buat apa belajar di rumah kalau di sekolah saja sudah pusing mendapat mata pelajaran dari pukul 07.00- 14.30, jadi di rumah buat santai-santai saja agar tidak *putek*". Konseli juga lebih memilih bermain *game* jika di rumah, akhirnya tugas pun sering kali terbengkelai dan dikerjakan apabila sudah mendadak. <u>Konseli NF:</u> Konseli setelah pulang sekolah membantu kakaknya menyelesaikan pekerjaan rumah dan mengurus ibu yang sedang sakit, karena ibu terkena sakit lumpuh. Ayahnya bekerja di luar kota. Akhirnya merasa kecapekan. Konseli tidak bisa konsentrasi karena dia cemas memikirkan kesehatan ibunya. Keadaan ekonomi yang kurang sehingga buku-buku pelajaran kurang lengkap membuat dia malas belajar. <u>Konseli PST:</u> Konseli malas belajar karena orang tua kurang memperhatikan belajarnya, sehingga merasa santai tanpa ada	- C: konseli masih merasa sedih memikirkan ibunya dan merasa senang karena ada yang mendengarkan ceritanya. - A: konseli ingin berubah membuat bangga ibunya. <u>Konseli PST:</u> - U: konseli memahami bahwa perilakunya itu kurang baik untuk dipertahankan. - C: konseli merasa lega karena tahu penyebab masalahnya. - A: konseli akan mengikuti proses selanjutnya dengan baik. <u>Konseli RO:</u> - U: konseli memahami penyebab dan inti masalahnya. - C: konseli merasa senang karena sudah dibantu untuk menyelesaikan masalahnya dan diberi minum pula. - A: konseliakan berusaha mengurangi kegiatan *online facebook* agar tidak bangun kesiangan.

		teguran dari orang tua. Konseli sering menunda-nunda tugas karena buku pelajaran tidak lengkap tetapi malas ke perpustakaan dengan alasan penjaganya tidak ramah. Konseli juga mencontek saat ujian karena merasa kurang percaya diri dengan jawaban sendiri. <u>Konseli RO:</u> Menurut konseli waktu libur adalah saatnya untuk *refreshing*. Konseli sering merasa mengantuk ketika pelajaran yang tidak disukai sehingga lebih memilih ngobrol dengan teman dan akhirnya kurang paham ketika ada tugas. Konseli juga kurang nyaman dengan keadaan kelas, karena ada teman yang egois tidak mau mengajarkan dengan yang kurang pandai. Konseli berangkat kesiangan, karena tidur larut malam sering *online*. Sehingga paginya kadang tidak piket kelas dan mengantuk. Setelah diketahui penyebabnya, peneliti mengajak konseli menemukan inti masalahnya. Kemudian peneliti memberi gambaran apabila perilaku tersebut tidak diubah, ditakutkan prestasi akan menurun, orang tua akan kecewa yang sudah membiayai, dan dampak lebih buruk lagi dimungkinkan akan tidak naik kelas. Peneliti berusaha memberi gambaran hal-hal yang menarik dalam kehidupan dan memotivasi konseli untuk bisa berubah	

		ke arah yang lebih baik.	
PERTEMUAN KETIGA Waktu: @45 menit tiap konseli. Hari : Selasa Tgl : 26 November 2013 Klien : CC, EML, ILA, NF, PST, dan RO	1. Konseli dapat memahami hambatan-hambatan yang dihadapi konseli yang dapat merusak tujuan. 2. Konseli mampu menentukan sub-sub tujuan yang ingin dicapai dalam konseling.	Pada pertemuan ketiga ini peneliti memasuki tahap *goal setting* atau menentukan tujuan konseling. Peneliti membimbing dan memantapkan tujuan yang akan dicapai dalam konseling yaitu untuk dapat meningkatkan rendahnya tanggung jawab belajar yang dialami konseli sehingga ia mampu meningkatkan prestasi belajarnya. Peneliti juga membantu konseli memandang masalahnya dengan memperhatikan hambatan-hambatan yang dihadapi untuk mencapai tujuan tersebut. Setelah diketahui hambatannya, kemudian peneliti mengajak konseli untuk lebih mengetahui sub-sub tujuan yang ingin dicapapi dahulu hingga akhirnya tujuan umum dalam konseling dapat tercapai. Berikut sub-sub tujuan yang ingin dicapai konseli: <u>Konseli CC:</u> - Ingin belajar setiap hari walau tidak ada ujian minimal 1-2 jam. - Ingin aktif bertanya di kelas. - Ingin berusaha mengerjakan PR/ujian tanpa bantuan teman. - Ingin mengesampingkan HP saat pelajaran. - Ingin berusaha ke perpustakaan untuk belajar. <u>Konseli EML:</u> - ingin belajar rutin meski tidak ada tugas/ulangan. - Ingin mengurangi menonton TV. - Mendengarkan dan mencatat materi ketika guru menjelaskan.	<u>Konseli CC:</u> - U: Konseli memahami masalah yang dialaminya dan memahami tujuan yang ingin dicapai. - C: Konseli merasa senang karena mengetahui tujuan yang akan dicapai dalam konseling. - A: Konseli ingin sekali merubah kebiasaan buruknya.. <u>Konseli EML:</u> - U: konseli memahami hambatan-hamabatan yang dapat merusak tujuan. - C: konseli merasa lega karena sudah menentukan tujuan konseling. - A: konseli berusaha mengendalikan keinginan-keinginan yang dapat merusak tujuan. <u>Konseli ILA:</u> - U: konseli memahami tujuan yang ingin dia capai dalam konseling. - C: konseli merasa senang karena tujuan sudah tergambarkan dengan jelas. - A: konseli berusaha untuk melakukan yang terbaik.. <u>Konseli NF:</u> - U: konseli memahami hambatan-hambatan yang harus dikendalikan.

PERPUSTAKAAN UNNES

		- ingin lebih fokus dan konsentrasi dengan pelajaran dan berbaikan dengan teman sebangku. - Ingin menyempatkan waktu luang untuk mengerjakan soal-soal di LKS. <u>Konseli ILA:</u> - Ingin membuat jadwal belajar di rumah serta melaksanakannya dengan teratur. - Ingin menyicil tugas agar tidak sampai menumpuk. - Ingin rajin mengunjungi perpustakaan untuk menunjang buku pelajaran. - Ingin berusaha mengerjakan ulangan dan PR dengan kemampuan sendiri. - Ingin mengesampingkan HP dan fokus saat pelajaran. <u>Konseli NF:</u> - Ingin menyempatkan waktu untuk belajar dengan rutin meski tidak ada ulangan. - Ingin aktif di kelas (bertanya dan memperhatikan) guru saat menjelaskan. - Berusaha mengurangi kecemasannya terhadap ibu, berpikiran positif, sehingga bisa konsentrasi dalam belajar. - Ingin mengerjakan ulangan dan tugas dengan kemampuan sendiri. - Ingin menyicil tugas agar tidak menumpuk sehingga tidak jenuh. <u>Konseli PST:</u> - Ingin mengurangi nonton TV. - Ingin belajar rutin setiap hari walau tidak ada ujian/PR minimal 1 jam.	- C: konseli merasa cukup lega dengan adanya konseling. - A: konseli akan melakukannya dengan baik untuk mencapai tujuan. <u>Konseli PST:</u> - U: konseli memahami bahwa tujuan konseling ini demi mencapai prestasinya. - C: konseli merasa senang karena mengetahui tujuan yang akan dicapai. - A: konseli berusaha mengubah kebiasaannya. <u>Konseli RO:</u> - U: konseli memahami hambatan-hambatan dan tujuan dalam konseling. - C: konseli merasa nyaman dengan pelayanan konseling ini. - A: konseli akan berusaha lebih terbuka kepada peneliti.

		- Mengunjungi perpustakaan untuk menunjang buku pelajaran. - Ingin merasa percaya diri sehingga bisa mengerjakan tugas dan ulangan sendiri. - Ingin aktif tanya dan berpendapat di kelas. - Ingin mengerjakan tugas tepat waktu sehingga tidak sampai menumpuk. <u>Konseli RO:</u> - Ingin belajar lebih giat minimal 1-2 jam dalam sehari. - Ingin segera menyelesaikan tugas dari guru. - Ingin konsentrasi dan mengesampingkan HP/ngobrol saat pelajaran. - Ingin melakukan piket kelas sesuai jadwalnya. - Ingin berusaha menerima kritikan dari siapapun dengan lapang dada. - Ingin mengurangi bermain *facebook.*	
PERTEMUAN KEEMPAT Waktu: @45 menit tiap konseli. Hari : Rabu Tgl : 27 November 2013 Klien : CC, EML, ILA, NF, PST, dan RO	1. Konseli memahami konsep teknik *self-management.* 2. Konseli mampu mengetahui cara mengisi lembar *self-management.* 3. konseli mampu melakukan apa yang telah ia tulis dalam lembar *self-management.*	Pada pertemuan keempat ini proses konseling *behavior* telah memasuki tahap *technique implementation.*Pada tahap ini peneliti menentukan teknik konseling yang akan digunakan dalam konseling, yaitu teknik *self-management.* Kemudian peneliti menjelaskan tentang prosedur teknik *self-management*. Tujuan teknik ini adalah agar konseli membiasakan diri mengatur waktu untuk belajar dengan rutin sehingga konseli dapat bertanggung jawab dalam belajarnya. Dalam *self-management* konseli akan melakukan pantau diri atau *self-monitoring.* Self-monitoring yang disepakati konseli adalah sesuai tujuan konseling yang telah ditentukan pada tahap *goal setting*. Kemudian peneliti mengajak konseli untuk menentukan *reward* jika berhasil melaksanakan *self-*	<u>Konseli CC:</u> - U: Konseli memahami teknik *self-management* yang akan dilaksanakan. - C: Konseli merasa senang dan tertarik untuk melaksanakan teknik *self-management.* - A: Konseli akan berusaha untuk melaksanakan *self-monitoring* yang sudah disepakatinya. <u>Konseli EML:</u> - U: konseli memahami cara pengisian lembar *self-management.* - C: konseli merasa tertarik untuk berusaha mengubah kebiasaannya yang kurang baik. - A: konseli akan melakukan dengan baik untuk

		monitoring dengan baik dan menentukan konsekuensinya apabila konseli tidak melaksanakan *self monitoring*. Konseli CC: - *Reward*: konseli akan *refreshing* bersama pacar di hari libur. - Konsekuensi: tidak bermain HP selama 2 hari. Konseli EML: - *Reward*: berupa kata-kata "hebat" dan membeli makanan kesukaan konseli. - Konsekuensi: membuat cerita dengan berbahasa inggris. Konseli ILA: - *Reward*: konseli ingin *refreshing* ke suatu tempat yang dia inginkan. - Konsekuensi: mengumpulkan artikel tentang cerita-cerita orang yang termotivasi. Konseli NF: - *Reward*: berupa kata-kata "bagus" "hebat" dan konseli ingin makan-makanan kesukaan sepuasnya. - Konsekuensi: mengumpulkan artikel tentang cerita-cerita orang yang berprestasi. Konseli PST: - *Reward*: bermain atau bepergian dengan teman-teman selama seharian. - Konsekuensi: HP disita selama 2 hari. Konseli RO: - *Reward*: hadiah berupa pulsa sebesar Rp 10.000. - Konsekuensi: tidak boleh bermain HP selama 2 hari.	mencapai tujuan yang diinginkan. Konseli ILA: - U: konseli memahami teknik *self-management* yang diajarkan oleh peneliti. - C: konseli merasa senang karena telah dibantu peneliti dengan senang hati. - A: konseli berusaha untuk melakukannya yang terbaik agar tujuan tercapai. Konseli NF: - U: konseli memahami teknik yang diajarkan peneliti untuk selalu memonitor perilakunya. - C: konseli merasa cukup puas dengan teknik yang diterapkan penelti, dan optimis berhasil. - A: konseli akan melakukannya dengan baik untuk mencapai tujuan. Konseli PST: - U: konseli memahami teknik *self-management* yang akan diterapkan pada dirinya. - C: konseli merasa senang karena ingin sekali mencapai *reward* tersebut. - A: konseli berusaha melaksanakannya sesuai apa yang dituliskan. Konseli RO: - U: konseli memahami apa yang diajarkan peneliti tentang teknik *self-management.* - C: konseli merasa nyaman dengan penjelasan peneliti karena sudah merasa cukup akrab

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN UNNES

		Setelah menentukan *reward* dan konsekuensi, peneliti meminta konseli untuk benar-benar melakukan apa yang telah ia tulis dalam lembar tersebut dan meminta konseli untuk selalu melaporkan lembar *self-management*.	dengan peneliti. A: konseli akan berusaha mencapai tujuan tersebut sebaik mungkin sampai berhasil.
PERTEMUAN KELIMA Waktu: @45 menit tiap konseli. Hari : Selasa Tgl : 10 Desember 2013 Klien : CC, EML, ILA, NF, PST, dan RO	1. Konseli mampu melaksanakan *self-monitorng* dengan baik. 2. Konseli ada perubahan dalam berperilakunya.	Pada Pertemuan kelima ini masih dengan tahap *technique implementation* dikarenakan tahap ini dilakukan selama 2 kali pertemuan. Pertemuan hari ini peneliti memantau konseli apakah sudah melaksanakan dengan baik atau belum. Konseli melaporkan lembar *self-management* kepada peneliti. Kemudian peneliti menjelaskan tentang sub tujuan yang sudah tercapai dan yang belum tercapai. Pada masing-masing konseli sudah mulai terlihat adanya peningkatan perilaku untuk bertanggung jawab belajar. untuk perilaku yang belum tercapai dengan penuh, peneliti berusaha memberi motivasi kepada konseli agar mampu melaksanakannya dengan baik lagi.	<u>Konseli CC:</u> - U: Konseli memahami apa yang dijelaskan peneliti tentang hasil *self- monitoring* yang telah dilakukan. - C: Konseli merasa senang karena ada perilaku yang sudah berhasil dilakukan. - A: Konseli akan berusaha lebih baik lagi melaksanakan *self-monitoring* yang sudah disepakatinya. <u>Konseli EML:</u> - U: konseli memahami peningkatan perilaku yang sudah dilakukan. - C: konseli merasa senang untuk lebih berusaha lagi mengubah kebiasaannya yang kurang baik. - A: konseli akan melakukan dengan baik untuk mencapai tujuan yang diinginkan. <u>Konseli ILA:</u> - U: konseli memahami peningkatan perilaku yang sudah dilakukan. - C: konseli merasa senang karena telah termotivasi untuk melakukannya lebih baik

			lagi. - A: konseli berusaha untuk melakukannya yang terbaik agar tujuan tercapai. <u>Konseli NF:</u> - U: konseli memahami penjelasan hasil *self-monitoring* yang sudah dilakukannya. - C: konseli merasa puas dengan hasil yang dicapai dan akan mempertahankannya. - A: konseli akan melakukannya dengan baik untuk mencapai tujuan. <u>Konseli PST:</u> - U: konseli memahami penjelasan peneliti tentang hasil lembar *self-monitoring*nya. - C: konseli merasa senang karena sudah tercapai dengan cukup baik. - A: konseli berusaha akan melaksanakannya dengan lebih baik lagi. <u>Konseli RO:</u> - U: konseli memahami apa yang diajarkan peneliti tentang peningkatan perilaku di *self-management.* - C: konseli merasa optimis bahwa dia akan berhasil. A: konseli akan berusaha mencapai tujuan tersebut sebaik mungkin sampai berhasil.
PERTEMUAN KEENAM	1. Konseli mampu mengevaluasi perilakunya	Pada pertemuan keenam ini peneliti melakukan tahap konseling *evaluation-termination.* Peneliti mengevaluasi	<u>Konseli CC:</u> - U: Konseli memahami bahwa masalah

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Waktu: @45 menit tiap konseli. Hari : Kamis Tgl : 12 Desember 2013 Klien : CC, EML, ILA, NF, PST, dan RO	sendiri. 2. Konseli mampu mengevaluasi hasil dari pertemuan konseling pertama hingga pertemuan terakhir. 3. Konseli mampu mempertahankan keterampilannya sampai di luar sesi konseling;	kegiatan konseling yang telah dilaksanakan. Peneliti juga memberikan kesempatan kepada konseli untuk mengevaluasi hal apa yang sudah dilakukan oleh konseli setelah diberi *treatment* dan menanyakan tentang hal yang sudah dilakukan oleh konseli. Peneliti berharap meskipun dilakukan tanpa adanya *reward* dan konsekuensi lagi, konseli mampu mempola perilaku, pikiran, dan perasaan yang diinginkan; dapat menciptakan keterampilan belajar yang baru sesuai harapan; dapat mempertahankan keterampilannya sampai di luar sesi konseling; serta perubahan yang mantap dan menetap. Peneliti tidak lupa untuk menanyakan *UCA* (*Understanding, Comfort, Action*) kepada konseli. Peneliti menyimpulkan apa yang telah dilakukan dan diungkapkan konseli, peneliti menawarkan untuk kemungkinan konseling tambahan, dan peneliti mengakhiri proses konseling dengan ucapan minta maaf apabila ada kata-kata yang kurang berkenan serta ucapan terima kasih kepada konseli karena sudah berkenan hadir mengikuti konseling dari awal hingga pertemuan akhir.	rendahnya tanggung jawab belajar sudah mengalami peningkatan. - C: Konseli merasa senang karena maasalahnya sudah bisa teratasi. - A: Konseli akan terus meningkatkan tanggung jawab belajarnya. <u>Konseli EML:</u> - U: konseli memahami bahwa ia harus bisa mempertahankan ketrampilannya. - C: konseli merasa senang karena tujuannya tercapai. - A: konseli akan mempertahankan kebiasaan baik yang sudah terbentuk. <u>Konseli ILA:</u> - U: konseli memahami bahwa harapannya sudah terwujud, karena merasa nilainya meningkat semenjak rajin belajar. - C: konseli merasa senang karena mendapat *reward*-nya. - A: konseli akan belajar dengan rutin lagi. <u>Konseli NF:</u> - U: konseli mengetahui bahwa dia mampu meningkatkan perilaku rendah tanggung jawab belajarnya. - C: konseli merasa puas karena tidak sia-sia mengikuti konseling dari awal sampai akhir. - A: konseli akan tetap melakukannya dengan baik.

			Konseli PST: - U: konseli mengetahui bahwa tujuan konseling telah berhasil. - C: konseli merasa senang karena dengan bertanggung jawab belajar ia bisa mendapat nilai bagus - A: konseli berusaha melaksanakannya meski tanpa reward dan konsekuensi. Konseli RO: - U: konseli memahami bahwa tanpa reward dan konsekuensi harus bisa tetap melaksanakan komitmen yang sudah ada di lembar *self-monitoring*. - C: konseli merasa berterimakasih kepada peneliti yang sudah membantu menyelesaikan masalahnya. A: konseli akan berusaha mempertahankan ketrampilannya yang di dapat dari konseling.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Lampiran 17

REKAMAN KONSELING INDIVIDUAL
(KONSELI 1)

A. Topik Permasalahan : Tanggung Jawab Belajar

B. Spesifikasi Kegiatan

1. Bidang Bimbingan : Bimbingan Pribadi
2. Jenis Layanan : Konseling Individual
3. Fungsi Layanan : Pencegahan dan Pengentasan

C. Identitas Konseli

Nama : CC (nama disamarkan)
Kelas : XI AK.2 (Akutansi)
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Desa Penggarit, RT 03/01, Kabupaten Pemalang
Agama : Islam
Hobi : Menyanyi
Anak ke : 3 dari 4 bersaudara
Nama Ayah/pekerjaan : Masy'atil Charom/ Pekerja Proyek
Nama Ibu/pekerjaan : Casmonah/ Buruh Tani

D. Pertemuan

Pertemuan I

Hari/Tanggal : Sabtu, 23 November 2013
Tempat : Ruang BK
Jam Pembelajaran : Jam ke-2 (±45 menit)

Pertemuan II

Hari/Tanggal : Senin, 25 November 2013
Tempat : Ruang BK
Jam Pembelajaran : Jam ke-2 (±45 menit)

Pertemuan III

Hari/Tanggal : Selasa, 26 November 2013
Tempat : Ruang BK

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Jam Pembelajaran : Jam ke-1 (±45 menit)

Pertemuan IV

Hari/Tanggal : Rabu, 27 November 2013

Tempat : Ruang BK

Jam Pembelajaran : Jam ke-1 (±45 menit)

Pertemuan V

Hari/Tanggal : Selasa, 10 Desember 2013

Tempat : Ruang BK

Jam Pembelajaran : Jam ke-1 (±45 menit)

Pertemuan VI

Hari/Tanggal : Kamis, 12 Desember 2013

Tempat : Ruang BK

Jam Pembelajaran : Jam ke-1 (±45 menit)

E. Eksplorasi Masalah Data Konseli yang Telah Diketahui

Konseli adalah siswa kelas XI AK 2 SMK Negeri 1 Pemalang. Ia merasa lelah setelah pulang sekolah karena jam pelajaran di SMK sampai sore sekitar pukul 14.15. Sehingga ketika malamnya ia tidur lebih awal dan sering melewatkan waktu untuk belajar di rumah. Tetapi konseli jika ada tugas dari sekolah ia langsung mengerjakannya. Jika tidak ada tugas atau tidak ada ulangan/ujian, konseli merasa jenuh, malas untuk belajar dan lebih memilih untuk tidur saja. Selain jenuh, konseli juga merasa *badmood* jika sedang dimarahi orang tua karena beberapa hal masalah misalnya ingin bermain ke rumah teman tetapi tidak di ijinkan, ingin menonton TV tetapi dilarang orang tua karena harus belajar, dan sebagainya. Akibat masalah-masalah tersebut, ia merasa sukar untuk berkonsentrasi dalam belajar di rumah maupun di sekolah. Adik perempuan yang berumur 9 tahun pun kadang mengganggu belajar konseli karena meminta di ajari mengerjakan PR.

Sedangkan kondisi belajar di sekolah konseli yaitu konseli merasa malu bertanya kepada guru jika menemukan kesulitan, malas mencatat materi ketika guru menjelaskan dan lebih memilih bermain HP untuk SMS'an dengan

pacarnya atau berbicara dengan teman. Akibatnya, setiap ada ulangan konseli meminta bantuan teman (menyontek). Meski buku catatan atau buku pelajaran kurang lengkap, konseli merasa malas pergi ke perpustakaan dengan alasan penjaga perpustakaannya tidak ramah. Sehingga terkadang nilai ulangan konseli menjadi kurang bagus. Selain itu konseli juga mengaku sering membuang sampah tidak pada tempatnya, mencoret-coret meja/dinding sekolah, dan merasa tidak sepenuh hati dalam mengerjakan piket kelas.

Akibat-akibat yang diperoleh konseli dari perilaku kurang tanggung jawab tersebut yaitu konseli mengaku bahwa nilai ulangan/ujian konseli menjadi kurang bagus, dimarahi orang tua karena prestasi menurun, dan merasa kurang percaya diri ketika menghadapi ujian. Dari akibat tersebut, konseli merasa ingin berubah agar prestasi meningkat. Konseli ingin mengubah kebiasaan buruknya itu untuk menjadi lebih baik.

F. Data Penting yang Terjaring dalam Konseling

1. Konseli menjadi malas belajar, karena ia merasa lelah pulang sekolah terlalu sore dan tidak bisa membagi waktu belajar dan istirahat ketika di rumah.
2. Konseli mendapat nilai yang kurang memuaskan karena malas belajar, malas mencatat apa yang dijelaskan guru, memilih bermain HP/berbiacara dengan teman saat guru menjelaskan, dan malas pergi ke perpustakaan meski buku kurang lengkap.
3. Konseli merasa *badmood* belajar ketika dimarahi orang tua.
4. Konseli kurang bisa menjaga kebersihan sekolah dan tidak sepenuh hati dalam mengerjakan piket kelas.
5. Konseli ingin berubah ke arah yang lebih baik agar prestasinya meningkat.

G. Diagnosa Masalah (simpulan masalah menurut pendekatan tertentu dan sebab-sebabnya.

Dari hasil wawancara konseling dapat disimpulkan bahwa konseli mengalami rendah tanggung jawab belajar dan merupakan tingkah laku yang kurang (*defisit*) misalnya malas belajar, malas mencatat, malu bertanya kepada

guru, malas pergi ke perpustakaan, malas memperhatika guru saat menjelaskan, kurang bisa konsentrasi dalam belajar.

H. Alternatif Pemecahan Masalah

Berdasarkan diagnosa masalah-masalah tersebut, proses konseling ini menggunakan konseling individual *behavioral*. Konseling behavioral merupakan pendekatan konseling yang berfokus pada tingkah laku. Tujuannya adalah untuk menciptakan perilaku baru yang adaptif, menghapus perilaku yang tidak sesuai, memperkuat dan mempertahankan perilaku yang diinginkan.

Konseling behavioral mempunyai beberapa teknik khusus dalam konseling. Teknik khusus yang digunakan konselor untuk membantu memecahkan masalah konseli yaitu teknik *self-management*. Teknik *self-management* merupakan teknik untuk membantu konseli mengontrol dan mengubah tingkah lakunya ke arah yang lebih efektif. Tahap teknik ini yaitu (1) tahap memonitor diri, konseli mengamati tingkah laku sendiri dan mencatatnya di lembar *self-monitoring*; (2) tahap evaluasi diri, konseli membandingkan hasil catatan tingkah laku dengan target tingkah laku yang diinginkan; dan (3) tahap pemberian *reward* dan konsekuensi, konseli memberi hadiah jika target perilaku berhasil dicapainya serta memberi hukuman jika perilaku belum bisa tercapai.

PERPUSTAKAAN UNNES

I. Putusan Pemecahan Masalah dan Implementasinya

Putusan pemecahan masalah yang dipilih konseli yaitu:

1. Ingin belajar setiap hari walau tidak ada ulangan/ujian minimal 1-2 jam.
2. Ingin aktif bertanya di kelas.
3. Ingin berusaha mengerjakan PR/ujian tanpa bantuan teman.
4. Ingin mengesampingkan HP saat pelajaran.
5. Ingin berusaha mengunjungi perpustakaan minimal 3 kali dalam seminggu.

Setelah penentuan putusan pemecahan masalah tersebut, konseli menentukan reward dan konsekuensinya. Reward yang diinginkan yaitu

konseli akan refreshing bersama pacar di hari libur, sedangkan konsekuensinya adalah tidak bermain HP selama 2 hari.

J. Rencana Layanan Lanjutan (*follow-up*)

Setelah 6 kali pertemuan konseling individual berbasis *self-management* ini, konseli merasa puas dan tidak ingin merencanakan layanan konseling lanjutan, kecuali konseli tiba-tiba membutuhkan.

K. Evaluasi Proses dan Hasil

Ketika praktikan menanyakan bagaimana perasaannya setelah melakukann konseling individu pada pertemuan kali ini adalah bahwa konseli merasa senang setelah tujuan konseling tercapai. Dan pemahaman yang di dapat pada konseli adalah bahwa jika konseli melakukan tugas belajarnya sebagai siswa dengan baik mungkin hal baik pun akan terjadi pada dirinya. Konseli akan berusaha mempertahankan kebiasaan konseli untuk belajar lebih rajin.

Pemalang, 10 Desember 2013

Konseli | Konselor/Praktikan

CC (Inisial) | Dinia Ulfa

NIM. 1301409050

PERPUSTAKAAN UNNES

Lampiran 18

REKAMAN KONSELING INDIVIDUAL
(KONSELI 2)

A. Topik Permasalahan : Tanggung Jawab Belajar

B. Spesifikasi Kegiatan

1. Bidang Bimbingan : Bimbingan Pribadi
2. enis Layanan : Konseling Individual
3. Fungsi Layanan : Pencegahan dan Pengentasan

C. Identitas Konseli

Nama : EML (nama disamarkan)
Kelas : XI AK.2 (Akutansi)
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Hobi : Mengoleksi tanaman
Anak ke : 1 dari 2 bersaudara
Nama Ayah/pekerjaan : Tarmidi/ Petani
Nama Ibu/pekerjaan : Resmiyati/ Ibu Rumah Tangga

D. Pertemuan

Pertemuan I

Hari/Tanggal : Sabtu, 23 November 2013
Tempat : Ruang BK
Jam Pembelajaran : Jam ke-3 (±45 menit)

Pertemuan II

Hari/Tanggal : Senin, 25 November 2013
Tempat : Ruang BK
Jam Pembelajaran : Jam ke-3 (±45 menit)

Pertemuan III

Hari/Tanggal : Selasa, 26 November 2013
Tempat : Ruang BK
Jam Pembelajaran : Jam ke-2 (±45 menit)

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Pertemuan IV

Hari/Tanggal : Rabu, 27 November 2013

Tempat : Ruang BK

Jam Pembelajaran : Jam ke-2 (±45 menit)

Pertemuan V

Hari/Tanggal : Selasa, 10 Desember 2013

Tempat : Ruang BK

Jam Pembelajaran : Jam ke-2 (±45 menit)

Pertemuan VI

Hari/Tanggal : Kamis, 12 Desember 2013

Tempat : Ruang BK

Jam Pembelajaran : Jam ke-2 (±45 menit)

E. Eksplorasi Masalah Data Klien yang Telah Diketahui

Konseli adalah siswa kelas XI AK 2 di SMK Negeri 1 Pemalang. Konseli pulang sekolah sekitar pukul 14.30 dan sampai rumah sekitar pukul 15.00 dikarenakan naik angkot. Setelah pulang sekolah, konseli harus menjaga adiknya yang masih kecil dan membantu ibunya menyelesaikan pekerjaan rumah. Ketika malamnya, konseli belajar hanya sebentar sekitar 30 menitan itu saja tidak rutin belajar karena sudah mengantuk dan lelah. Konseli mengaku bahwa ia malas belajar dan tugas-tugas dari sekolah dikerjakan ketika sudah mepet waktunya. Konseli juga merasa sulit berkonsentrasi ketika ada masalah seperti masalah dengan teman sebangkunya karena temannya tidak mau bergantian memberi jawaban ketika ulangan. Terkadang konseli juga merasa iri ketika teman sebangkunya itu mendapat nilai lebih bagus dari dia. Di sekolah, ketika guru menjelaskan dia juga merasa malas mencatat materi sehingga pada waktu belajar catatan buku tidak lengkap dan hal itu yang membuat ia malas belajar juga. Konseli merasa malu bertanya kepada guru ketika menemukan kesulitan tentang materi yang dipahami. Ketika ada waktu luang konseli lebih memilih untuk menonton TV karena menurut dia sebagai *refreshing* otak agar

tidak jenuh. Konseli sudah mencoba membuat jadwal kegiatan antara belajar dan bermain, tetapi ia sering melanggarnya dan belum berhasil.

Akibat yang diperoleh karena konseli malas belajar, catatan materi tidak lengkap, serta tidak bisa konsentrasi belajar yaitu konseli mendapat nilai kurang memuaskan khususnya pada mata pelajaran kejuruan. Tetapi sebenarnya konseli ingin sekali mengubah kebiasaan buruknya itu. Agar apa yang ia cita-citakan yaitu melanjutkan ke perguruan tinggi itu bisa tercapai.

F. Data Penting yang Terjaring dalam Konseling

1. Konseli sibuk menjaga adiknya dan membantu ibu ketika pulang sekolah sehingga malamnya kelelahan.
2. konseli mendapat nilai yang kurang memuaskan pada mata pelajaran kejuruan karena malas belajar, malas mencatat materi, dan merasa malu bertanya kepada guru.
3. Konseli tidak dapat berkonsentrasi belajar karena mempunyai masalah dengan teman sebangkunya dengan alasan temannya tidak mau bergantian memberi jawaban ketika ulangan dan konseli merasa iri ketika temannya itu mendapat nilai lebih bagus dari dia.

G. Diagnosa Masalah (simpulan masalah menurut pendekatan tertentu dan sebab-sebabnya.

Dari hasil wawancara konseling dapat disimpulkan bahwa konseli mengalami rendah tanggung jawab belajar dan merupakan tingkah laku yang kurang (*defisit*) misalnya malas belajar, malas mencatat, malu bertanya kepada guru. Selain itu ada dua faktor yaitu faktor dari dalam diri sendiriaitu adanya kurang motivasi, minat, kurang kesadaran diri untuk belajar serta faktor lngkungan seperti membantu ibu pekerjaan rumah dan mempunyai masalah dengan teman sebangkunya. Karena menurut konseling *behavioral*, perilaku dibentuk dari hasil proses belajar dengan lingkungan.

H. Alternatif Pemecahan Masalah

Berdasarkan diagnosa masalah-masalah tersebut, proses konseling ini menggunakan konseling individual *behavioral*. Konseling behavioral merupakan pendekatan konseling yang berfokus pada tingkah laku. Tujuannya adalah untuk menciptakan perilaku baru yang adaptif, menghapus perilaku yang tidak sesuai, memperkuat dan mempertahankan perilaku yang diinginkan.

Konseling behavioral mempunyai beberapa teknik khusus dalam konseling. Teknik khusus yang digunakan konselor untuk membantu memecahkan masalah konseli yaitu teknik *self-management*. Teknik *self-management* merupakan teknik untuk membantu konseli mengontrol dan mengubah tingkah lakunya ke arah yang lebih efektif. Tahap teknik ini yaitu (1) tahap memonitor diri, konseli mengamati tingkah laku sendiri dan mencatatnya di lembar *self-monitoring*; (2) tahap evaluasi diri, konseli membandingkan hasil catatan tingkah laku dengan target tingkah laku yang diinginkan; dan (3) tahap pemberian *reward* dan konsekuensi, konseli memberi hadiah jika target perilaku berhasil dicapainya serta memberi hukuman jika perilaku belum bisa tercapai.

I. Putusan Pemecahan Masalah dan Implementasinya

Alternatif pemecahan masalah yang dipilih konseli yaitu:

1. Ingin belajar setiap hari walau tidak ada ulangan/ujian minimal 1-2 jam.
2. Ingin mengurangi menonton TV.
3. Mendengarkan dan mencatat materi ketika guru menjelaskan.
4. ingin lebih fokus dan konsentrasi dengan pelajaran dan berbaikan dengan teman sebangku.
5. Ingin menyempatkan waktu luang untuk mengerjakan soal-soal di LKS.

Setelah penentuan alternatif pemecahan masalah tersebut, konseli menentukan *reward* dan konsekuensinya. *Reward* yang diinginkan yaitu berupa kata-kata “hebat” dan membeli makanan kesukaan konseli., sedangkan konsekuensinya adalah membuat cerita pendek dengan berbahasa inggris.

J. Rencana Layanan Lanjutan (*follow-up*)

Setelah 6 kali pertemuan konseling individual berbasis *self-management* ini, konseli merasa puas dan tidak ingin merencanakan layanan konseling lanjutan, kecuali konseli tiba-tiba membutuhkannya.

K. **Evaluasi Proses dan Hasil**

Ketika praktikan menanyakan bagaimana perasaannya setelah melakukann konseling individu pada pertemuan kali ini adalah bahwa konseli merasa senang karena tujuannya tercapai.

. Dan pemahaman yang di dapat pada konseli adalah bahwa ia harus bisa mempertahankan ketrampilannya itu meski di luar sesi konseling. konseli akan mempertahankan kebiasaan baik yang sudah terbentuk.

Pemalang, 10 Desember 2013

Konseli | Konselor/Praktikan

EML (Inisial) | Dinia Ulfa

NIM. 1301409050

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Lampiran 19

REKAMAN KONSELING INDIVIDUAL
(KONSELI 3)

A. Topik Permasalahan : Tanggung Jawab Belajar

B. Spesifikasi Kegiatan

1. Bidang Bimbingan : Bimbingan Pribadi
2. Jenis Layanan : Konseling Individual
3. Fungsi Layanan : Pencegahan dan Pengentasan

C. Identitas Konseli

Nama : ILA (nama disamarkan)
Kelas : XI AK.2 (Akutansi)
Jenis Kelamin : Laki-laki
Alamat : Jl. Elang No.30 RT 01/05, Kedungkelor, Warureja, Tegal.
Agama : Islam
Hobi : Jalan-jalan
Anak ke : 2 dari 4 bersaudara
Nama Ayah/pekerjaan : Arif Nurdin/ Ketua BPD desa Kedungkelor dan Marketing *La Ban De Clinic*.
Nama Ibu/pekerjaan : Patriyah/ Ibu Rumah Tangga

D. Pertemuan

Pertemuan I

Hari/Tanggal : Sabtu, 23 November 2013
Tempat : Ruang BK
Jam Pembelajaran : Jam ke-4 (±45 menit)

Pertemuan II

Hari/Tanggal : Senin, 25 November 2013
Tempat : Ruang BK
Jam Pembelajaran : Jam ke-4 (±45 menit)

Pertemuan III

Hari/Tanggal : Selasa, 26 November 2013

Tempat : Ruang BK

Jam Pembelajaran : Jam ke-3 (±45 menit)

Pertemuan IV

Hari/Tanggal : Rabu, 27 November 2013

Tempat : Ruang BK

Jam Pembelajaran : Jam ke-3 (±45 menit)

Pertemuan V

Hari/Tanggal : Selasa, 10 Desember 2013

Tempat : Ruang BK

Jam Pembelajaran : Jam ke-3 (±45 menit)

Pertemuan VI

Hari/Tanggal : Kamis, 12 Desember 2013

Tempat : Ruang BK

Jam Pembelajaran : Jam ke-3 (±45 menit)

E. Eksplorasi Masalah Data Klien yang Telah Diketahui

Konseli adalah siswa kelas XI AK 2 SMK Negeri 1 Pemalang. Ia merasa lelah setelah pulang sekolah karena jam pelajaran di SMK sampai sore sekitar pukul 14.15. Sehingga ketika malamnya ia tidur lebih awal dan sering melewatkan waktu untuk belajar di rumah. Ia memilih bermain *game* jika dirumah kalau ada waktu luang. Sehingga tugas-tugas dari sekolah sering ia kerjakan kalau sudah menumpuk. Karena kurang dapat memanfaatkan waktu luang dengan baik. Konseli beranggapan bahwa "buat apa belajar di rumah kalau di sekolah saja sudah pusing mendapat mata pelajaran dari pukul 07.00-14.30, jadi di rumah buat santai-santai saja agar tidak *putek*". Konseli juga kurang adanya minat untuk belajar ditandai dengan tidak adanya semangat ketika diberi jam tambahan, sering bermain HP saat pelajaran, malas mengunjungi perpustakaan dan belajar ketika ada ulangan saja. Konseli juga merasa kurang bisa konsentrasi dengan alasan banyak pikiran, kurang teliti karena ingin cepat selesai, jenuh menghadapi aktivitas sehari-hari yang seperti

itu-itu saja. Konseli juga cenderung menyalahkan orang lain ditandai dengan menyalahkan orang tuanya yang kurang memperhatikan pendidikan anaknya karena sibuk bekerja, serta menyalahkan guru dikarenakan kurang asyik mengajarnya. Akibat yang diperoleh adalah nilai ulangan konseli kurang memuaskan dan tidak bisa mengerjakan ulangan dengan baik. Setelah konseli mengetahui akibatnya, konseli menyadari kalau selama ini belajarnya kurang. Konseli merasa ingin berubah agar nilainya memuaskan.

F. Data Penting yang Terjaring dalam Konseling

1. Konseli menjadi malas belajar, karena ia merasa lelah pulang sekolah terlalu sore dan tidak bisa membagi waktu belajar dan istirahat ketika di rumah.
2. Malas mengunjungi perpustakaan dan tidak bisa memanfaatkan waktu dengan baik karena lebih banyak untuk bermain *game*.
3. Konseli beranggapan bahwa "buat apa belajar di rumah kalau di sekolah saja sudah pusing mendapat mata pelajaran dari pukul 07.00- 14.30, jadi di rumah buat santai-santai saja agar tidak *putek*".
4. Orang tua konseli terlalu sibuk bekerja sehingga kurang memperhatikan pendidikan anak-anaknya.
5. Konseli menyadari bahwa selama ini belajarnya kurang dan ingin berubah menjadi lebih baik lagi.

PERPUSTAKAAN
UNNES

G. Diagnosa Masalah (simpulan masalah menurut pendekatan tertentu dan sebab-sebabnya.

Dari hasil wawancara konseling dapat disimpulkan bahwa konseli mengalami rendah tanggung jawab belajar dan merupakan tingkah laku yang kurang (*defisit*) misalnya malas belajar, mencontoh saat ulangan, dan karena faktor lingkungan yaitu orang tua kurang memperhatikan (menurut pendekatan behavioral). Hal ini disebabkan karena konseli beranggapan bahwa "buat apa belajar di rumah kalau di sekolah saja sudah pusing mendapat mata pelajaran dari pukulo 07.00- 14.30. jadi di rumah buat santai-santai saja agar tidak *putek*".

H. Alternatif Pemecahan Masalah

Berdasarkan diagnosa masalah-masalah tersebut, proses konseling ini menggunakan konseling individual *behavioral*. Konseling behavioral merupakan pendekatan konseling yang berfokus pada tingkah laku. Tujuannya adalah untuk menciptakan perilaku baru yang adaptif, menghapus perilaku yang tidak sesuai, memperkuat dan mempertahankan perilaku yang diinginkan.

Konseling behavioral mempunyai beberapa teknik khusus dalam konseling. Teknik khusus yang digunakan konselor untuk membantu memecahkan masalah konseli yaitu teknik *self-management*. Teknik *self-management* merupakan teknik untuk membantu konseli mengontrol dan mengubah tingkah lakunya ke arah yang lebih efektif. Tahap teknik ini yaitu (1) tahap memonitor diri, konseli mengamati tingkah laku sendiri dan mencatatnya di lembar *self-monitoring*; (2) tahap evaluasi diri, konseli membandingkan hasil catatan tingkah laku dengan target tingkah laku yang diinginkan; dan (3) tahap pemberian *reward* dan konsekuensi, konseli memberi hadiah jika target perilaku berhasil dicapainya serta memberi hukuman jika perilaku belum bisa tercapai.

I. Putusan Pemecahan Masalah dan Implementasinya

Putusan pemecahan masalah yang dipilih konseli yaitu:

1. Ingin membuat jadwal belajar di rumah serta melaksanakannya dengan teratur.
2. Ingin menyicil tugas agar tidak sampai menumpuk.
3. Ingin rajin mengunjungi perpustakaan untuk menunjang buku pelajaran minimal 3 kali seminggu.
4. Ingin berusaha mengerjakan ulangan dan PR dengan kemampuan sendiri.
5. Ingin mengurangi bermain *game* dan HP saat belajar.

Setelah penentuan putusan pemecahan masalah tersebut, konseli menentukan reward dan konsekuensinya. *Reward* yang diinginkan yaitu ingin *refreshing* ke suatu tempat yang dia inginkan. Sedangkan konsekuensinya adalah mengumpulkan artikel tentang cerita-cerita orang yang termotivasi.

J. Rencana Layanan Lanjutan (*follow-up*)

Setelah 6 kali pertemuan konseling individual berbasis *self-management* ini, konseli merasa puas dan tidak ingin merencanakan layanan konseling lanjutan, kecuali konseli tiba-tiba membutuhkan.

K. Evaluasi Proses dan Hasil Sementara

Konseli memahami bahwa harapannya sudah terwujud, karena merasa nilainya meningkat semenjak rajin belajar. Konseli merasa senang karena mendapat *reward*-nya. Konseli akan belajar dengan rutin lagi. Selama proses konseling, konseli aktif bercerita tentang pengalamannya kepada peneliti.

Pemalang, 10 Desember 2013

Konseli	Konselor/Praktikan
ILA (Inisial)	Dinia Ulfa
	NIM. 1301409050

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Lampiran 20

REKAMAN KONSELING INDIVIDUAL
(KONSELI 4)

A. Topik Permasalahan : Tanggung Jawab Belajar

B. Spesifikasi Kegiatan

1. Bidang Bimbingan : Bimbingan Pribadi
2. Jenis Layanan : Konseling Individual
3. Fungsi Layanan : Pencegahan dan Pengentasan

C. Identitas Konseli

Nama : NF (nama disamarkan)
Kelas : XI AK.2 (Akutansi)
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Jl. Gurame No. 19 RT 02/01, Widuri, Pemalang
Agama : Islam
Hobi : Membaca novel
Anak ke : 5 dari 5 bersaudara
Nama Ayah/pekerjaan : Masrun/ Nelayan
Nama Ibu/pekerjaan : Waniroh/ Ibu Rumah Tangga

D. Pertemuan

Pertemuan I

Hari/Tanggal : Sabtu, 23 November 2013
Tempat : Ruang BK
Jam Pembelajaran : Jam ke-5 (±45 menit)

Pertemuan II

Hari/Tanggal : Senin, 25 November 2013
Tempat : Ruang BK
Jam Pembelajaran : Jam ke-5 (±45 menit)

Pertemuan III

Hari/Tanggal : Selasa, 26 November 2013
Tempat : Ruang BK

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Jam Pembelajaran : Jam ke-4 (±45 menit)

Pertemuan IV

Hari/Tanggal : Rabu, 27 November 2013

Tempat : Ruang BK

Jam Pembelajaran : Jam ke-4 (±45 menit)

Pertemuan V

Hari/Tanggal : Selasa, 10 Desember 2013

Tempat : Ruang BK

Jam Pembelajaran : Jam ke-4 (±45 menit)

Pertemuan VI

Hari/Tanggal : Kamis, 12 Desember 2013

Tempat : Ruang BK

Jam Pembelajaran : Jam ke-4 (±45 menit)

E. Eksplorasi Masalah Data Klien yang Telah Diketahui

Konseli adalah siswa kelas XI AK 2 SMK Negeri 1 Pemalang. Konseli mempunyai masalah tanggung jawab belajar yang rendah. Konseli tidak bisa memanfaatkan waktu libur untuk belajar, belajar jika ada ulangan, mengerjakan tugas jika sudah menumpuk, belajar jika disuruh orang tua, merasa jenuh saat mempunyai banyak tugas, malu bertanya dengan guru, tidak tahu cara belajar yang baik, malas ke perpustakaan meski buku kurang lengkap, merasa malas ke perpustakaan, merasa jenuh dan menyalahkan guru karena banyak tugas, sering mengeluh, meminta bantuan teman saat ulangan, tidak memperhatikan guru saat menjelaskan, merasa kurang semangat, kurang bertanggung jawab terhadap kebersihan sekolah, dan tidak bisa konsentrasi dengan baik. Dari perilaku tersebut mempunyai beberapa penyebab diantaranya yaitu: karena konseli merasa capek pulang sekolah terlalu sore (pukul 14.30) dan mengantuk kemudian pulang sekolah menyelesaikan pekerjaan rumah karena ibu konseli sedang mengalami sakit struk, ayah konseli sibuk bekerja, dan kakak konseli sendiri sibuk mengurusi anaknya yang masih kecil. Akhirnya ketika waktu belajar tiba konseli sendiri telah

melewatkan waktu untuk belajarnya. Selain faktor tersebut, konseli juga merasa malas dan kurang motivasi diri, merasa bosan di kelas sehingga konseli memilih melakukan aktifitas lain dari pada belajar dan memperhatikan guru seperti berbicara dengan teman. Konseli juga tidak bisa konsentrasi ketika pelajaran karena beberapa masalah yang dihadapi ibunya. Konseli merasa cemas akan kesehatan ibunya itu. Konseli menangis saat menceritakan masalahnya. Akibat yang yang diperleh adalah nilai ulangan konseli kurang memuaskan dan tidak bisa mengerjakan ulangan dengan baik. konseli mengaku bahwa ia ingin sekali berubah agar bisa membanggakan kedua orang tuanya.

F. Data Penting yang Terjaring dalam Konseling

Konseli mengalami rendah tanggung jawab belajar karena merasa capek pulang sekolah terlalu sore, kemudian menyelesaikan pekerjaan rumah menggantikan ibunya yang sakit struk, tidak bisa konsentrasi dengan baik karena merasa cemas akan kesehatan ibunya, merasa malas dan tidak ada motivasi untuk belajar.

G. Diagnosa Masalah (simpulan masalah menurut pendekatan tertentu dan sebab-sebabnya.

Dari hasil wawancara konseling dapat disimpulkan bahwa konseli mengalami rendah tanggung jawab belajar dan merupakan tingkah laku yang kurang (*defisit*) misalnya malas belajar, mencontoh saat ulangan, dan tidak bisa konsentrasi dnegan baik (menurut pendekatan *behavioral*). Hal ini disebabkan karena faktor lingkungan yaitu ibu sedang sakit, ayah sibuk bekerja sehingga kurang memperhatikan intensitas belajar anaknya. Sedangkan faktor dari dalam diri karena konseli kurang adanya motivasi dan kesadaran untuk belajar.

H. Alternatif Pemecahan Masalah

Berdasarkan diagnosa masalah-masalah tersebut, proses konseling ini menggunakan konseling individual *behavioral*. Konseling behavioral merupakan pendekatan konseling yang berfokus pada tingkah laku. Tujuannya

adalah untuk menciptakan perilaku baru yang adaptif, menghapus perilaku yang tidak sesuai, memperkuat dan mempertahankan perilaku yang diinginkan.

Konseling behavioral mempunyai beberapa teknik khusus dalam konseling. Teknik khusus yang digunakan konselor untuk membantu memecahkan masalah konseli yaitu teknik *self-management*. Teknik *self-management* merupakan teknik untuk membantu konseli mengontrol dan mengubah tingkah lakunya ke arah yang lebih efektif. Tahap teknik ini yaitu (1) tahap memonitor diri, konseli mengamati tingkah laku sendiri dan mencatatnya di lembar *self-monitoring*; (2) tahap evaluasi diri, konseli membandingkan hasil catatan tingkah laku dengan target tingkah laku yang diinginkan; dan (3) tahap pemberian *reward* dan konsekuensi, konseli memberi hadiah jika target perilaku berhasil dicapainya serta memberi hukuman jika perilaku belum bisa tercapai.

I. Putusan Pemecahan Masalah dan Implementasinya

Putusan pemecahan masalah yang dipilih konseli yaitu:

1. Ingin menyempatkan waktu untuk belajar dengan rutin meski tidak ada ulangan
2. Ingin aktif di kelas (bertanya dan memperhatikan) guru saat menjelaskan.
3. Berusaha mengurangi kecemasannya terhadap ibu, berpikiran positif, sehingga bisa konsentrasi dalam belajar.
4. Ingin mengerjakan ulangan dan tugas dengan kemampuan sendiri.
5. Segera menyicil tugas agar tidak menumpuk sehingga tidak jenuh.

Setelah penentuan putusan pemecahan masalah tersebut, konseli menentukan reward dan konsekuensinya. *Reward* yang diinginkan yaitu berupa kata-kata “bagus” “hebat” dan konseli ingin makan-makanan kesukaan sepuasnya. Sedangkan konsekuensinya adalah tidak boleh bermain HP selama 2 hari.

J. Rencana Layanan Lanjutan (*follow-up*)

Setelah 6 kali pertemuan konseling individual berbasis *self-management* ini, konseli merasa puas dan tidak ingin merencanakan layanan konseling lanjutan, kecuali konseli tiba-tiba membutuhkan.

K. Evaluasi Proses dan Hasil Sementara

Konseli mengetahui bahwa dia mampu meningkatkan perilaku rendah tanggung jawab belajarnya. Konseli juga merasa puas karena tidak sia-sia mengikuti konseling dari awal sampai akhir. Yang akan dilakukan konseli selanjutnya adalah tetap mempertahankan target perilaku meski konseling sudah berakhir.

Pemalang, 10 Desember 2013

Konseli	Konselor/Praktikan
NF (Inisial)	Dinia Ulfa
	NIM. 1301409050

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Lampiran 21

REKAMAN KONSELING INDIVIDUAL
(KONSELI 5)

A. Topik Permasalahan : Tanggung Jawab Belajar

B. Spesifikasi Kegiatan

1. Bidang Bimbingan : Bimbingan pribadi
2. Jenis Layanan : Konseling Individual
3. Fungsi Layanan : Pencegahan dan Pengentasan

C. Identitas Konseli

Nama : PST (nama disamarkan)
Kelas : XI AK.2 (Akutansi)
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Jl. Cempaka No. 221 RT 08/04, Desa Bantarbolang, Kec. Bantarblang, Kab. Pemalang
Agama : Islam
Hobi : Membaca koran dan novel
Anak ke : 2 dari 2 bersaudara
Nama Ayah/pekerjaan : Majid/ Buruh Bangunan
Nama Ibu/pekerjaan : Daiyah/ Dagang

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

D. Pertemuan

Pertemuan I

Hari/Tanggal : Sabtu, 23 November 2013
Tempat : Ruang BK
Jam Pembelajaran : Jam ke-6 (±45 menit)

Pertemuan II

Hari/Tanggal : Senin, 25 November 2013
Tempat : Ruang BK
Jam Pembelajaran : Jam ke-6 (±45 menit)

Pertemuan III

Hari/Tanggal : Selasa, 26 November 2013

Tempat : Ruang BK

Jam Pembelajaran : Jam ke-5 (±45 menit)

Pertemuan IV

Hari/Tanggal : Rabu, 27 November 2013

Tempat : Ruang BK

Jam Pembelajaran : Jam ke-5 (±45 menit)

Pertemuan V

Hari/Tanggal : Selasa, 10 Desember 2013

Tempat : Ruang BK

Jam Pembelajaran : Jam ke-5 (±45 menit)

Pertemuan VI

Hari/Tanggal : Kamis, 12 Desember 2013

Tempat : Ruang BK

Jam Pembelajaran : Jam ke-5 (±45 menit)

E. Eksplorasi Masalah Data Klien yang Telah Diketahui

Konseli adalah siswa kelas XI AK 2 dan anak dari seorang pedagang toko kelontong di rumah. Konseli termasuk anak yang rajin. Sepulang sekolah konseli harus membantu ibu menyelesaikan pekerjaan rumah seperti mencuci piring, menyapu lantai dan halaman, serta menjaga adiknya yang masih kecil karena ibu sibuk melayani pembeli. Tetapi konseli mempunyai masalah tanggung jawab belajar yang rendah. Dari hasil data yang diperoleh melalui skala psikologis bahwa konseli tidak bisa memanfaatkan waktu libur untuk belajar, lebih memilih nonton TV/tidur dari pada belajar, belajar jika ada ulangan, mengerjakan tugas jika sudah menumpuk, tidak ada komitmen untuk mengerjakan tugas sendiri sampai selesai, malu bertanya dengan guru, merasa malas ke perpustakaan, merasa jenuh dan menyalahkan guru karena banyak tugas, sering mengeluh, meminta bantuan teman saat ulangan, tidak memperhatikan guru saat menjelaskan, kurang aktif dalam berpendapat, merasa kurang semangat, kurang bertanggung jawab terhadap kebersihan sekolah, dan tidak bisa konsentrasi dengan baik. Dari perilaku tersebut

mempunyai beberapa penyebab diantaranya yaitu: pulang sekolah tidak mengulang materi yang dipelajari karena sudah capek; menurut konseli waktu libur itu utuk refreshing saja; lebih memilih nonton TV dari pada belajar karena orang tua konseli tidak melarang konseli saat nonton TV, tetapi ketika konseli malamnya bermain ke rumah teman baru dilarang oleh orang tuanya, jadi konseli menjadi malas belajar dan lebih menonton TV. Kemudian penyebab lain yaitu konseli merasa semangat belajar jika hendak ujian saja, konseli berpandangan bahwa jika tugas baru satu konseli merasa malas untuk mengerjakannya, tetapi jika tugas sudah banyak, konseli baru terpacu untuk mengerjakannya. Konseli malas ke perpustakaan karena petugas perpustakaannya kurang ramah. Konseli mencontek teman saat ujian karena kadang merasa tidak percaya diri dengan jawaban sendiri. Kurang adanya minat belajar karena pulang sekolah sore dan harus bantu ibu berjualan. Konseli tidak bisa konsentrasi jika ada masalah di rumah dan dengan temannya di kelas yang menurut konseli ada teman yang egois sehingga merasa tidak nyaman. Tetapi konseli agar bisa konsentrasi, terkadang konseli belajar pada tengah malam. Akibat yang diperoleh adalah nilai ulangan konseli kurang memuaskan dan tidak bisa mengerjakan ulangan dengan baik. Setelah konselor memberi motivasi dan gambaran betapa indahnya jika konseli dapat bertanggung jawab dalam belajar, konseli akhirnya menjadi ingin mengubah kebiasaan buruknya itu melalui mengikuti konseling yang diberikan konselor.

F. Data Penting yang Terjaring dalam Konseling

Konseli adalah siswa kelas XI SMK dan orang tuanya berjualan di toko kelontong. Konseli mengalami rendah tanggung jawab belajar karena merasa capek pulang sekolah harus bantu ibunya yang berjualan, kurang diperhatikan orang tua dalam hal belajar, malas ke perpustakaan karena petugas perpus kurang ramah, merasa tidak percaya diri dengan jawaban ulangannya sendiri, konseli tidak bisa konsentrasi belajar jika dimarahi orang tua dan tidak cocok dengan teman sekelasnya karena masalah tidak mau mengajari saat dia kesulitan belajar.

G. Diagnosa Masalah (simpulan masalah menurut pendekatan tertentu dan sebab-sebabnya.

Dari hasil wawancara konseling dapat disimpulkan bahwa konseli mengalami rendah tanggung jawab belajar dan merupakan tingkah laku yang kurang (defisit) yaitu malas belajar, mencontoh saat ulangan, dan tidak bisa konsentrasi dnegan baik, kurang adanya minat (menurut pendekatan behavioral). Hal ini disebabkan karena faktor dari dalam diri individu yang belum bisa termotivasi untuk berubah ke arah yang lebih baik, serta faktor lingkungan yaitu harus membantu ibu berjualan, ayah sibuk bekerja sehingga kurang memperhatikan intensitas belajar anaknya serta faktor dengan lingkungan teman di sekolah.

H. Alternatif Pemecahan Masalah

Berdasarkan diagnosa masalah-masalah tersebut, proses konseling ini menggunakan konseling individual *behavioral*. Konseling behavioral merupakan pendekatan konseling yang berfokus pada tingkah laku. Tujuannya adalah untuk menciptakan perilaku baru yang adaptif, menghapus perilaku yang tidak sesuai, memperkuat dan mempertahankan perilaku yang diinginkan.

Konseling behavioral mempunyai beberapa teknik khusus dalam konseling. Teknik khusus yang digunakan konselor untuk membantu memecahkan masalah konseli yaitu teknik *self-management*. Teknik *self-management* merupakan teknik untuk membantu konseli mengontrol dan mengubah tingkah lakunya ke arah yang lebih efektif. Tahap teknik ini yaitu (1) tahap memonitor diri, konseli mengamati tingkah laku sendiri dan mencatatnya di lembar *self-monitoring*; (2) tahap evaluasi diri, konseli membandingkan hasil catatan tingkah laku dengan target tingkah laku yang diinginkan; dan (3) tahap pemberian *reward* dan konsekuensi, konseli memberi hadiah jika target perilaku berhasil dicapainya serta memberi hukuman jika perilaku belum bisa tercapai.

I. Putusan Pemecahan Masalah dan Implementasinya

1. Ingin mengurangi nonton TV.
2. Belajar rutin setiap hari walau tidak ada ujian/PR minimal 1 jam.
3. Mengunjungi perpustakaan untuk menunjang buku pelajaran.
4. Brusaha percaya diri dengan hasil jawaban ujian sendiri.
5. Ingin aktif tanya dan berpendapat di kelas.
6. Segera mengerjakan tugas agar tidak sampai menumpuk.

J. Rencana Layanan Lanjutan (*follow-up*)

Setelah 6 kali pertemuan konseling individual berbasis *self-management* ini, konseli merasa puas dan tidak ingin merencanakan layanan konseling lanjutan, kecuali konseli tiba-tiba membutuhkan.

K. Evaluasi Proses dan Hasil Sementara

Konseli memahami bahwa tujuan konselinng tersebut dapat mengubah prestasinya menjadi meningkat dan merasa senang karena sudah tercapai cukup baik. Konseli akan berusaha melaksanakannya dengan lebih baik lagi.

Pemalang, 10 Desember 2013

Konseli | Konselor/Praktikan

PST (Inisial) | Dinia Ulfa

NIM. 1301409050

PERPUSTAKAAN UNNES

Lampiran 22

REKAMAN KONSELING INDIVIDUAL
(KONSELI 6)

A. Topik Permasalahan : Tanggung Jawab Belajar

B. Spesifikasi Kegiatan

1. Bidang Bimbingan : Bimbingan Pribadi
2. Jenis Layanan : Konseling Individual
3. Fungsi Layanan : Pencegahan dan Pengentasan

C. Identitas Konseli

Nama : RO (nama disamarkan)
Kelas : XI AK.2 (Akutansi)
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Desa Kalirandu RT 07/01 Petarukan, Pemalang.
Agama : Islam
Hobi : Menulis dan online Facebook
Anak ke : 1 dari 2 bersaudara
Nama Ayah/pekerjaan : Kasum/ Nelayan
Nama Ibu/pekerjaan : Turinah/ Pelayan Toko

D. Pertemuan

Pertemuan I

Hari/Tanggal : Sabtu, 23 November 2013
Tempat : Ruang BK
Jam Pembelajaran : Jam ke-7 (±45 menit)

Pertemuan II

Hari/Tanggal : Senin, 25 November 2013
Tempat : Ruang BK
Jam Pembelajaran : Jam ke-7 (±45 menit)

Pertemuan III

Hari/Tanggal : Selasa, 26 November 2013
Tempat : Ruang BK

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Jam Pembelajaran : Jam ke-6 (±45 menit)

Pertemuan IV

Hari/Tanggal : Rabu, 27 November 2013

Tempat : Ruang BK

Jam Pembelajaran : Jam ke-6 (±45 menit)

Pertemuan V

Hari/Tanggal : Selasa, 10 Desember 2013

Tempat : Ruang BK

Jam Pembelajaran : Jam ke-6 (±45 menit)

Pertemuan VI

Hari/Tanggal : Kamis, 12 Desember 2013

Tempat : Ruang BK

Jam Pembelajaran : Jam ke-6 (±45 menit)

E. Eksplorasi Masalah Data Klien yang Telah Diketahui

Konseli adalah siswa kelas XI AK 2 SMK Negeri 1 Pemalang dan anak dari seorang nelayan dan pelayan toko mempunyai satu adik. Konseli mempunyai masalah tanggung jawab belajar yang rendah. Dari hasil data yang diperoleh melalui skala psikologis bahwa konseli tidak bisa memanfaatkan waktu libur untuk belajar, tidak membuat rencana belajar, tidak mengulang materi sepulang sekolah, lebih memilih nonton TV/tidur dari pada belajar, belajar jika ada ulangan, merasa jenuh jika ada banyak tugas, malas ke perpustakaan, malu bertanya dengan guru, menyalahkan guru karena banyak tugas, sering mengeluh, berbicara sendiri/ bermain HP saat pelajaran, sering berangkat kesiangan, merasa terkekang dengan aturan di sekolah, tidak bisa konsentrasi dan fokus pada pelajaran, melanggar jadwal piket kelas, dan meminta bantuan teman saat ulangan dan tidak bisa menerima kriktikan. Perilaku-perilaku tersebut setelah diklarifikasi ternyata memang benar konseli mengalami masalah seperti tersebut yang tergolong dalam perilaku rendah tanggung jawab belajar. Dari perilaku tersebut mempunyai beberapa penyebab diantaranya yaitu: menurut konseli waku libur itu untuk refreshing setelah

seminggu sekolah; cepat menyerah tak ada motivasi jika tugas dari guru sulit; merasa dirinya benar sehingga tidak menerima kritikan; malas ke perpustakaan karena petugas perpus kurang ramah; jika sudah bete jenuh malas dan ngantuk konseli memilih tidur daripada belajar; tidak ikut les karena bosan belajar terus; tidak bisa konsen karena sering mengantuk di kelas (pelajaran yang tidak disukai) merasa tidak nyaman di kelas karena teman tidak enak-enak egois; dan tidak piket kelas karena berangkat agak siang sampai sekolah tidak sempat piket kelas. Akibat yang diperoleh adalah nilai ulangan RO kurang memuaskan dan tidak bisa mengerjakan ulangan dengan baik karena selalu belajar jika sudah mepet.

F. Data Penting yang Terjaring dalam Konseling

Konseli adalah siswa kelas XI SMK dan orang tuanya nelayan dan pelayan toko di pasar serta mempunyai satu adik. Konseli mengalami rendah tanggung jawab belajar karena tidak ada semangat belajar, menyalahkan orang lain dalam belajar, malas bertanya, kurang mandiri dalam belajar, minat belajar kurang, kurang bertanggung jawab terhadap kebersihan kelas, dan tidak bisa konsentrasi dengan baik.

G. Diagnosa Masalah (simpulan masalah menurut pendekatan tertentu dan sebab-sebabnya.

Dari hasil wawancara konseling dapat disimpulkan bahwa konseli mengalami rendah tanggung jawab belajar dan merupakan tingkah laku yang kurang (defisit) misalnya malas belajar, mencontoh saat ulangan, dan tidak bisa konsentrasi dnegan baik, kurang adanya minat (menurut pendekatan behavioral). Hal ini disebabkan karena faktor dari dalam diri individu yang belum bisa termotivasi untuk berubah ke arah yang lebih baik, serta faktor lingkungan yaitu ibu sibuk bekerja di pasar akhirnya pulang sekolah harus bersih-bersih rumah, ayah sibuk bekerja sehingga kurang memperhatikan intensitas belajar anaknya serta faktor dengan lingkungan teman di sekolah.

H. Alternatif Pemecahan Masalah

Berdasarkan diagnosa masalah-masalah tersebut, proses konseling ini menggunakan konseling individual *behavioral*. Konseling behavioral merupakan pendekatan konseling yang berfokus pada tingkah laku. Tujuannya adalah untuk menciptakan perilaku baru yang adaptif, menghapus perilaku yang tidak sesuai, memperkuat dan mempertahankan perilaku yang diinginkan.

Konseling behavioral mempunyai beberapa teknik khusus dalam konseling. Teknik khusus yang digunakan konselor untuk membantu memecahkan masalah konseli yaitu teknik *self-management*. Teknik *self-management* merupakan teknik untuk membantu konseli mengontrol dan mengubah tingkah lakunya ke arah yang lebih efektif. Tahap teknik ini yaitu (1) tahap memonitor diri, konseli mengamati tingkah laku sendiri dan mencatatnya di lembar *self-monitoring*; (2) tahap evaluasi diri, konseli membandingkan hasil catatan tingkah laku dengan target tingkah laku yang diinginkan; dan (3) tahap pemberian *reward* dan konsekuensi, konseli memberi hadiah jika target perilaku berhasil dicapainya serta memberi hukuman jika perilaku belum bisa tercapai.

I. Putusan Pemecahan Masalah dan Implementasinya

1. Belajar lebih giat minimal 1-2 jam dalam sehari.
2. Segera menyelesaikan tugas dari guru.
3. Konsentrasi dan mengesampingkan HP/ngobrol saat pelajaran.
4. Melakukan piket kelas sesuai jadwalnya.
5. Berusaha menerima kritikan dari siapapun dengan lapang dada.
6. Mengurangi bermain *facebook.*

J. Rencana Layanan Lanjutan (*follow-up*)

Setelah 6 kali pertemuan konseling individual berbasis *self-management* ini, konseli merasa puas dan tidak ingin merencanakan layanan konseling lanjutan, kecuali konseli tiba-tiba membutuhkan.

K. Evaluasi Proses dan Hasil Sementara

Konseli memahami bahwa tanpa *reward* dan konsekuensi harus bisa tetap melaksanakan komitmen yang sudah ada di lembar *self-monitoring*. Konseli merasa berterimakasih kepada peneliti yang sudah membantu menyelesaikan masalahnya. Konseli akan berusaha mempertahankan ketrampilannya yang di dapat dari konseling.

Pemalang, 26 November 2013

Konseli | Konselor/Praktikan

RO (Inisial) | Dinia Ulfa

NIM. 1301409050

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Lampiran 23

PEDOMAN WAWANCARA UNTUK KONSELOR SEKOLAH

A. Tujuan wawancara : peneliti mengetahui apa yang dilakukan siswa dalam belajar di sekolah mengenai tanggung jawab belajar siswa.

B. Interviewer : Dinia Ulfa (peneliti)

C. Interviewee : Konselor sekolah

D. Pelaksanaan Wawancara :

1. Hari/tanggal :
2. Nama Sekolah :
3. Alamat Sekolah :

E. Pertanyaan :

1. Menurut ibu, bagaimana perilaku siswa ketika sedang pelajaran di kelas yang sudah ibu temui selama ini?
2. Bagaimana tindakan siswa untuk menghadapi ujian semester ataupun ulangan harian?
3. Apakah siswa mempunyai komitmen yang tinggi dan bertanggung jawab dalam belajarnya?
4. Bagaimana peran dan kondisi keluarga di rumah dalam mendukung belajar anaknya?
5. Dan apa yang mempengaruhi rendahnya tanggung jawab belajar siswa?

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG UNNES

Lampiran 24

LEMBAR PRESENSI
PERTEMUAN KONSELING

No.	Nama	Kelas	Pertemuan	Waktu		Tempat	Kegiatan	Ttd
				Hari/tanggal	Jam Ke-			
1.	CC	XI AK.2	I					1.
2.	EML	XI AK.2						2.
3.	ILA	XI AK.2						3.
4.	NF	XI AK.2						4.
5.	PST	XI AK.2						5.
6.	RO	XI AK.2						6.
7.	CC	XI AK.2	II					7.
8.	EML	XI AK.2						8.
9.	ILA	XI AK.2						9.
10.	NF	XI AK.2						10.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

11.	PST	XI AK.2						11.
12.	RO	XI AK.2						12.
13.	CC	XI AK.2						13.
14.	EML	XI AK.2						14.
15,	ILA	XI AK.2	III					15.
16.	NF	XI AK.2						16.
17.	PST	XI AK.2						17.
18.	RO	XI AK.2						18.
19.	CC	XI AK.2						19.
20.	EML	XI AK.2						20.
21.	ILA	XI AK.2	IV					21.
22.	NF	XI AK.2						22.
23.	PST	XI AK.2						23.
24.	RO	XI AK.2						24.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

25.	CC	XI AK.2						25.
26.	EML	XI AK.2						26.
27.	ILA	XI AK.2						27.
28.	NF	XI AK.2	V					28.
29.	PST	XI AK.2						29.
30.	RO	XI AK.2						30.
31.	CC	XI AK.2						31.
32.	EML	XI AK.2						32.
33.	ILA	XI AK.2						33.
34.	NF	XI AK.2	VI					34.
35.	PST	XI AK.2						35.
36.	RO	XI AK.2						36.
37.	CC	XI AK.2						37.
38.	EML	XI AK.2						38.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

39.	ILA	XI AK.2	VII					39.
40.	NF	XI AK.2						40.
41.	PST	XI AK.2						41.
42.	RO	XI AK.2						42.

Praktikan

Dinia Ulfa
NIM. 1301409050

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Lampiran 25

DOKUMENTASI PENELITIAN

Konseli 1

Konseli 2

Konseli 3

Konseli 4

Konseli 5

Konseli 6

PERPUSTAKAAN UNNES