

PENGGUNAAN TEKNIK MODELING DALAM KONSELING KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KEBIASAAN BELAJAR PADA SISWA

Natalia Devi Sylviana (nataliadevis@yahoo.com)¹

Muswardi Rosra²

Ranni Rahmayanthi Z³

ABSTRACT

The purpose of this study is to determine the use of modeling techniques in group counseling which can improve study habits. The problem in this research is the students who have low learning habits. This study is a quasi-experimental design with types One-group pretest-posttest design. Research subjects were 11 students who have poor study habits. Data collection technique used scale study habits. The results showed that 36.81% increase learning habits that $Z_{count} < Z_{table}$ ($-2,938 < 11$), then H_a received means then use of modeling techniques in group counseling can improve study habits with a significance level of 5%.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui penggunaan teknik modeling dalam konseling kelompok dapat meningkatkan kebiasaan belajar. Masalah dalam penelitian ini adalah siswa yang memiliki kebiasaan belajar yang rendah. Penelitian ini bersifat *quasi eksperimental design* dengan jenis *One-group pretest-posttest design*. Subjek penelitian sebanyak 11 siswa yang memiliki kebiasaan belajar yang rendah. Teknik pengumpulan data menggunakan skala kebiasaan belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan belajar meningkat 36,81% bahwa $Z_{hitung} < Z_{tabel}$ ($-2,938 < 11$) maka H_a diterima artinya penggunaan teknik modeling dalam konseling kelompok dapat meningkatkan kebiasaan belajar yang baik dengan taraf signifikansi 5%.

Kata kunci: kebiasaan belajar, konseling kelompok, teknik modeling

1Mahasiswa Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

2Dosen Pembimbing Utama Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

3Dosen Pembimbing Pembantu Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

PENDAHULUAN

Kebiasaan Belajar yang dimiliki oleh siswa tidak sama, ada yang memiliki kebiasaan belajar yang baik dan ada yang memiliki kebiasaan belajar yang buruk. Menurut Aunurrahman (2009: 185) Kebiasaan belajar adalah perilaku seseorang yang telah lama tertanam dalam waktu yang relatif lama sehingga memberikan ciri dalam aktivitas belajar yang dilakukannya.

Maka dapat disimpulkan dari pendapat Aunurrahman mengenai kebiasaan belajar adalah suatu cara yang dilakukan oleh siswa dalam belajar yang sudah menjadi kebiasaan dalam dirinya yang memerlukan waktu yang lama untuk mencapai tujuan dalam belajarnya.

Setelah mengetahui siswa yang memiliki kebiasaan belajar yang rendah maka peneliti menggunakan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kebiasaan belajar siswa. Menurut Latipun (2008: 178) konseling kelompok merupakan salah satu bentuk konseling dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik (feed back) dan pengalaman belajar. Konseling kelompok dalam prosesnya menggunakan prinsip-prinsip dinamika kelompok.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok yaitu proses yang berlangsung dalam kelompok dan setiap anggota berperan secara aktif membantu anggota kelompok dalam memecahkan permasalahan melalui dinamika kelompok.

Dalam konseling kelompok peneliti menggunakan teknik modeling untuk meningkatkan kebiasaan belajar yang rendah, Menurut Feist dkk (2011: 204) Modeling meliputi proses kognitif dan bukan sekedar melakukan imitasi. Modeling lebih dari sekedar mencocokkan perilaku dari orang lain, melainkan merespresentasikan secara simbolis suatu informasi dan menyimpannya untuk digunakan dimasa depan.

Maka dapat disimpulkan dari pendapat ahli bahwa modeling adalah suatu teknik yang memberikan contoh kepada orang lain untuk dilakukan dan diterapkan di dalam kehidupannya.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penggunaan teknik modeling dalam konseling kelompok untuk meningkatkan kebiasaan belajar pada siswa

Kebiasaan Belajar

Kebiasaan belajar yang baik akan membantu siswa menguasai materi pelajaran. Sedangkan kebiasaan belajar yang buruk akan membuat siswa tidak maksimal dalam proses belajar dan mengajar di kelas. Menurut Syah (2009: 128) kebiasaan belajar adalah cara atau teknik yang menentang pada diri siswa pada waktu menerima pelajaran, membaca buku, menerima tugas, dan pengaturan waktu untuk menyelesaikan kegiatan.

Maka dapat disimpulkan dari pendapat para ahli bahwa kebiasaan belajar adalah suatu cara yang dilakukan oleh siswa dalam belajar yang sudah menjadi kebiasaan dalam dirinya dan memiliki suatu ciri-ciri tersendiri.

Untuk memiliki kebiasaan belajar yang baik maka siswa harus memiliki aspek-aspek kebiasaan belajar yang baik pula. Aspek- aspek kebiasaan belajar menurut Brown dan Holtzman (dalam Prayitno, 1999:282) aspek-aspek kebiasaan belajar meliputi cara siswa mengerjakan tugas di sekolah, kebiasaan dalam melaksanakan kegiatan belajar, sikap terhadap guru, sikap dalam menerima pelajaran.

Dari uraian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa aspek-aspek dalam kebiasaan belajar adalah suatu pedoman bagi siswa, agar siswa dapat belajar dengan teratur untuk mendapatkan hasil yang memuaskan dan siswa juga dapat memiliki sikap yang baik kepada guru di kelas saat proses belajar mengajar sedang berlangsung.

Setelah mengetahui tentang aspek-aspek kebiasaan belajar, siswa juga harus mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan belajar. Menurut Sularti

(2008 : 26) mengemukakan faktor dari luar dan dari dalam individu yang mempengaruhi kebiasaan belajar.

Faktor dari luar individu yang sering berpengaruh pada kebiasaan belajar adalah sikap guru kurang memahami dan mengerti siswa, keadaan ekonomi orang tua, kasih sayang dan perhatian orang tua yang kurang dicurahkan kepada anaknya. Faktor dari dalam individu yang sering mempengaruhi adalah minat, motivasi dan cita-cita siswa, pengendalian diri dan emosi, kelemahan fisik, panca indra dan kecacatan lainnya, kelemahan mental seperti kecerdasan/ intelegensi dan bakat khusus.

Dari uraian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa kebiasaan belajar dipengaruhi oleh faktor eksternal dan faktor internal, faktor eksternal yang mempengaruhi siswa yaitu saat proses belajar sedang berlangsung terdapat siswa yang merasa perlakuan yang diberikan guru tidak sama dengan temannya yang lain, faktor internalnya karena motivasi belajar yang kurang dimiliki oleh siswa maka membuat siswa menjadi tidak maksimal dalam proses belajar mengajar.

Setelah mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan belajar, siswa juga harus mengetahui peranan dari kebiasaan belajar karena peranan kebiasaan belajar dapat dilihat dari kegiatan-kegiatan yang dilakukan dalam belajar, menurut Slameto (2008 : 30) menjelaskan tentang kegiatan-kegiatan yang ada dalam kebiasaan belajar adalah mempersiapkan diri untuk belajar, mengikuti pelajaran di sekolah, membaca buku di rumah, perpustakaan, mencatat pelajaran, mengikuti ulangan, mengerjakan tugas dan pekerjaan rumah, mengikuti praktikum baik di laboratorium maupun di lapangan, membuat laporan, meletakkan dan perapikan alat pelajaran.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kegiatan-kegiatan yang ada dalam belajar yaitu siswa harus memiliki persiapan sebelum belajar maupun mengikuti proses belajar mengajar di sekolah, siswa juga harus aktif meluangkan waktunya untuk membaca buku ataupun pergi ke perpustakaan, siswa juga harus rajin mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh guru dan tepat waktu untuk mengumpulkan tugas-tugas tersebut.

Konseling Kelompok

Konseling kelompok merupakan upaya bantuan yang diberikan kepada peserta didik dalam rangka memberikan kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya, konseling kelompok dapat pula bersifat penyembuhan. Menurut Gazda dalam Latipun (2008: 178) konseling kelompok adalah suatu proses intrapersonal yang dinamis yang memusatkan pada usaha dalam berfikir dan tingkah laku serta melibatkan fungsi-fungsi terapi yang dimungkinkan serta berorientasi pada kenyataan-kenyataan, membersihkan jiwa, saling percaya mempercayai, pemeliharaan, pengertian, penerimaan dan bantuan.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok yaitu suatu proses yang berlangsung dalam kelompok dimana setiap anggota dapat berperan secara aktif untuk membantu anggota kelompok dalam memecahkan permasalahan yang sedang dihadapinya melalui dinamika kelompok.

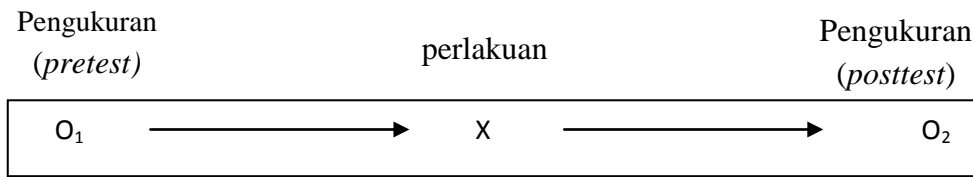
Dalam konseling kelompok terdapat bermacam-macam teknik, dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik modeling, Menurut Feist dkk (2011: 204) modeling meliputi proses kognitif dan bukan sekedar melakukan imitasi. Modeling lebih dari sekedar mencocokkan perilaku dari orang lain, melainkan merespresentasikan secara simbolis suatu informasi dan menyimpannya untuk digunakan dimasa depan.

Maka dapat disimpulkan dari pendapat ahli bahwa modeling adalah suatu teknik yang memberikan contoh kepada orang lain untuk dilakukan dan terapkan di dalam kehidupannya.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Sedangkan untuk desain penelitian, peneliti menggunakan *Quasi Experimental Designs*. Bentuk desain yang digunakan adalah *One group Prettest-Posttest Disegn*.

Desain penelitian yang digunakan peneliti digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1: One-group pretest-posttest design (Sugiyono,2009)

Keterangan:

- O_1 : Pengukuran pertama berupa *pretest* untuk mengukur kebiasaan belajar instrumen skala kebiasaan belajar.
- X : Pelaksanaan layanan konseling kelompok terhadap siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Metro.
- O_2 : Pengukuran kedua berupa *posttest* untuk mengukur kebiasaan belajar siswa sesudah diberi perlakuan yang diukur dengan menggunakan instrument skala kebiasaan belajar yang sama seperti pada pengukuran pertama.

PROSEDUR PENELITIAN

Sebelum melaksanakan layanan konseling kelompok, peneliti menjaring subjek yang memiliki kebiasaan belajar rendah dengan menyebarkan skala kebiasaan belajar sebagai *pretest*. Didapatkan subjek sebanyak 11 siswa yang memiliki kebiasaan belajar rendah. Dalam penelitian subjek diberi perlakuan berupa konseling kelompok sebanyak 4 kali. Setelah diberikan perlakuan, subjek diberikan *posttest* dengan menyebarkan skala kebiasaan belajar oleh peneliti dengan instrument yang sama pada saat melakukan *pretest*. Pemberian *posttest* digunakan untuk melihat peningkatan kebiasaan belajar.

Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Metro Tahun

Pelajaran 2014/2015. Subjek sebanyak 11 siswa yang terdiri dari kelas VIII A-VIII E. Yang di dapat dari hasil skala kebiasaan belajar dengan skor yang rendah.

Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel bebas (independen) adalah teknik modeling dalam konseling kelompok
2. Variabel terikat (dependen) adalah kebiasaan belajar.

Definisi Operasional

Berdasarkan batasan konsep yang ada, maka rumusan operasional dalam penelitian dijelaskan sebagai berikut:

- a. Kebiasaan belajar adalah suatu cara yang dilakukan oleh siswa dalam belajar yang sudah menjadi kebiasaan dalam belajar. Kebiasaan belajar sangat berpengaruh dalam kemajuan siswa tersebut, kebiasaan belajar dapat mempengaruhi belajar itu sendiri. Indikator kebiasaan belajar yang akan peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah :
 1. Jadwal belajar
 2. Membuat catatan dan rangkuman
 3. Membaca buku
 4. Mengerjakan tugas
- b. Modeling merupakan belajar melalui observasi dengan menambahkan atau mengurangi tingkah laku yang teramati, mengeneralisir berbagai pengamatan, sekaligus melibatkan proses kognitif.
- c. Konseling kelompok adalah suatu proses konseling dimana terdapat seorang konselor atau orang yang profesional yang membantu klien dalam memecahkan permasalahan yang sedang dihadapi dengan cara menjadi seorang pengarah di dalam suatu kelompok yang dapat bersifat sebagai penyembuhan bagi individu yang memiliki masalah. Layanan konseling kelompok terdapat dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan pemecahan masalah individu.

Metode Pengumpulan Data

Skala Kebiasaan Belajar

Pada penelitian ini, peneliti akan menggunakan skala model *Likert* untuk mengetahui siswa yang memiliki kebiasaan belajar yang rendah kemudian diberikan treatment. Menurut Sarwono (2006 : 96) Skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap dalam suatu penelitian.

Skala kebiasaan belajar merupakan metode yang digunakan untuk menjangking subjek penelitian. Skala kebiasaan belajar ini digunakan untuk memperoleh data hasil *pretest* dan *posttest* siswa.

| No | Indikator | Favorable | Unfavorable |
|---------------|-------------------------------|-----------|-------------|
| 1 | Jadwal belajar | 7 | 8 |
| 2. | Membuat catatan dan rangkuman | 8 | 11 |
| 3. | Membaca buku | 4 | 6 |
| 4. | Mengerjakan tugas | 9 | 7 |
| JUMLAH | | 28 | 32 |

Uji Persyaratan Instrumen

Uji Validitas

Validitas yang digunakan adalah validitas isi (*content validity*). Menurut Arikunto (2000: 168) validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat keandalan atau kesahihan suatu alat ukur. Untuk menguji validitas isi dapat digunakan pendapat dari ahli (*judgments experts*).

Reliabilitas Instrumen

Pada penelitian ini untuk mengukur reliabilitas dilakukan dengan menggunakan rumus koefisien *alpha* dengan bantuan *Statistical Product and Service Solution*

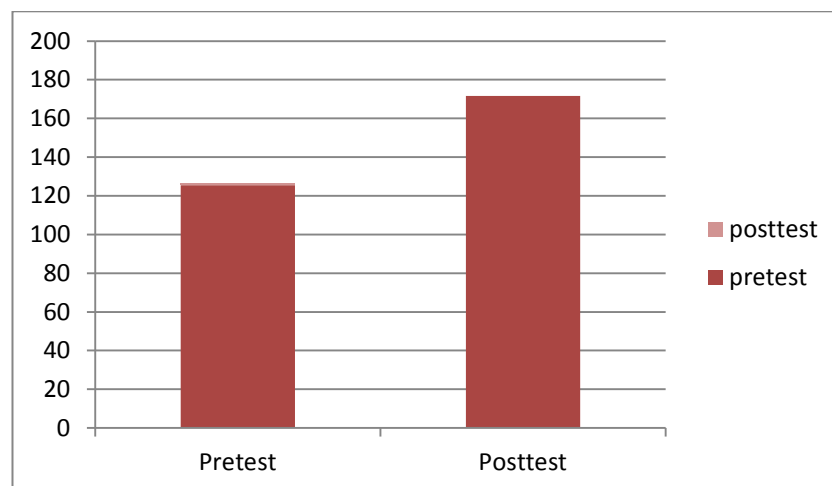
V.17(SPSS 17). Tingkat reliabilitas, memiliki tingkat reliabilitas sangat tinggi yakni 0,918.

Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan menggunakan Uji *Wilcoxon* menggunakan komputerisasi program SPSS.17.0.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil penelitian ini terlihat adanya perbandingan antara skor rata-rata *pretest* dengan skor rata-rata *posttes* untuk lebih jelasnya dapat dilihat dari grafik berikut:



Gambar 1. Grafik peningkatan kebiasaan belajar

Grafik 1 adalah grafik skor rata-rata *pretest* dan skor rata-rata *posttest* data penelitian yang menunjukkan bahwa kebiasaan belajar yang rendah dapat meningkat setelah diberikan perlakuan berupa konseling lalu diberikan *posttest*, peningkatan kebiasaan belajar 31,86% tergolong dalam kategori kebiasaan belajar sedang. Setelah memperoleh data peneliti kemudian melakukan analisis data. Hasil analisis data *posttest* menunjukkan harga $t_{hitung} = 9,161$. Kemudian t_{hitung} dibandingkan dengan $t_{tabel\ 0,5} = 2,228$. Karena $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka H_a diterima, artinya H_a diterima artinya terdapat perbedaan hasil kebiasaan belajar

antara nilai rata-rata pretest dan nilai rata-rata posttest setelah menggunakan konseling kelompok.

Hasil analisis data penelitian diketahui, bahwa hasil *pretest* sebelum diberi *treatment* lebih rendah jika dibandingkan hasil *posttest* setelah diberikan *treatment* menggunakan konseling kelompok. Hal ini berarti kebiasaan belajar dapat meningkat menggunakan konseling kelompok.

Berdasarkan hasil penelitian, peningkatan kebiasaan belajar terjadi karena diberikan konseling kelompok. Maka siswa dapat memahami pentingnya cara belajar yang baik untuk dirinya agar siswa dapat mengikuti proses belajar mengajar di sekolah dengan baik. Siswa yang memiliki kebiasaan belajar yang baik maka siswa memiliki pemahaman tentang bahan pelajaran yang pelajari, ini dapat membuat siswa memiliki prestasi belajar yang baik pula. Ini sesuai dengan pendapat Winkel (1996 : 53) pemahaman merupakan kemampuan untuk menangkap makna dan arti bahan yang dipelajari. Selain siswa dapat memahami cara belajar yang baik, pola pikir siswa juga berubah menjadi baik maka gaya belajar siswa juga menjadi baik dan siswa merasakan manfaat dari gaya belajar yang baik yang mengarah ke dalam suatu tujuan tertentu. Hal ini sesuai dengan pendapat Drever dalam Khodijah (2006:117) pola pikir adalah suatu keaktifan pribadi manusia yang mengakibatkan penemuan yang terarah kepada suatu tujuan. Ini semua tidak terlepas dengan adanya komitmen dalam diri siswa yang dibuatnya untuk meningkatkan kebiasaan belajar yang baik. Siswa yang sudah memiliki pemahaman dan pola pikir yang baik dalam belajar maka akan termotivasi untuk proses belajar mengajar di sekolah.

Perilaku yang dimiliki siswa juga menjadi baik ini terlihat dari kebiasaan belajar setiap siswa. Kebiasaan belajar adalah suatu cara yang dilakukan oleh siswa dalam belajar yang sudah menjadi kebiasaan dalam dirinya dan memiliki suatu ciri-ciri tersendiri dan memerlukan waktu yang lama untuk mencapai tujuan dalam belajarnya. Kebiasaan belajar merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh siswa dalam belajar yang terjadi secara terus menerus ketika siswa tersebut belajar salah satu kegiatan yang dilakukan adalah membaca buku pelajaran. Saat

siswa membaca buku, siswa harus berkonsentrasi agar materi yang dibacanya dapat di pahami dan siswa dapat menyimpulkan isi dari materi tersebut. Jika kebiasaan belajar siswa baik maka siswa akan mendapat hasil belajar yang tinggi pula. Begitu juga sebaliknya jika siswa memiliki kebiasaan belajar yang buruk maka siswa akan mendapat hasil belajar yang rendah. Kebiasaan yang dimiliki oleh siswa sangat berbeda-beda, siswa memiliki cara atau teknik tersendiri untuk belajar.

Ada siswa memiliki jadwal belajar yang dapat mempermudah dirinya untuk mengatur waktu belajarnya, Dengan adanya jadwal belajar yang dibuat oleh siswa maka siswa tidak akan menyia-yiakan waktu belajarnya untuk hal yang tidak penting. Terjadi peningkatan kebiasaan belajar, peningkatan terjadi pada semua aspek di dalam kebiasaan belajar. Kebiasaan belajar merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh siswa dalam belajar yang terjadi secara terus menerus ketika siswa tersebut belajar salah satu kegiatan yang dilakukan adalah membaca buku pelajaran. Saat siswa membaca buku, siswa harus berkonsentrasi agar materi yang dibacanya dapat di pahami dan siswa dapat menyimpulkan isi dari materi tersebut.

Perubahan hasil *posttest* yang diperoleh oleh siswa berbeda satu sama lain. Karena kebiasaan belajar merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh siswa dalam belajar yang terjadi secara terus menerus ketika siswa tersebut belajar salah satu kegiatan yang dilakukan adalah membaca buku pelajaran. Saat siswa membaca buku, siswa harus berkonsentrasi agar materi yang dibacanya dapat di pahami dan siswa dapat menyimpulkan isi dari materi tersebut. Jika kebiasaan belajar siswa baik maka siswa akan mendapat hasil belajar yang tinggi pula. Begitu juga sebaliknya jika siswa memiliki kebiasaan belajar yang buruk maka siswa akan mendapat hasil belajar yang rendah. Kebiasaan yang dimiliki oleh siswa sangat berbeda-beda, siswa memiliki cara atau teknik tersendiri untuk belajar. Ada siswa memiliki jadwal belajar yang dapat mempermudah dirinya untuk mengatur waktu belajarnya, Dengan adanya jadwal belajar yang dibuat oleh siswa maka siswa tidak akan menyia-yiakan waktu belajarnya untuk hal yang tidak penting.

Pada subyek penelitian, setelah diberikan layanan konseling kelompok dapat meningkatkan kebiasaan belajar. Hal ini dapat di tunjukkan dengan adanya peningkatan sebesar 36, 81 % pada kebiasaan belajar siswa. Pada subyek yang bernama Aldo, Evita, Jodi, Fathur, Ita, Mutiara, Pratama, Nadiefa, Adi, Nur, Solthan mereka dapat membuat jadwal belajar, membuat catatan dan rangkuman, membaca buku dan mengerjakan tugas dengan baik. Ini dilihat dari sudut pandang atau persepsi mereka dalam proses konseling kelompok.

Terjadi peningkatan pada setiap aspek kebiasaan belajar, ini terlihat dari subyek yang mengalami peningkatan pada aspek jadwal belajar yaitu Aldo, Nur, dan Solthan. Ketika pertemuan pertama yang membahas topik mengenai jadwal belajar mereka terlihat serius untuk mengikuti layanan konseling kelompok, mereka aktif dalam bertanya atau pun menanggapi permasalahan yang sedang dialami oleh temannya. Untuk aspek yang kedua yang mengalami peningkatan adalah Fathur dan Nadiefa.

Kedua siswa dan siswai ini mengalami peningkatan pada aspek membuat catatan dan rangkuman, ketika kegiatan konseling kelompok berlangsung mereka terlihat sangat antusias untuk memperhatikan dan mereka aktif dalam memberikan tanggapan kepada teman mereka yang sudah mengemukakan permasalahannya yang di bahas atau di selesaikan secara bersama-sama. Dan mereka juga mengambil hal-hal yang baik untuk dijadikan contoh bagi dirinya sendiri. Ketika konseling kelompok di pertemuan ketiga adanya peningkatan pada aspek membaca buku, anak-anak yang mengalami peningkatan di aspek ini adalah Evita, Jodi, Ita, Mutiara.

Kemudian di pertemuan yang terakhir yaitu di pertemuan yang keempat, ada anggota kelompok yang tidak mengalami peningkatan pada aspek mengerjakan tugas, anggota kelompok yang tidak mengalami banyak peningkatan adalah Jodi, di pertemuan pertama saat konseling kelompok Jodi mengalami peningkatan karena Jodi terlihat aktif dan bersemangat saat memberikan tanggapan maupun pendapat untuk membantu anggota yang lain dalam menyelesaikan permasalahannya, tetapi hal ini sangat berbeda ketika dipertemuan keempat Jodi

kurang aktif, karena kesehatan Jodi sedang menurun mengakibatkan Jodi lebih pasif dari pada pertemuan-pertemuan yang sebelumnya.

Kebiasaan belajar yang dimiliki oleh siswa sebelum diberikan *treatment* tergolong rendah setelah diberikan *treatment* kebiasaan belajar siswa menjadi sedang. Kebiasaan belajar yang sedang dan tinggi akan membantu keberhasilan siswa dalam proses belajar mengajar di sekolah maupun belajar di rumah. Seperti yang diungkapkan oleh Djaali (2012: 80) mengungkapkan kebiasaan belajar positif yaitu sebagai cara atau teknik yang menetap pada diri siswa pada waktu menerima pelajaran, membaca buku, mengerjakan tugas, dan pengaturan waktu untuk menyelesaikan tugas.

Dari uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa kebiasaan belajar positif adalah cara yang ada dalam diri siswa untuk menerima dan memahami proses belajar dan memiliki pengaturan waktu yang baik untuk belajar.

Kebiasaan belajar yang buruk di sebabkan oleh faktor yang berasal dari dalam diri siswa tersebut atau dari luar diri siswa itu sendiri. Faktor yang berasal dari diri sendiri adalah semangat dan motivasi dari diri siswa tersebut, ketika siswa memiliki semangat untuk belajar maka siswa tersebut akan belajar dengan tekun. Faktor yang berasal dari luar seperti orang tua, beliau sangat berperan dalam mengawasi atau memantau anak-anaknya khususnya dalam belajar, orang tua yang memiliki perhatian cukup kepada anaknya maka anak tersebut dapat memiliki rasa percaya dan di sayangi.

Tetapi jika orang tua yang di anggapnya sebagai tempat mencurahkan segala perasaan dan keinginan tidak memberikan kasih sayangnya secara penuh maka akan mempengaruhi pola pikir anak tersebut. Ini sesuai dengan pendapat Sularti (2008: 80)

Sebab keberhasilan anak di pengaruhi oleh dukungan dan kasih sayang yang di berikan oleh orang tuannya. Kasih sayang dan perhatian orang tua yang kurang dicurahkan kepada anaknya yaitu orang tua kurang dapat mencurahkan perhatian dan kasih sayang pada anaknya, anak merasa ditelantarkan, disia-siakan, merasa bahwa dirinya tidak berarti.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan keberhasilan seorang siswa tidak terlepas dari kasih sayang yang diberikan oleh orang tua siswa karena kasih sayang yang diberikan dapat mempengaruhi diri siswa.

Dalam meningkatkan kebiasaan belajar, peneliti menggunakan layanan konseling kelompok. Layanan konseling kelompok merupakan layanan yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk membahas dan menyelesaikan permasalahan yang dialami siswa melalui dinamika kelompok. Layanan konseling kelompok tepat untuk digunakan sebagai salah satu bentuk layanan untuk menyelesaikan masalah kebiasaan belajar.

Anggota kelompok mengalami peningkatan kebiasaan belajar karena dalam layanan konseling kelompok terdapat dinamika kelompok yang mempengaruhi sikap dari anggota kelompok, dengan dinamika kelompok para anggota kelompok dilatih untuk saling memberikan saran kepada anggota kelompok, saling mengeluarkan pendapat dengan kemampuan yang mereka miliki, anggota kelompok juga dapat mencontoh hal yang baik dari pendapat- pendapat anggota kelompok yang dapat diterapkan di dirinya sendirinya dan saling terbuka satu sama lain sehingga anggota kelompok dapat lebih bertanggung jawab, serta lebih antusias dalam menerima tantangan.

Hasil perbandingan *pretest* dan *posttest* menunjukkan terdapat perbedaan sebelum dan setelah diberikan *traetment* menggunakan konseling kelompok. Hal ini menunjukkan bahwa menggunakan konseling kelompok dapat meningkatkan kebiasaan belajar. Seperti yang dikemukakan oleh Sukardi (2008 : 68) layanan konseling kelompok adalah layanan bimbingan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dapat mengungkapkan permasalahan yang dialami dan dibahas secara bersama-sama kemudian diselesaikan melalaui dinamika kelompok.

Oleh karena itu konseling kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan kebiasaan belajar siswa karena dengan adanya dimanika kelompok setiap anggota kelompok dapat berinteraksi untuk bertukar pendapat dalam pengentasan kebiasaan belajar.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan uji-*wilxocon*, $Z_{hitung} = -2,398 < Z_{tabel} = 11$ maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima, artinya penggunaan teknik modeling dalam layanan konseling kelompok dapat meningkatkan kebiasaan belajar pada siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Metro.

SARAN

Setelah penulis menyelesaikan penelitian, membahas dan mengambil kesimpulan dari penelitian ini, maka dengan ini penulis mengajukan saran sebagai berikut:

1. Kepada guru bimbingan dan konseling
Guru pembimbing dapat mengadakan kegiatan layanan konseling kelompok menggunakan teknik modeling jika berkaitan dengan perilaku siswa.
2. Para peneliti
Para peneliti dapat menggunakan teknik lain, selain teknik modeling untuk digunakan dalam konseling kelompok.
3. Kepada siswa
Siswa hendaknya mengikuti contoh yang ada, khususnya untuk kebiasaan belajar yang baik dalam kegiatan layanan konseling kelompok yang menggunakan teknik modeling.

DAFTAR PUSTAKA

Aunurrahman. 2009. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta

Arikunto, Suharsimi. 2000. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Djaali. 2012. *Psikologi Pendidikan*. Bumi Aksara. Jakarta.
- Freist, Jess dkk. 2011. *Teori Kepribadian Theories of personality*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Khodijah, Nyayu. 2006. *Psikologi Belajar*. Palembang: IAIN Raden Fatan Press
- Latipun. 2008. *Psikologi Konseling: edisi ketiga*. Malang: UNM Press.
- Prayitno. 1999. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Sarwono, Jonathan. 2006. *Metode Penelitian Kuntitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Slameto. 2008. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuntitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta. Bandung.
- Sukardi, Dewa Ketut. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sularti. 2008. *Program Bimbingan dan Konseling untuk Mengembangkan Sikap dan Kebiasaan Belajar Siswa*. Bandung: SPS PBK UPI.
- Syah, Muhibbin. 2009. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Winkel. 1996. *Psikologi Pengajaran*. Jakarta: Grasindo.