

# **KEEFEKTIVAN KONSELING KELOMPOK REALITAS MENGATASI PERSOALAN PERILAKU DISIPLIN SISWA DI SEKOLAH**

**Bernardus Widodo**

*Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP  
Universitas Katolik Widya Mandala Madiun*

## **ABSTRACT**

*Discipline is an important part of education in the context of formal, non-formal, and informal education. Discipline can be seen as a positive and constructive power which is capable of providing any equipment to form consistency, predictability, enjoyment, and suitable environment of educating and learning. Discipline in truth is not the obedience toward the rule which is forced from out side, but it is such a self-reliance which is based on desire to make an order in life. The weakness of students' self-reliance will impact to the wrong manner, which is called the problem of discipline, where students break the rules: playing truant, being late for school, making noise, gossiping, and cheating.*

*Counseling as an integral part of education is responsible for handling students' discipline at school through un-punishment ways. The real group counseling by William Glasser can be proposed as a model of counseling for counselors to improve students' discipline in un-punishment way. This model is hoped to provide counselors with practicality to help students to control their better life to have real manner, and to be responsible.*

*The quantitative with experiment design aimed to search the effectiveness of real group counseling in improving students' manner at school, which was indicated by the increase of self-reliance and the decrease of students' indiscipline. Operationally the development model of reality therapy comprises procedure of real group counseling with WDEP model, which cover 6 steps: participation, wants exploration, direction and doing, evaluation, planning, and termination.*

*The study found some improvement on the aspects of self reliance and the decrease of duration of students, indiscipline which was guessed as the impact of the treatment. In other words, the treatment given to the subject which was designed in the form of real group counseling was effective to improve students' discipline at school.*

**Key words:** *discipline, the problem of discipline, reality therapy, real group counseling.*

## **A. Pendahuluan**

### **1. Latar Belakang**

Kedisiplinan merupakan bagian penting dalam pendidikan, baik dalam konteks pendidikan formal, nonformal, maupun informal. Deborah (2006), mengungkapkan bahwa kedisiplinan hendaknya dipandang sebagai sebuah kekuatan positif dan konstruktif, yang memungkinkan terwujudnya berbagai piranti untuk membentuk konsistensi, prediktabilitas, keamanan, dan lingkungan yang benar guna pembelajaran dan pendidikan. Memperhatikan berbagai pendapat tentang disiplin, dapat disimpulkan bahwa disiplin pada hakikatnya bukan hanya merupakan kepatuhan pada norma yang dipaksakan dari luar, melainkan kemampuan mengendalikan diri (*self control*) yang didasarkan pada keinginan untuk menciptakan keteraturan dan ketertiban di dalam kehidupan (Edwards, 1993,1994, Durkheim,1990)

Pengendalian diri adalah kemampuan individu untuk menahan dorongan atau keinginan untuk bertingkah laku negatif yang tidak sesuai dengan aturan, norma-norma sosial, dan mengabaikan tanggung jawab. Pengendalian diri menjadi dasar bagi integrasi pribadi yang merupakan salah satu kualitas penting dari orang yang dapat mengatur impuls-impuls, pikiran-pikiran, kebiasaan-kebiasaan, emosi-emosi, dan tingkah laku yang berkaitan dengan prinsip-prinsip yang dikenakan pada diri sendiri atau tuntutan-tuntutan yang dikenakan oleh masyarakat (Goodwin 1986, Rachlin 1995).

Individu yang lemah dalam pengendalian dirinya, cenderung bertingkah laku negatif atau menunjukkan gejala perilaku menyimpang, yang disebut sebagai bentuk pelanggaran disiplin (Berk 1993, Gilliom 2002). Pelanggaran disiplin atau perilaku tidak disiplin diartikan sebagai kegagalan siswa dalam mematuhi

peraturan-peraturan di sekolah. Dengan kata lain, perilaku tidak disiplin pada intinya adalah perilaku siswa yang melanggar atau tidak sesuai dengan aturan/norma yang berlaku. Perilaku melanggar ini menggejala dalam bentuk: (a) membolos, (b) terlambat masuk kelas, (c) tidak memakai pakaian seragam, (d) keluar kelas pada jam pelajaran berlangsung dan tidak kembali lagi, (e) tidak memperhatikan kegiatan belajar mengajar, (f) membuat surat izin palsu, (h) merokok, (i) tidak mengerjakan tugas, (j) membuat keributan dalam kelas, (k) mengganggu teman, ngobrol di luar tugas/pelajaran, (l) bermain HP saat guru sedang menjelaskan materi pelajaran (Clark 1990, Mansyur 2001, Taylor 1987 & Gorton 1986).

Fakta adanya berbagai persoalan disiplin yang melanda para siswa di atas, mengindikasikan bahwa tingkat pengendalian diri siswa tergolong rendah, dan ini perlu untuk segera diatasi. Setiap pendidik termasuk konselor, mempunyai tanggung jawab bersama dalam mengusahakan strategi yang efektif guna mengatasi masalah disiplin siswa di sekolah, tanpa harus mengabaikan aspek psikologis (cfr. Pasal 1 (6), UUNo. 20/2003, tentang Sisdiknas).

Dalam perspektif ini, strategi intervensi yang diajukan guna membantu mengatasi persoalan disiplin siswa di sekolah adalah Pendekatan Konseling Kelompok Realitas oleh William Glasser (Corey 2005). Terapi dengan pendekatan ini, diharapkan dapat menjadi model efektif guna menolong individu mengontrol hidupnya agar menjadi lebih baik. Konseling kelompok realitas memandang konseling sebagai suatu proses yang rasional. Dalam proses tersebut, konselor dituntut mampu menciptakan suasana yang hangat, penuh pengertian,

dan yang paling penting adalah menumbuhkan pengertian konseli, bahwa dia harus mampu bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri dan menjauhkan diri dari perilaku yang tidak sehat, yaitu perilaku yang cenderung mengabaikan prinsip 3 R, yaitu *Right, Responsibility, dan Reality* (Hansen,1980).

## **2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian di atas permasalahan umum penelitian ini adalah: Apakah pendekatan konseling kelompok realitas efektif mengatasi persoalan disiplin siswa di sekolah? Sedangkan yang menjadi permasalahan khusus dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah konseling kelompok realitas dapat meningkatkan skor aspek kontrol perilaku subiek?
2. Apakah konseling kelompok realitas dapat meningkatkan skor aspek kontrol kognitif subiek?
3. Apakah konseling kelompok realitas dapat meningkatkan skor aspek kontrol keputusan subiek?
4. Apakah konseling kelompok realitas dapat menurunkan skor (jumlah dan durasi) perilaku tidak disiplin subiek, yang menggejala dalam bentuk tingkah laku melanggar tata tertib sekolah?

## **3. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tentang keefektifan pendekatan konseling kelompok realitas mengatasi persoalan perilaku disiplin siswa di sekolah, setelah mendapat perlakuan. Tujuan khususnya adalah:

1. Untuk mengetahui peningkatan skor aspek kontrol perilaku subiek sebelum dan sesudah mendapat perlakuan konseling kelompok realitas.
2. Untuk mengetahui peningkatan skor aspek kontrol kognitif subiek sebelum dan sesudah mendapat perlakuan konseling kelompok realitas.
3. Untuk mengetahui peningkatan skor aspek kontrol keputusan subiek sebelum dan sesudah mendapat perlakuan konseling kelompok realitas.
4. Untuk mengetahui penurunan skor (jumlah dan durasi) perilaku tidak disiplin subiek sebelum dan sesudah mendapat perlakuan konseling kelompok realitas.

## **B. Tinjauan Pustaka**

### **1. Hakikat Disiplin dan Perilaku tidak Disiplin**

Disiplin merupakan istilah yang berasal dari bahasa Latin "*disciplina*, yang pada dasarnya berarti pelajaran, belajar, patuh pada guru, patuh pada atasan, patuh pada peraturan dan hukum, pengendalian diri atau pengawasan. Dalam perspektif ini, ada dua unsur penting sebagai karakteristik disiplin, yaitu: (1) keinginan akan adanya keteraturan diri, dan (2) keinginan adanya pengendalian diri (Durkheim,1990). Taylor (1987) mengemukakan bahwa disiplin pertama-tama adalah sikap taat pada tata tertib. Ketaatan yang dimaksud adalah ketaatan internal, yaitu adanya dorongan dari dalam dirinya sendiri.

Dari pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan disiplin pada hakikatnya adalah pengendalian diri (*self control*), yang didasarkan pada keinginan untuk menumbuhkan keteraturan diri, ketaatan pada peraturan/tata tertib yang muncul dari kesadaran internal individu. Pengendalian diri dimaksudkan sebagai suatu

keadaan sadar akan pikiran-pikiran dan perasaan-perasaannya. Pengendalian diri adalah tindakan cinta dan merupakan pilihan dari dalam dirinya sendiri (kesadaran internal), bukan merupakan pilihan yang dipaksakan dari luar, yang di dalamnya mengandung tiga aspek utama, yaitu: (a) kontrol perilaku (*behavioral control*) merupakan kesiapan atau tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan, (b) kontrol kognitif (*cognitive control*), adalah kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara membuat interpretasi, penilaian, atau mengkorelasikan suatu peristiwa atau kejadian dalam kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mereduksi tekanan dan (c) kontrol keputusan (*decisional control*) adalah kemampuan individu untuk memilih hasil atau tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya (Bailey 2004, Gilliom 2002).

Savage (1991) mengemukakan bahwa individu dengan pengendalian diri (*self control*) tinggi, sangat memperhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Perilakunya lebih responsif terhadap petunjuk situasional, lebih fleksibel, berusaha untuk memenuhi kebutuhannya tanpa mengabaikan tanggung jawab, norma/aturan-aturan yang ada. Individu ini memiliki kemampuan dalam menahan keinginan yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma-norma sosial. Sebaliknya individu dengan pengendalian diri (*self control*) rendah, cenderung bertingkah laku yang tidak sesuai atau perilakunya menyimpang dari kaidah atau norma-norma dan aturan-aturan yang ada, termasuk di antaranya adalah melanggar tata tertib

sekolah, individu kurang memiliki kemampuan dalam menahan dorongan atau keinginan untuk bertingkah laku positif atau yang sesuai dengan norma sosial (Gul & Pesendorfer, dalam Gunarsa 2006). Rachlin (1995) & Bailey (2004) juga mengungkapkan bahwa tidak adanya pengendalian diri, kehidupan seseorang akan cenderung diombang-ambing oleh keinginan orang lain. Ini artinya bahwa seseorang atau individu tersebut akan mudah dipengaruhi oleh faktor eksternal berupa keinginan-keinginan yang mendukung untuk berperilaku menyimpang/ berperilaku tidak disiplin.

Levin (1996) mendefinisikan perilaku tidak disiplin sebagai ekspektasi gangguan pelanggaran siswa terhadap kelancaran pembelajaran di sekolah. Definisi ini merujuk kepada perilaku tidak disiplin yang terjadi di lingkungan sekolah berupa pelanggaran terhadap tata tertib sekolah, yang dampaknya: (1) mengganggu kegiatan pembelajaran, (2) mengganggu hak-hak orang lain untuk belajar, (3) mendatangkan rasa tidak aman bagi orang lain, baik fisik maupun secara psikologis/kejiwaan, dan (4) dapat merugikan dirinya sendiri. Selanjutnya Taylor (1987) & Gorton (1986) menguraikan perilaku tidak disiplin ke dalam 4 katagori, yaitu: (1) perilaku tidak sesuai yang dilakukan siswa dalam kelas berupa tindakan membantah atau menjawab kata-kata guru dengan kasar, tidak memperhatikan penjelasan guru, mengganggu teman lain, melakukan pengrusakan, mengucapkan kata-kata kotor, menyontek, dan menyerang teman, (2) perilaku tidak sesuai yang dilakukan di luar kelas, meliputi berkelahi, merokok, mengkonsumsi obat-obat terlarang, mencuri, berjudi, membuang sampah sembarangan, melakukan tindakan yang digerakkan seseorang, misalnya:

demonstrasi, berada di tempat-tempat terlarang di lingkungan sekolah, misalnya bermain-main di laboratorium, (3) membolos, dan (4) terlambat, berupa terlambat hadir di kelas dan hadir di sekolah.

Beberapa pengertian tentang perilaku tidak disiplin di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku tidak disiplin adalah kegagalan siswa dalam mematuhi peraturan-peraturan di sekolah, dalam bentuk perilaku melanggar tata tertib, seperti membolos, membuat keributan di kelas, mengganggu teman di kelas, tidak memperhatikan saat guru menjelaskan materi pelajaran, menyontek, tidak mengenakan atribut sekolah. Perilaku tersebut tidak dapat diterima, karena mengurangi makna belajar, mengganggu ketertiban dan keamanan orang lain serta lingkungan sekolah, mengganggu kegiatan guru atau beberapa siswa lain selama beberapa saat (Gorton 1986, Levin 1996).

Faktor-faktor penyebab perilaku tidak disiplin siswa, menurut Levin (1996), Emmer (1990) & Gorton (1986), dapat dilihat dari tiga sisi, yaitu (1) sumber dari diri siswa sendiri, yang pertama-tama disebabkan oleh kurangnya pengendalian diri, baik pengendalian diri terhadap perilaku, emosi, maupun kognitifnya, (2) sumber pada diri guru, yang antara lain dapat dalam bentuk: (a) sikap guru (*attitudes of teachers*), (b) metode dan teknik yang digunakan dalam mengelola dan mengendalikan kelas, serta tujuan pengajaran (*classrooms methods*), (c) kurangnya penguasaan guru mengenai bidang studi yang diajarkan (*knowledge of subject matter*), dan (d) faktor lingkungan keluarga dan masyarakat.

## **2. Disiplin dan Perilaku tidak Disiplin dalam Pandangan Terapi Realitas**

Konsep disiplin menurut pandangan *reality therapy* merujuk pada model pribadi yang ideal/sehat. Pribadi yang ideal/sehat secara umum adalah orang yang dapat mengembangkan identitas sukses, relatif dapat memenuhi kebutuhan dasarnya; cinta-mencintai, dan kebergunaan serta harga diri, tanpa mengabaikan prinsip 3R (*right, responsibility, dan reality*). Oleh karena itu pribadi yang sehat selalu bertindak dalam memenuhi kebutuhannya secara bertanggung jawab, tidak merugikan atau melanggar hak-hak orang lain, serta mempunyai disiplin diri (Glasser 1989. Triyono 1994).

Individu yang sehat juga dapat membedakan baik buruk, benar-salah secara tegas, dan bertindak laku menurut aturan atau norma yang ada. Ia selalu mengadakan penilaian atas kualitas perilakunya. Dalam konteks sekolah, perilaku disiplin tampak dalam bentuk perilaku, seperti: tertib sekolah (tidak membolos), tertib dalam belajar di kelas, dan menghargai teman ataupun guru dan mengerjakan tugas-tugas sekolah. Lebih lanjut Glasser (1989) mengungkapkan bahwa ciri menonjol dari individu yang sehat adalah memiliki keterampilan verbal, sosial, dan intelektual yang memadai, mampu menggunakan kemampuan berfikir dalam memecahkan masalah, memiliki keterlibatan yang tinggi dengan orang lain, dan dapat memimpin dirinya sendiri, serta mau belajar terus untuk mengembangkan perilakunya secara baik.

Sebaliknya perilaku tidak disiplin (tidak sehat/tidak ideal) adalah perilaku yang cenderung mengabaikan prinsip 3R dalam setiap memenuhi kebutuhannya (Glasser 1989,1993). Secara sederhana, perilaku tidak sehat ini digambarkan

sebagai individu yang kurang terlibat dengan orang lain, kehilangan kontak dengan realitas objektif, tidak dapat berbuat berdasarkan prinsip 3R, perilakunya cenderung tidak disiplin (*indiscipliner*), dan tidak mampu bertingkah laku yang dilandasi kebenaran, tanggung jawab, dan realitas (Hansen 1982, Fauzan 2004). Hal senada diungkapkan oleh Ivey (1987) dengan mengatakan bahwa pribadi tidak sehat dalam memenuhi kebutuhan dasarnya, misalnya kebutuhan “*fun*”, cenderung berperilaku dan berpikir yang salah (*wrong thinking*). Dia tidak menyadari bahwa cara berperilaku dan berpikir yang salah ini justru akan mengarah kepada gangguan psikis, kenakalan, cenderung melanggar aturan, dan menimbulkan banyak masalah lainnya.

DeRoche (1985), Emmer (1990) & Gorton (1986) secara tegas mengemukakan bahwa masalah disiplin yang menggejala dalam bentuk perilaku, seperti berkelahi, merokok, mengkonsumsi obat-obat terlarang, mencuri, membolos, terlambat hadir di kelas, tidak mengerjakan pekerjaan rumah dan tugas-tugas di sekolah, menyontek, kurang menghargai orang lain dan kurang menghargai peraturan sekolah merupakan pola perilaku yang secara nyata mengabaikan adanya prinsip 3 R, yaitu melanggar aturan/norma yang berlaku di sekolah (melanggar: *right*), perilaku yang tidak bertanggung jawab (melanggar: *responsibility*) dan perilaku yang mengabaikan realitas masyarakat (melanggar: *reality*).

Merujuk fenomena perilaku tidak sehat di atas, maka pendekatan konseling kelompok realitas disinyalir dapat dijadikan sebagai salah satu model strategi intervensi dalam membantu mengatasi persoalan perilaku disiplin siswa di

sekolah. Melalui intervensi ini, siswa yang berperilaku melanggar akan sampai pada sebuah kesadaran diri (*self-awareness*), bahwa apa yang dilakukan itu merugikan dirinya dan dapat membawa kepada identitas gagal.

### **3, Konsep Dasar Terapi Realitas**

*Reality therapy* sebagai salah satu ancangan atau pendekatan dalam konseling individual dan kelompok dikembangkan oleh William Glasser sejak tahun 1962. Pendekatan ini pertama kalinya dipraktikkan untuk menangani anak-anak nakal pada Ventura School for Girls di California. Setelah itu dalam waktu relatif singkat, yakni setelah terbukti bahwa metode terapinya cukup efektif, ancangan tersebut diterima oleh kalangan luas. William Glasser memperoleh sukses besar selama menerapkan prosedur terapinya (Glasser dalam Rosjidan, 1994). Terapi Realitas makin populer di pusat-pusat pendidikan, atau sekolah, utamanya pada sekolah menengah atau sekolah dasar (Corey, 2005).

Glasser (1989) menegaskan bahwa terapi realitas tergolong pada pendekatan konseling yang berorientasi kognitif, dengan berdasar pada teori pilihan (*choise theory*). Corey (2005) menyebutkan kita tidak terlahir dengan kertas kosong yang terus menunggu dimotivasi secara eksternal dengan paksaan dari luar. Tetapi kita terlahir dengan lima kebutuhan secara genetis, yaitu kebutuhan cinta dan rasa memiliki (*love and belonging*), kebutuhan akan kekuasaan dan prestasi (*power or achievement*), kebebasan (*freedom*), kesenangan (*fun*), dan kebutuhan untuk hidup (*survival*). Lebih lanjut Corey (2005) menjelaskan bahwa semua yang kita lakukan dari lahir sampai mati adalah tingkah laku sesuai pilihan. Ini berarti bahwa unsur pengendalian diri dalam

menentukan pilihan sebagai upaya pemenuhan ke-5 kebutuhan tersebut terletak pada diri individu itu sendiri. Sebagaimana yang diungkapkan Glasser (1989), bahwa "satu-satunya orang yang bisa anda kendalikan adalah diri anda sendiri". Untuk ini, upaya pemenuhan kebutuhan sebagaimana yang diajarkan Glasser terletak pada bagaimana individu itu mampu mengontrol: tindakan, pikiran, perasaan dan fisik, tanpa mengabaikan prinsip 3 R (*right, responsibility, reality*).

Tujuan dasar terapi realitas yang berorientasi kognitif ini adalah membantu para konseli mempelajari cara yang lebih baik dalam memenuhi semua kebutuhan mereka, termasuk kekuasaan atau prestasi, kebebasan atau kemerdekaan, dan kesenangan, tanpa harus mengabaikan prinsip 3R (Corey, 2005). Dengan kata lain tujuan terapi realitas *adalah* membantu konseli untuk mengembangkan perilaku yang bertanggung jawab, dan mengubah perilaku yang tidak bertanggung jawab menjadi bertanggung jawab, karena secara teoretis perilaku bertanggung jawab akan mengarahkan pada identitas sukses.

Secara rinci tujuan konseling realitas dapat diuraikan sebagai berikut: (1) membantu anggota kelompok ke arah belajar berperilaku realistik dan bertanggung jawab, lebih lanjut adalah mengembangkan identitas sukses, (2) membantu anggota untuk dapat membuat keputusan nilai (*making value judgment*) tentang perilaku mereka dan dalam memutuskan rencana tindakan yang lebih efektif dan bertanggung jawab untuk tujuan yang ingin dicapainya, (3) mengembangkan pedoman hidup (*way of life*) yang memungkinkan untuk berhasil dalam hampir semua usahanya. Tujuan ini lebih mengarah pada pencapaian otonomi. Otonomi merupakan keadaan kematangan yang menyebabkan individu

mampu melepaskan dukungan lingkungan dan menggantikannya dengan dukungan sendiri (Glasser 1993, Corey 2005).

Dalam proses konseling realitas, pemahaman akan hakikat manusia dan teknik apa yang akan dipergunakan dipandang sangat penting. William Glasser (dalam Corey 2005) mengemukakan pandangannya tentang hakikat manusia sebagai berikut: (a). manusia adalah makhluk rasional (*rational being*), (b). manusia memiliki potensi dan dorongan untuk belajar dan tumbuh (*growth force*), (c). manusia memiliki kebutuhan dasar (*basic needs*), (d). manusia memerlukan hubungan dengan orang lain, (e) manusia mempunyai motivasi dasar untuk mendapat identitas diri yang sukses (*success identity*), (f). manusia selalu menilai tingkah lakunya, (g). dalam memenuhi kebutuhannya, manusia terikat pada 3 R (*responsibility, reality, right*).

Selanjutnya sejumlah teknik yang dapat dipergunakan dalam orientasi realitas guna membantu konseli, meliputi: (1) bermain peran (*role playing*), (2) bertanya, (3) menggunakan humor, (4) diskusi, (5) teknik eksplorasi dan klarifikasi nilai, (6) konfrontasi, (7) teknik permodelan, (8) membuka diri, (9) membuat kontrak, (10) merumuskan rencana, dan (11) mendorong anggota untuk terlibat secara penuh.

#### **4. Prosedur dan Model Penerapan Konseling Kelompok Realitas**

Terapi realitas memandang konseling sebagai suatu proses yang rasional. Dalam proses tersebut konselor diharapkan mampu menciptakan suasana hangat, penuh pengertian, dan yang paling penting adalah menumbuhkan pengertian kepada konseli bahwa mereka harus mampu bertanggung jawab atas dirinya sendiri, mampu mengontrol hidupnya.

Untuk memenuhi tujuan konseling realitas, Glesser (dalam Corey 2005) mengajukan prosedur, sekaligus menjadi prinsip-prinsip dasar konseling realitas, meliputi: (1) keterlibatan (*involvement*), (2) pemusatan pada perilaku (*focus on behavior*), (3) pemusatan pada kekinian (*focus of present*), (4) pembuatan keputusan nilai (*value judgement or behavior*), (5) merencanakan perilaku yang bertanggung jawab (*planning on responsible behavior*), (6) komitmen (*comitment*), (7) tidak memberi maaf (*no excuses refusal to accept excuse*), dan (8) menghilangkan hukuman (*eliminate punishment*).

Model dalam konseling kelompok realitas dipahami sebagai seperangkat langkah dan strategi yang berupa preskripsi, bagaimana menjalankan konseling kelompok untuk membantu konseli menangani masalah. Adapun yang dipergunakan sebagai model untuk menerapkan prosedur-prosedur kunci dalam praktik adalah model WDEP, sebagai berikut: (1) tahap *wants*, yaitu mendorong anggota kelompok (konseli) untuk mengeksplorasi kebutuhan-kebutuhannya, (2) tahap *doing*, yaitu mendorong anggota kelompok untuk memfokuskan dan konsentrasi pada pengontrolan perilaku sekarang (*now*), (3) tahap *evaluating*, inti terapi realitas ialah meminta konseli untuk melakukan evaluasi diri, (4) tahap *planning*, yaitu mendorong anggota kelompok (konseli) menetapkan perencanaan tingkah laku yang bertanggung jawab dan membuat komitmen untuk melaksanakan rencana tersebut. Langkah ini merupakan tahapan kritis dalam konseling kelompok. Untuk mendapatkan inti dari sebuah rencana yang baik dan efektif, maka perlu memperhatikan syarat sebagai berikut: (a) rencana sesuai dengan kapasitas masing-masing konseli, (b) rencana sederhana

dan mudah dipahami, spesifik, konkret dan dapat diukur, (c) rencana membutuhkan tindakan yang positif dan hal ini dinyatakan dalam bentuk apa yang ingin dilakukan oleh konseli, (d) rencana hendaknya yang dapat dilakukan oleh konseli sendiri, (e) rencana dilakukan berulang-ulang dan idealnya dilakukan setiap hari, (f) perencanaan dilaksanakan sesegera mungkin, (g) perencanaan tersebut meliputi kegiatan-kegiatan yang berpusat pada proses, (h) untuk membantu konseli agar dirinya dapat melakukan perencanaannya sendiri, dan bermanfaat, maka dapat dipertegas dalam bentuk kontrak tertulis, dan (i) tahap terminasi merupakan tahap akhir dari keseluruhan proses konseling kelompok terapi realitas.

### **C. Metode Penelitian dan Teknik Analisis Data**

Penelitian ini adalah bentuk penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang sistematis logis dan teliti dalam melakukan kontrol terhadap kondisi. Rancangan penelitian yang dipergunakan adalah tipe pra eksperimen dengan model “*one group pretest posttest design*” (Tuckman, 1999). Subjek penelitian ini adalah siswa kelas 1 SMK PGRI Wonoasri Caruban, Tahun Ajaran 2008/2009, berjumlah 8 siswa yang memiliki perilaku tidak disiplin.

Penelitian ini menggunakan dua jenis instrumen. Pertama: bahan perlakuan (*stimulus material*), disusun dalam bentuk Panduan Pelaksanaan Konseling Kelompok Realitas untuk konselor dengan mengacu pada pengembangan model WDEP (*want, doing, evaluating and planning*) yang meliputi enam tahapan, yaitu a) tahap keterlibatan, b) tahap eksplorasi kebutuhan (*wants*), c) tahap arah dan tindakan (*direction and doing*), d) tahap evaluasi (*evaluation*), e) tahap

perencanaan (*planning*), dan f) tahap pengakhiran (*termination*). Masing-masing tahapan meliputi aspek tujuan dan langkah-langkah pelaksanaan konseling.

Kedua: instrumen pengumpulan data, disusun dalam dua bentuk: (1) Bentuk Skala Pengendalian diri, dikembangkan berdasarkan 3 aspek pengendalian diri meliputi: aspek kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan (Gilliom 2002). Sebelum dipergunakan, terlebih dahulu diujicobakan kepada 40 siswa, untuk mengetahui validitas dan reliabilitasnya. Untuk mencari validitas menggunakan perhitungan korelasi *product moment* dan untuk mengukur reliabilitas instrumen rumus koefisien *alpha cronbach*, dengan bantuan perangkat lunak komputer program SPSS *for window 11*. Dari hasil uji coba diperoleh data sebagai berikut: jumlah 52 item, empat item dinyatakan gugur/tidak valid, sehingga ada 48 item yang dinyatakan valid dengan nilai  $n$  hitung lebih besar atau sama dengan  $r$ -tabel sebesar 0,279, dan nilai reliabilitasnya sebesar 0,761. Dari 48 item tersebut, masing-masing terdiri atas 16 item aspek kontrol perilaku, 15 item aspek kontrol kognitif dan 17 item aspek kontrol keputusan; (2) observasi tingkah laku langsung, dan (3) *checklist*. Spence & Luftig (dalam Edwards, 1994) berpendapat bahwa observasi tingkah laku langsung sebagai salah satu cara yang dianggap reliabel untuk mendapat informasi tentang tingkah laku individu yang dijadikan sebagai subiek penelitian.

Alat observasi tingkah laku langsung yang disusun ini menghasilkan 3 format alat observasi tingkah laku, yaitu: (1) format 01: untuk mencatat aspek jumlah (frekuensi) perilaku masalah disiplin yang menggejala dalam bentuk pelanggaran tata tertib, berupa: membolos (PM01), terlambat masuk kelas (PM02), dan

pelanggaran tidak mengenakan atribut sekolah secara lengkap (PM03), (2) format 02: untuk mencatat aspek durasi/lamanya perilaku masalah disiplin, yang menggejala dalam bentuk perilaku melanggar tata tertib, berupa ribut di kelas (PM04), dan ngobrol di kelas saat pelajaran berlangsung (PM05) dan (3) format 03: Disusun dalam bentuk *Chek-List*.

Pengukuran terhadap subiek penelitian (8 siswa) dilakukan sebelum (*pretest*) dan sesudah perlakuan (*posttest*) dengan menggunakan alat ukur yang sama, yaitu skala pengendalian diri dan alat observasi tingkah laku langsung. Teknik analisis yang dipakai untuk uji skala pengendalian diri adalah statistik non parametrik uji beda Wilcoxon (*The Wilcoxon Signed –ranks test*) dengan menggunakan bantuan program SPSS.11 for windows (Sugiyono, 2006).

Selain analisis statistik non parametrik, analisis deskriptif juga digunakan untuk mendeskripsikan profil pengendalian diri subiek sebelum dan sesudah perlakuan. Untuk mendeskripsikan penggolongan aspek pengendalian diri subiek ke dalam katagori rendah, sedang dan tinggi, dipergunakan dengan perhitungan persentase skor dengan cara menjumlahkan skor-skor yang diperoleh dan dibagi dengan jumlah item, dikalikan dengan 100%. Analisis data untuk observasi tingkah laku langsung dilakukan dengan cara mencatat jumlah dan durasi perilaku pelanggaran disiplin yang muncul dalam setiap periode observasi tertentu (periode 1 minggu) mencari perbedaan hasil, mendeskripsikan, dan menarik kesimpulan.

## **D. Hasil Penelitian**

### **1. Paparan Data Pelaksanaan Konseling**

Secara runtut paparan data hasil pelaksanaan konseling kelompok realitas, disajikan sebagai berikut:

#### **a). Tahap Keterlibatan (*involvement*)**

Tahap ini merupakan tahap pelibatan diri atau proses memasukkan diri ke dalam kehidupan kelompok. Juga merupakan tahap di mana satu dengan yang lain diharapkan dapat membangun hubungan akrab, kerja sama dan tumbuhnya sikap solider satu dengan yang lain. Kegiatan konseling kelompok realitas pada tahap ini diawali dengan permainan “merangkai gambar”. Selama proses berlangsung para konseli kelihatan gembira, menunjukkan adanya keterlibatan, kerja sama yang baik dan semakin terciptanya hubungan akrab di antara mereka.

#### **b). Tahap Eksplorasi Kebutuhan (*wants*)**

Konselor mengawali proses ini dengan mengajak konseli untuk menyimak bahan bacaan yang berjudul: “Sepercik Rasa yang Tercurah: Pengendalian diri” (diolah dari: *Personal Mind of ASEP*). Selanjutnya dengan dibantu pertanyaan, konselor mengajak konseli mendiskusikan bahan bacaan tersebut, tujuannya agar konseli dapat menangkap pesan dan makna baru dari materi itu. Proses diskusi berjalan aktif-dinamis. Konselor mengakhiri sesi diskusi bahan bacaan, selanjutnya mengajak dan mendorong konseli untuk lebih memfokuskan dirinya masuk tahap menggali kebutuhan (*wants*). Kegiatan ini diawali dengan membagikan lembar pertanyaan “*wants*” untuk membantu mengarahkan konseli dalam menggali kebutuhan dirinya.

Dari pernyataan-pernyataan konseli selama proses konseling, dapat disimpulkan bahwa konseli (a) mempunyai keinginan-keinginan yang mau diperjuangkan, seperti ingin menjadi sukses dalam belajar, sukses dalam bekerja, menjadi orang yang baik dan disiplin, (b) untuk mencapai apa yang diinginkan itu, konseli berusaha menghindari perilaku-perilaku menyimpang/ melanggar tata tertib sekolah, seperti membolos, terlambat masuk kelas, ngobrol/ribut di kelas, tidak mengenakan atribut sekolah secara lengkap, mengabaikan guru saat menjelaskan materi pelajaran di kelas. Itu semua dipahami sebagai bentuk perilaku yang menjauhkan dari sukses.

c) Tahap Arah dan Tindakan (*Direction & Doing*)

Konselor mengawali dengan mengajak konseli untuk mensharingkan pertanyaan-pertanyaan refleksi yang telah disampaikan pada pertemuan sebelumnya. Secara umum hasil refleksi peserta dapat dirumuskan sebagai berikut: (a) setiap peserta mulai menyadari bahwa perilakunya yang selama ini, dapat menghambat diri sendiri dan merugikan orang lain, (b) setiap peserta berkomitmen untuk mengubah sikap dan perilaku yang melanggar tata tertib, mengajak konseli lebih berfokus pada perilaku-perilaku melanggar tata tertib yang telah dilakukan diawali dengan membagikan lembar pertanyaan “*doing*” untuk membantu konseli dalam memfokuskan perubahan perilaku yang diinginkan.

d). Tahap Evaluasi (*Evaluation*)

Pada tahap ini konselor mendorong, mengarahkan, dan mengajak konseli untuk: (1) mengevaluasi perilaku dirinya, (2) menilai kualitas perilakunya dan akibat-akibat dari perilakunya yang melanggar/menyimpang, (3) mengungkapkan secara jujur dan terbuka hasil penilaian atas kualitas perilakunya atau akibat-

akibat dari perilakunya yang melanggar/menyimpang. Dari pernyataan-pernyataan konseli selama proses konseling dapat disimpulkan bahwa (1) perilaku menyimpang yang selama ini dilakukan, tidak membantu konseli berhasil/mencapai apa yang diinginkan, (2) perilaku menyimpang itu dapat menyakiti dan merugikan orang lain terutama orang tua dan bapak/ibu guru, juga teman-teman, (3) konseli menyadari bahwa apa yang mereka lakukan selama ini adalah benar-benar perilaku yang melanggar tata tertib, (4) konseli dengan sungguh-sungguh berniat memperbaiki/mengubah atas perilakunya.

e) Tahap Perencanaan (*Planning*)

Tahap ini diawali dengan membagikan lembar pertanyaan perencanaan dan membacakan kembali guna membantu konseli mencapai pemahaman pertanyaan yang mau dikerjakan. Proses diskusi berjalan dinamis, terjadinya interaksi yang saling mendukung/menguatkan satu sama lain. Masing-masing semakin menunjukkan keterlibatannya dan berani terbuka menyampaikan apa yang telah ditulisnya berupa perencanaan perilaku konkret/realistis yang mau dilaksanakan oleh konseli. Lebih jauh konselor mengajak peserta untuk memfokuskan perilaku konkret apa yang akan dilakukan saat ini. Sebagai wujud kesungguhan mengubah perilakunya, konselor meminta konseli untuk menuliskannya pada lembar “Kontrak Tertulis”, sesuai yang diajarkan.

f) Tahap Terminasi

Tahap terminasi merupakan tahap akhir dari keseluruhan proses konseling. Konselor menyampaikan pertanyaan refleksi berkaitan dengan komitmen diri atas perencanaan perilaku konkret yang telah dibuat dalam bentuk kontrak tertulis satu minggu yang lalu. Dari pernyataan-pernyataan konseli selama proses konseling,

dapat disimpulkan sebagai berikut: (a) konseli pada umumnya telah melakukan komitmennya sesuai dengan apa yang dirumuskan dalam kontrak tertulis, meskipun melalui proses pergulatan pribadi yang tidak ringan, (b) beberapa hal yang dapat mendukungnya, yaitu adanya niat yang kuat untuk mau berubah dan mau berhasil/sukses, (c) dukungan (*support*) dari sekolah berupa ungkapan-ungkapan verbal/nonverbal dari guru dan konselor sekolah. Dukungan seperti ini membuat konseli merasa diterima, disapa, diteguhkan dan dihargai sebagai pribadi, sekalipun sering melakukan pelanggaran tata tertib.

## **B. Hasil Pengukuran**

Secara lengkap hasil pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan konseling kelompok realitas diuraikan sebagai berikut:

### **1. Data Hasil Pemberian Pretes dan Postes Aspek Pengendalian Diri (Berdasarkan Perhitungan Persentase)**

#### **a. Aspek Kontrol Perilaku**

Hasil perolehan skor *pretest* dan *posttest* I & II pada aspek kontrol perilaku, diperoleh skor rata-rata sebelum mengikuti konseling sebesar 51,82% dalam kategori rendah, setelah mengikuti konseling skor rata-rata menjadi sebesar 75,52% dalam katagori sedang, atau mengalami peningkatan sebesar 23,70% (*Posttest I*). Pada *posttest* II , nilai skor rata-rata menjadi sebesar 76,56%, masih tergolong sedang, atau

#### **b. Aspek Kontrol Kognitif**

Hasil perolehan skor *pretest* dan *posttest* I & II untuk aspek kontrol kognitif, diperoleh skor rata-rata sebelum mengikuti konseling sebesar 49,48%

dalam kategori rendah, setelah mengikuti konseling skor rata-rata menjadi sebesar 77,08%, dalam katagori sedang, atau mengalami peningkatan sebesar 27,60% (*Posttest I*). Pada *post test II*, nilai skor rata-rata sebesar 77,34%, masih tergolong sedang atau mengalami peningkatan sebesar 27,86%.

#### (c) Aspek Kontrol Keputusan

Hasil perolehan skor *pretest* dan *posttest I & II* untuk aspek kontrol keputusan, diperoleh skor rata-rata sebelum mengikuti konseling sebesar 53,91 % dalam kategori rendah dan setelah mengikuti konseling, hasil *posttest I*, aspek kontrol keputusan skor rata-rata menjadi sebesar 77,08% dalam katagori sedang, atau mengalami peningkatan sebesar 23,18% dari hasil *pretest*. Pada *posttest II* nilai rata-rata sebesar 77,34% dari *pretest*, masih dalam katagori sedang, atau mengalami peningkatan sebesar 23,44%

## 2. Data Hasil Uji Statistik

Hasil perhitungan uji statistik Wilcoxon untuk aspek-aspek pengendalian diri dapat dilaporkan sebagai berikut:

#### a. Aspek Kontrol Perilaku:

Diketahui hasil uji statistik pretest-posttest I, harga  $Z$  test = -2,555 dengan sig. 0,011. Jadi  $Z$  hitung berada di luar batas kritis penerimaan  $H_0$ . Dengan kata lain  $Z_h$  -2,555 < nilai kritis  $Z$ -196, dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Sedang hasil uji statistik pretest-posttest II, harga  $Z$  test = -2,552 dengan sig. 0,011. Jadi  $Z$  hitung berada di luar batas kritis penerimaan  $H_0$ . Dengan kata lain  $Z_h$  -2,552 < nilai kritis  $Z$ -196, dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima.

Kesimpulannya, baik hasil pretest-posttest I & II menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata aspek kontrol perilaku pada konseli secara signifikan sebelum dan sesudah pemberian perlakuan konseling kelompok realitas.

b. Aspek Kontrol Kognitif:

Diketahui hasil uji statistik pretest-posttest I, harga Z test = -2,536 dengan sig. 0,011. Jadi Z hitung berada di luar batas kritis penerimaan H<sub>0</sub>. Dengan kata lain  $Z_h - 2,536 < \text{nilai kritis } Z - 1,96$ , dengan demikian H<sub>0</sub> ditolak dan H<sub>1</sub> diterima. Sedang hasil uji statistik pretest-posttest II, harga Z test = -2,546 dengan sig. 0,011. Jadi Z hitung berada di luar batas kritis penerimaan H<sub>0</sub>. Dengan kata lain  $Z_h - 2,546 < \text{nilai kritis } Z - 1,96$ , dengan demikian H<sub>0</sub> ditolak dan H<sub>1</sub> diterima. Kesimpulannya, baik pada hasil pretest-posttest I & II menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata aspek kontrol kognitif pada konseli secara signifikan sebelum dan sesudah pemberian perlakuan konseling kelompok realitas.

c. Aspek Kontrol Keputusan

Diketahui hasil uji statistik pretest-posttest I, harga Z test = -2,565 dengan sig. 0,010. Jadi Z hitung berada di luar batas kritis penerimaan H<sub>0</sub>. Dengan kata lain  $Z_h - 2,565 < \text{nilai kritis } Z - 1,96$ , dengan demikian H<sub>0</sub> ditolak dan H<sub>1</sub> diterima. Sedang hasil uji statistik pretest-posttest II, harga Z test = -2,530 dengan sig. 0,011. Jadi Z hitung berada di luar batas kritis penerimaan H<sub>0</sub>. Dengan kata lain  $Z_h - 2,530 < \text{nilai kritis } Z - 1,96$ , dengan demikian H<sub>0</sub> ditolak dan H<sub>1</sub> diterima. Kesimpulannya, baik pada hasil pretest-posttest I & II menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata aspek kontrol keputusan pada konseli secara signifikan sebelum dan sesudah pemberian perlakuan konseling kelompok realitas.

Didasarkan analisis statistik dari ketiga aspek pengendalian diri di atas, baik *posttest* I dan *posttest* II, menggambarkan adanya perbedaan skor rata-rata dari ketiga aspek pengendalian diri. Dengan demikian rumusan masalah umum yang berbunyi: "Apakah penggunaan pendekatan konseling kelompok realitas efektif untuk mengatasi persoalan disiplin siswa di sekolah?", dapat terjawab secara meyakinkan. Dengan kata lain disimpulkan bahwa, penggunaan pendekatan konseling kelompok realitas sebagai salah satu pendekatan dalam layanan konseling, efektif dipergunakan untuk mengatasi persoalan disiplin siswa di sekolah.

### 3. Data Hasil Observasi Tingkah Laku Langsung

Rekapitulasi data perolehan hasil skor observasi tingkah laku langsung, disajikan sebagai berikut

#### a. Hasil Pencatatan Jumlah/Frekuensi Perilaku Melanggar (PM01,PM02,PM03)

Berdasarkan model format 01, ditemukan adanya perbedaan rata-rata jumlah skor perilaku melanggar hasil observasi *pretest* (rata-rata sebesar 9,5) dengan *posttest* I (rata-rata menjadi 4) dan *posttest* II (berkurang rata-rata menjadi 2,6) terdapat selisih pengurangan perilaku melanggar hasil observasi pada *posttest* I dan *post test* II.

#### b. Hasil Pencatatan Jumlah Waktu Perilaku Melanggar (PM04 dan PM05)

Berdasarkan model format 02, ditemukan adanya perbedaan rata-rata (dalam menit) jumlah durasi perilaku melanggar hasil observasi *pretest* (=198 menit) dengan *posttest* I (menjadi 76 menit) dan *posttest* II (berkurang menjadi 71

menit 5 detik), terdapat selisih pengurangan perilaku melanggar hasil observasi pada *posttest* I dan *posttest* II.

#### 4. Hasil Chek List

Hasil observasi dari 12 butir item cheklist aspek perilaku melanggar, jumlah total perolehan skor dari observer I sebesar 154 (80,21%) dan observer II sebesar 152 (79,12%). Secara komulatif skor rata-rata dari kedua observer sebesar 153 (79,69%), beda skor sebesar 1,04%. Dengan ini dapat disimpulkan bahwa selisih skor kedua observer tidak menunjukkan perbedaan yang berarti, sehingga dapat dijadikan sebagai bukti empiris untuk mendukung efektivitas konseling kelompok realitas untuk mengatasi persoalan perilaku disiplin siswa di sekolah.

#### **E. Pembahasan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan konseling kelompok realitas efektif mengatasi persoalan perilaku disiplin siswa di sekolah, yang ditandai dengan: Pertama, adanya peningkatan skor pengendalian diri pada aspek kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol keputusan pada semua konseli. Peningkatan ini nampak bahwa sebelum perlakuan, aspek pengendalian diri dalam kategori rendah, setelah dilakukan perlakuan dengan pendekatan konseling kelompok realitas aspek pengendalian diri naik ke dalam katagori sedang. Secara khusus temuan lain adalah ada konseli yang memperoleh skor aspek kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol keputusan berada dalam kategori tinggi. Salah satu kemungkinan hal ini terjadi karena faktor siswa itu sendiri (internal), yaitu kecenderungan minat yang tinggi untuk berani berubah dan mengendalikan diri dalam usahanya untuk mencapai kebutuhan dasar secara bertanggungjawab dan

realistis. Teori pilihan (*choise theory*) menjelaskan bahwa satu-satunya orang yang bisa anda kendalikan untuk mencapai kebutuhan dasar menurut terapi realitas adalah diri anda sendiri” (Glasser 1989, Corey 2005). Ini berarti bahwa individu sangat menentukan dalam hubungannya pencapaian kebutuhan dasar secara realistis dan bertanggung jawab. Individu itu sendirilah yang memilih dirinya, untuk dirinya dan dia sendiri juga yang memilih bagaimana caranya untuk mencapai kebutuhan dasar secara sehat, tanpa harus melanggar aturan/norma/hukum yang berlaku (*right*), bertanggung jawab dan realistis.

*Self control* atau pengendalian diri menjadi dasar bagi integrasi pribadi yang merupakan salah satu kualitas penting dari orang yang dapat mengatur impuls pikiran kebiasaan, emosi dan tingkah laku yang berkaitan dengan prinsip-prinsip yang dikenakan pada diri sendiri atau tuntutan masyarakat (Gilliom 2002, Berk 1993). Individu dengan pengendalian diri tinggi, sangat memperhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Rachlin (1995) & Kendal (1993) mengungkapkan bahwa individu yang memiliki aspek pengendalian diri tinggi, dapat membantu individu dalam (a) menyadari peranan pikiran dalam memunculkan emosi, (b) mengendalikan pikiran-pikiran untuk mengatasi emosi sesaat yang mengganggu, dan (c) menggunakan teknik-teknik yang efektif untuk mengendalikan atau mengubah perilaku yang tidak realistis.

Sebaliknya individu dengan pengendalian diri rendah, cenderung menuai munculnya tingkah laku yang tidak sesuai atau perilakunya meyimpang dari kaidah atau norma-norma dan aturan-aturan yang ada, termasuk di antaranya adalah masalah disiplin yang menggejala dalam bentuk perilaku melanggar tata

tertib sekolah. Ini semua dapat disebabkan karena (a) lemahnya kesadaran diri terhadap pikiran-pikiran untuk mengatasi dan mengendalikan emosi sesaat yang mengganggu, (b) penggunaan teknik-teknik yang tidak efektif untuk mengendalikan atau mengubah perilaku yang tidak realistis menjadi realistis (Savage 1991, Kendal 1993)).

Individu yang kemampuan mengontrol perilaku dirinya lemah/mengalami hambatan, akan mudah menunjukkan perilaku menyimpang dalam mencapai apa yang diinginkan. Individu tersebut tidak akan mampu mengatur perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya, melainkan cenderung menggunakan sumber eksternal. Kelemahan individu dalam mengontrol aspek kognitifnya, juga akan berdampak pada ketidakmampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan. Hal ini dapat berdampak pada pengintepretasian dan penilaian yang keliru, yang pada akhirnya akan terekspresikan pada pola perilaku yang keliru dan menyimpang. Kontrol kognitif merupakan cara mengatasi masalah, termasuk gejala-gejala perilaku melanggar/menyimpang akibat dari lemahnya aspek pengendalian diri.

Demikian juga, individu yang memiliki kelemahan pada aspek kontrol keputusan dapat berakibat pada ketidakmampuan individu dalam memilih hasil atau tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Keputusan yang diambil cenderung menampakkan pada model perilaku yang menyimpang/melanggar atau kurang bertanggung jawab dan tidak realistis (Gilliom, 2002).

Kedua, penelitian ini juga membuktikan bahwa pendekatan konseling kelompok realitas dapat mengurangi/menurunkan perilaku tidak disiplin dalam bentuk perilaku indisipliner atau perilaku melanggar tata tertib siswa, yaitu perilaku membolos (PM01), terlambat masuk kelas (PM02), tidak mengenakan atribut sekolah secara lengkap (PM03), ribut di kelas (PM04), dan ngobrol di kelas (PM05). Penurunan/pengurangan perilaku indisipliner siswa (segi jumlah maupun waktu) dapat dilihat dari hasil penelitian menggunakan alat Observasi Tingkah Laku Langsung terhadap ke-5 perilaku indisipliner yang menjadi obyek observasi tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi perubahan penurunan/pengurangan perilaku tidak disiplin. Jika dibandingkan hasil post test I dan hasil post test II, ditemukan adanya perilaku tidak disiplin yang cenderung menetap/bertahan dan ada juga yang mengalami perbedaan penurunan/pengurangan. Ini berarti bahwa teknik pemberian penguatan untuk mempertahankan dan/atau menurunkan perilaku melanggar selama periode tertentu berdampak positif terhadap ada tidaknya perbedaan perubahan perilaku tidak disiplin.

Hasil observasi tingkah laku langsung yang dilakukan oleh dua orang guru dengan menggunakan alat observasi tingkah laku langsung dalam bentuk cek list, juga ditemukan adanya perubahan perilaku melanggar setelah diberi perlakuan dengan konseling kelompok realitas.

Akhirnya, secara umum dapat dikatakan bahwa pendekatan konseling kelompok realitas efektif dapat membantu mengatasi persoalan perilaku disiplin,

yang ditandai dengan meningkatnya aspek pengendalian diri dan menurunnya /berkurangnya perilaku tidak disiplin.

#### **E. Kesimpulan Hasil Penelitian**

Hasil penemuan data di atas, baik pada alat ukur utama yang berbentuk skala pengendalian diri maupun alat ukur dalam bentuk observasi tingkah laku langsung, membuktikan bahwa terjadi perubahan sikap dan perilaku tidak disiplin sebelum dan sesudah perlakuan konseling kelompok realitas. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa: “Penggunaan pendekatan konseling kelompok realitas efektif untuk mengatasi persoalan perilaku disiplin siswa di sekolah, yang ditandai dengan meningkatnya aspek pengendalian diri (yaitu aspek kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol keputusan) siswa dan menurunnya perilaku tidak disiplin pada siswa di sekolah sesudah mendapat perlakuan konseling kelompok realitas.

#### **F. Saran**

- a) Panduan konseling kelompok realitas merupakan sebuah model yang dirancang untuk membantu mengatasi persoalan perilaku disiplin siswa di sekolah. Untuk menjaga nilai kebermanfaatan dan efektivitas hasil perlakuan dari model, maka subiek dalam penelitian harus benar-benar yang memiliki persoalan berkaitan dengan perilaku tidak disiplin, biasanya menggejala dalam perilaku melanggar tata tertib sekolah, seperti membolos sekolah, terlambat ke sekolah, ribut di kelas, ngobrol di kelas meyontek.
- b) Sebelum memulai kegiatan konseling kelompok terapi realitas, konselor sebaiknya tetap meminta subiek penelitian membuat perjanjian tertulis

(*informs consent*), sebagai bukti kesungguhan mereka untuk mengikuti setiap tahapan pelaksanaan konseling kelompok realitas.

- c) Untuk menghasilkan perubahan perilaku, maka konselor secara terus menerus menjaga hubungan akrab di antara para peserta, mendorong peserta agar berani mengeksplorasi keinginan atau perasaan dan perubahan perilaku konkret apa yang mau diubah.
- d) Konselor perlu memperhatikan tempat atau ruang yang akan dipergunakan, agar pelaksanaan konseling kelompok realitas optimal.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Berk. 1993. *Infants, Children, and Adolescents*. Massachusetts: Allyn & Bacon.
- Bailey A Becky. 2004. *Easy to Love, Difficult to Discipline: Tujuh Keterampilan Dasar untuk Mengubah Konflik Menjadi Kerja Sama*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Corey G. 2005. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy, seventh edition*. California State University, Fullerton Diplomate in Counseling Psychology, American Board of Professional Psycholog: Brooks/Cole.
- Clark R .1990. *Self Control and Self Control Therapy*. (on line 815/8/2007) <http://www.Ph.Weingarten.de/homopage/Faecher/psychologie/konrad/theory.htm>
- Dreikurs R & Cassel P. 1984. *Discipline Without Tears*. New York: Hawthorn Books,Inc.
- Durkheim E. 1990. *Pendidikan Moral*. Terjemahan Lukas Ginting. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- DeRoche.E.F.1985. *How School administrators solve problems*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall,Inc.
- Edwards, C. (1993). *Classroom discipline and management*. New York: Macmillan College.

- Edwards, C. 1994. Learning and control in the classroom. *Journal of Instructional Psychology*, 21(4), 340-346.
- Emmer E T., & Aussiker A. 1990. School and classroom discipline programs: How well do they work? In Moles, O.C. (Ed.), *Student discipline strategies: research and practice* (chap. 7). Albany, NY: State University of New York Press.
- Fauzan, Lutfi. 2004. *Pendekatan Konseling Kelompok*. Malang: Elang Emas.
- Glasser, W. 1969. *School Without Failure*. New York: Harper and Row, Publishers.
- Glasser, W. 1989. *Control Theory in the Practice of Reality Therapy*. New York: Harper & Row.
- Goodwin, D L & Coats TJ. 1986. *Helping Students Help Them Selves*. Engliword Chiff, New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Gorton, R A. 1986. *School Administration Challenge and Opportunity for Leadership*. Dubuque:Wm.C.Brown Company.
- Gazda, GM. 1999, *Group Prosedur with Children: A Developmental Approach. Dalam Ohlsen (ed), Counseling Children in Group: A Forum*, New Jersey: Prentice Hall.
- Gilliom, MS., Beck DS., Schonberg JA., Michael A & Lukon, EL. 2002. Anger Regulation in disadvantaged preschool boys: Strategies, antecedents, and the development of self-control. *Development Psychology* 2002.
- Gunarsa D Singgih. 2006. *Psikologi Praktis: Dari Anak Samapi Usia Lanjut*. Jakarta: PT.BPK Gunung Mulia.
- :  
Hansen, J.C. dkk. 1980. *Group Counseling Theory and Process*. Chicago: Rand McNally Collega, Publishing Company.
- Harlock, E.B. 1999. *Psikologi Perkembangan. Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan..* Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Ivey, A.1987. *Counseling and Psychotherapy*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Kendal, P.C. 1993. Cognitive Behavior Therapies With Youth: Guiding Theory Current Status and Emerging Development. *Journal Counsulting and Psychology*, Vol 61,no.2.

- Levin, J. 1996. *Principles of Management. Aprofessional Decision-Making Model.* (ed.2). USA: Allyn & Bacon.
- Mansyur, J. 2001. *Pengembangan Paket Permainan Simulasi untuk Media Layanan Konsultasi bagi Orang Tua Siswa.* Tesis tidak diterbitkan. Malang: Program Pascasarjana Universitas Negeri Malang.
- Nurgiyantoro. 2004. *Statistik Terapan untuk Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial.* Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Deborah Parker K. 2006. *Menumbuhkan Kemandirian dan Harga Diri Anak.* Terjemahan dari Judul Asli: *Developing Children Independency and Self-Esteem.* Jakarta: PT. Prestasi Pustakaraya.
- Rosjidan. 1994. *Modul Pendekatan-pendekatan Konseling Kelompok.* Malang: PPB FIP IKIP Malang.
- Rachlin, H. 1995. *Self Control: Beyond Commitment Behavioral and Brain Scieces* Psychology Departement SUNY at story Brook N.Y. 11794-2500. Hrachlin@Psych.Ipsy.SUNYSB.Edu.
- Sugiyono. 2006. *Statistik untuk Penelitian.* Bandung: CV. Alfabeta.
- Savage. 1991. *Discipline for Self-Control.* Ne Jerrey: Prentice-Hall.Inc.
- Tuckman. 1999. *Conducting Educational Research. Fifth Edition.* USA: Harcourt Brace & Company.
- Taylor BW. 1987. *Classroom Discipline: A System for Getting the Schoo Administrator to See Classroom Discipline Problems your way.* Dayton, OH: Souther Hills Press.
- Triyono & Nur Hidayah. 1994. *Modul Pendekatan-Pendekatan Modern dalam Konseling.* Malang: PBB FIP IKIP Malang

\*\*\*\*\*