

Teknik Behavioral Rehearsal Terhadap Peningkatan Tanggung Jawab Belajar Di Era Pandemi Covid-19

Susmawati Surya Asih¹, Purwati², Sugiyadi³
^{1,2,3} Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia
Email: susmawati99@gmail.com

Article Info

Received:
8 Maret 2022
Accepted:
25 Mei 2022
Published:
30 September 2022

Kata Kunci:
behavioral
rehearsal; konseling
kelompok;
tanggung jawab
belajar

Keywords:
behavioral
rehearsals; group
counselin; learning
responsibility

Abstrak

Menguji adanya pengaruh konseling kelompok dengan teknik behavioral rehearsal terhadap peningkatan tanggung jawab belajar siswa di era pandemi covid-19 merupakan tujuan dari penelitian ini, desain one group pretest dan posttest digunakan dalam penelitian tersebut. Teknik pengambilan dalam penelitian ini menggunakan Purposive sampling yaitu dengan siswa SMP Islam Sarbini Grabag yang memiliki karakteristik tanggung jawab belajar rendah menggunakan sampel sebanyak 8 orang. Dilakukan dengan menggunakan angket tanggung jawab belajar pada metode pengumpulan data. Analisis parametrik paired sampel t-test digunakan dalam metode analisis data. Penelitian ini berhasil membuktikan bahwa konseling kelompok dengan teknik behavioral rehearsal berpengaruh terhadap peningkatan tanggung jawab belajar di era pandemi covid-19. Hasil uji t sampel berpasangan dibuktikan dengan nilai probabilitas sig(2-tailed) $0,000 < 0,0005$ Terdapat perbedaan skor rata-rata skala tanggung jawab belajar sebesar 37,68% antara pretest dan posttest pada hasil pembahasan dan analisis data. Kesimpulan pada hasil penelitian ini bahwa konseling kelompok dengan teknik behavioral rehearsal berpengaruh terhadap peningkatan tanggung jawab belajar siswa di era pandemic covid-19.

Abstract

Testing the effect of group counseling with behavioral rehearsal techniques on increasing student learning responsibilities in the era of the covid-19 pandemic is the purpose of this study, one group pretest and posttest designs were used in this study. The sampling technique used in this study was purposive sampling, namely the Sarbini Grabag Islamic Junior High School students who had low learning responsibility characteristics using a sample of 8 people. It is carried out by using a learning responsibility questionnaire on the data collection method. Parametric analysis of paired sample t-test was used in the data analysis method. This research has succeeded in proving that group counseling with behavioral rehabilitation techniques has an effect on increasing learning responsibilities in the era of the covid-19 pandemic. The results of the paired sample t test are proven by the probability value of sig(2-tailed) $0.000 < 0.0005$ There is a difference in the average score of the learning responsibility scale of 37.68% between the pretest and posttest on the results of the discussion and data analysis. The conclusion from the results of this research is that group counseling with behavioral rehearsal techniques has an effect on increasing student learning responsibilities in the Covid-19 pandemic era.

PENDAHULUAN

Pada tahun 2021 akibat dari masa pandemic covid-19 mengharuskan pembelajaran dilakukan secara daring. Masa pandemi orang tua mempunyai peranan penting untuk anak supaya minat belajar tidak menurun. Membentuk generasi muda yang berkualitas dengan beberapa aspek yang dapat mengurangi dan memperkecil penyebab berbagai masalah budaya dan karakter bangsa diharapkan dapat dilalui dengan mengembangkan sikap pendidikan karakter. (Afdhila, Setiawan, & Martati, 2021).

Pendidikan karakter sangat penting diterapkan pada generasi muda. Pendidikan karakter dapat berupa sikap tanggung jawab. Tanggung jawab merupakan perilaku dan sikap individu dalam menjalankan tugas dan kewajibannya. Sikap dan perilaku dapat diambil terhadap pribadi sendiri, lingkungan (alam, masyarakat dan budaya), negara dan Tuhan Yang Maha Esa. (Abbas, 2014)

Menjalankan kewajiban dan tugasnya yang terbaik mungkin dengan menyesuaikan lima jenjang ranah afektif, yaitu penerimaan, partisipasi, penilaian, organisasi, dan pembentukan pola hidup yang diwujudkan berupa sikap atau perilaku merupakan pengertian dari sikap tanggung jawab. (Ariantini & turdjai, 2020). Menjalankan kewajiban baik untuk diri sendiri maupun orang lain merupakan kesadaran penuh individu untuk bertanggung jawab.

Charli, Ariani, & Asmara, (2019) mengemukakan bahwa sebuah proses yang menghasilkan perubahan yang bersifat menetap dan menyeluruh sebagai hasil dari adanya respon individu terhadap situasi tertentu disebut belajar. Ilmu pengetahuan, kecakapan, keterampilan, tingkah laku, sikap, kepribadian, pola pikir, merupakan dari wujudan dari perubahan.

Kewajiban yang harus ada pada individu dalam melaksanakan tugas belajarnya dalam meraih prestasi akademik maupun non akademik yang diawali dengan harapan untuk dapat dijadikan sebagai modal yang disebut tanggung jawab belajar. Selalu bersikap optimis dan kosekuen terhadap kewajiban belajarnya memicu siswa akan terus berusaha dan menjaga dirinya yang nantinya akan berdampak pada pencapaian keberhasilan dalam prestasi akademik maupun prestasi non akademik termasuk dalam mewujudkan pribadi yang cerdas, bertanggung jawab, terampil, berkarakter dan berkepribadian luhur perilaku tersebut merupakan contoh sikap bentuk implementasi rasa tanggung jawab dalam belajar, (Asmara, 2021).

Tanggung jawab belajar merupakan sikap dan perilaku menjalankan kewajiban belajar sesuai dengan kesadaran individu, dan apabila kewajiban belajar tidak dilaksanakan akan menerima konsekuensinya sendiri. Perilaku tanggung jawab belajar dapat dilakukan dengan mengerjakan tuags tanpa disuruh, menegerjakan ujian dengan jujur, mengumpulkan tugas tepat waktu, bersikap proaktif dalam belajar, berani menanggung konsekuensi dari hasil belajar, dan sebagainya. Tujuan dari

tanggung jawab belajar adalah menciptakan perilaku untuk memenuhi kebutuhan individu dengan menjalankan tugas belajar secara sukarela dalam meraih prestasi belajar dan menumbuhkan pribadi yang bertanggung jawab.

Natalie Douglas (Lickona, 2016) mengajarkan kepada siswa lima asas tanggung jawab, yaitu: Jika saya bekerja dengan baik, saya akan memperoleh kredibilitas., dan jika saya bekerja dengan buruk, saya akan bertanggung jawab atas tindakan saya, tanpa menyalahkan orang lain saya harus menanggung konsekuensinya. Berdasarkan apa yang telah saya pelajari yang tidak dapat dilakukan oleh siapa pun saya berani bertanggung jawab. Saya bertanggung jawab atas perhatian dan rasa hormat saya. Saya bertanggung jawab atas kelas dan sekolah saya, atas lingkungan saya bertanggung jawab saya bertanggung jawab untuk berperilaku peduli dan orang lain dapat menikmati lingkungan saya.

Tanggung jawab belajar rendah sangat berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa. Faktor utama tanggung jawab belajar rendah adalah kurangnya kesadaran untuk meraih prestasi belajar dengan melaksanakan hak dan kewajibannya. Prestasi belajar sendiri sebagai tolak ukur keberhasilan proses pembelajaran siswa. Faktor-faktor yang mempengaruhi kinerja belajar yaitu: keadaan fisik mengalami sakit, gangguan kondisi psikis siswa, perhatian orang tua, keharmonisan keluarga, status ekonomi keluarga, lingkungan sekolah dan fasilitas penunjang berupa keterampilan guru dalam menyampaikan materi (Nikmah, 2018).

Usaha untuk menerapkan sikap tanggung jawab belajar siswa dapat dilakukan dengan meningkatkan mutu kualitas pendidikan yang tinggi melalui kerjasama dari beberapa yang terlibat yaitu dari pihak sekolah dan peran orang tua. Usaha yang mampu dilaksanakan siswa dengan menerapkan kebiasaan untuk disiplin dalam belajar, mengembangkan kemandirian siswa belajar baik didalam atau diluar pengawasan guru, bersikap aktif dan perhatian terhadap semua pelajaran, mempunyai motivasi tinggi untuk menuntut ilmu, bersikap optimis saat menghadapi kesulitan dalam belajar, dan memiliki ketrampilan belajar yang efektif.

Berdasarkan hasil wawancara tentang tanggung jawab belajar dengan guru Bimbingan dan Konseling SMP Islam Sarbini Magelang, Pada hari Senin tanggal 8 Februari 2021 diperoleh informasi dari 240 siswa terdapat 96 siswa yang mengalami perilaku tanggung jawab rendah. Hasil analisis DCM yang disebarkan kepada siswa kelas VIII yang berjumlah 45 siswa menunjukkan bahwa masalah paling tinggi pada bidang belajar. Masalah tanggung jawab belajar siswa diantaranya: siswa perlu memahami materi pembelajaran sedangkan waktu untuk berinteraksi langsung dengan guru dan teman-teman yang sebaya terbatas, kuota internet yang terbatas, adanya penyalahgunaan terhadap mengaplikasikan gadget, tidak semua siswa mempunyai gadget dengan spesifikasi canggih, terlambat mengumpulkan tugas hingga berhari-hari, dan sering membolos sekolah.

Peningkatan tanggung jawab belajar yang dapat diupayakan sekolah adalah

dengan mengadakan kegiatan belajar dan mengajar via daring dan luring. Satu minggu daring satu minggu luring. Hal ini dapat membantu siswa SMP Islam Sarbini yang terkendala fasilitas gadget. Kegiatan belajar dan mengajar secara luring tidak berlaku bagi siswa yang mempunyai fasilitas memadai dan jaringan signal kuat. Akan tetapi sikap tanggung jawab belajar siswa di SMP Islam Sarbini belum mengalami peningkatan masih ada beberapa siswa yang enggan hadir di sekolah untuk menyelesaikan tugas belajar sering membolos saat kegiatan belajar luring ataupun daring sehingga masih banyak tugas yang menumpuk dan belum terselesaikan dengan tepat waktu. Melihat hal tersebut, penulis bermaksud melakukan kegiatan layanan konseling kelompok menggunakan teknik behavioral rehearsal sebagai upaya meningkatkan sikap tanggung jawab belajar siswa.

Rasimin dan Hamdi (2018) menjelaskan konseling kelompok adalah perlakuan kelompok dengan bertujuan bantuan kepada konseli untuk mengentaskan masalah yang dialami dalam kehidupan sehari-hari. Menekankan pada proses perbaikan dan realisasi secara maksimal merupakan bagian dari kegiatan konseling kelompok yang sering dilakukan.

Konseling kelompok untuk menangani konseli saat kondisi normal, yaitu tidak memiliki gangguan kepribadian dan hanya dapat memberikan konseling jangka pendek atau jangka menengah.

Behavioral rehearsal merupakan teknik dari salah satu yang diturunkan dari terapi perilaku. Thorpe & Olson berpendapat bahwa teknik ini awalnya disebut terapi psikodrama behavioris, yaitu perpaduan teknik psikodrama dari moreno, terapi conditioned reflex (reflek terkondisi), fixed role therapy dari Kelly dan Salter (Edford, 2017). Behavioral Rehearsal merupakan teknik konseling yang menggunakan pelatihan berulang atau terus menerus, sehingga konseli dapat menguasai keterampilan interpersonal atau perilaku lain yang sesuai (Mahmud & Sunarty, 2012: 11-12). Teknik ini dapat dilakukan dengan cara latihan dan bermain peran untuk menciptakan perilaku baru dengan menghilangkan perilaku negatif.

Hasnida, (2016) menekankan bahwa tujuan konseling perilaku bergantung pada masalah masing-masing anggota. Rumusan tujuan bersifat spesifik, di mana konseli akan diterapkan, dan menampilkannya dalam bentuk tingkah laku. Tujuan keseluruhan dari konseling kelompok adalah untuk membantu anggota kelompok mempelajari perilaku yang lebih efektif, dan tujuan spesifiknya adalah untuk membantu anggota mempelajari perilaku pribadi tertentu berdasarkan keunikan klien. Teknik behavioral rehearsal dirancang untuk membantu konseli mempelajari keterampilan interpersonal yang efektif atau perilaku yang sesuai.

Manfaat dari konseling kelompok menggunakan behavioral rehearsal adalah ajakan konselor terhadap anggota kelompok untuk dapat mengemukakan pendapat dan membahas topik-topik penting terkait masalah belajar siswa di era pandemi covid-19, serta melakukan latihan sebagai bentuk meningkatkan kesadaran tanggung jawab

belajar siswa saat konseling berlangsung. Pentingnya teknik behavioral rehearsal dalam layanan konseling kelompok yaitu sebuah bantuan yang mampu menyadarkan siswa dengan perwujudan latihan yang dilakukan siswa. Konselor membantu konseli untuk merespon hal-hal baru untuk menerapkan perilaku kebiasaan belajar dengan baik dan meninggalkan kebiasaan buruk belajar yang selama ini menurunkan sikap tanggung jawab sehingga kedepannya diharapkan konseli dapat meningkatkan prestasi belajarnya dengan rajin mengembangkan potensi yang dimiliki. Hasil belajar konseli yang tidak adaptif dihilangkan, serta tingkah laku yang lebih efektif dapat diperoleh.

Kelebihan dari teknik behavioral rehearsal adalah menampilkan perilaku yang mirip dengan keadaan sesungguhnya dengan tingkah laku yang dibentuk dari proses latihan/ gladi. Menjadikan koreksi, refleksi, dan balikan yang diperoleh dari konselor dalam usaha memahami apa yang semestinya dilakukan dan dikatakan konseli. Konseli dengan melakukan latihan dengan keadaan sebenarnya dapat mengubah perilaku dengan cepat dan mampu memperoleh perilaku baru yang lebih efektif.

Saman & Bakhtiar, (2020) melakukan penelitian dengan hasil yang menunjukkan bahwa kecemasan sosial siswa dapat diatasi melalui konseling kelompok dengan teknik behavior rehearsal. Teknik behavior rehearsal bersifat informatif dan praktis dalam pengembangan pengetahuan. Siswa cemas saat menghadapi ujian, merasa tegang dalam keadaan tertentu, merasa takut pada pikirannya, kesulitan konsentrasi pada pelajaran, ingatan yang buruk dapat teratasi dibuktikan dengan sesudah pemberian layanan konseling kelompok teknik behavior rehearsal terjadi perubahan yang signifikan. Penelitian ini diyakini bahwa untuk institusi pendidikan diperkenalkan terutama untuk mengalami masalah kecemasan sosial.

Penelitian yang sudah dilakukan oleh Ningrum & Diniaty, (2020) penelitian ini menghasilkan bahwa pengembangan layanan bimbingan konseling terhadap tanggung jawab belajar siswa SMK Darel Hikmah pekanbaru meningkat setelah adanya tindak lanjut guru BK namun disini guru BK harus dapat mencari solusi yang efektif untuk melaksanakan tindakan lanjutan pemberian layanan. penelitian ini tidak cukup mengatasi apabila layanan BK tidak dikembangkan lebih spesifik dan dilakukan secara sama tanpa adanya variasi terbaru dalam menangani tanggung jawab belajar.

Penelitian di atas yang menjadikan dasar penulis untuk dapat membuktikan bahwa penelitian ini sebagai penemuan terbaru yang relevan bahwa peningkatkan tanggung jawab belajar siswa sangat tepat apabila menggunakan teknik behavioral rehearsal. Penelitian lain yang sudah dilakukan hanya mendiagnosis tingkat tanggung jawab belajar namun kurangnya intervensi pada teknik konseling yang diberikan sehingga penulis memfokuskan dalam penelitian ini menggunakan teknik behavior rehearsal sebagai intervensi masalah konseli yang tepat. Bantuan agar konseli berperilaku yang diharapkan ke dalam sebuah ranah alamiah merupakan suatu teknik terapi perilaku dari teknik behavioral rehearsal.

Berdasarkan uraian diatas hal ini yang mendasari peneliti melakukan layanan

konseling kelompok menggunakan teknik behavioral rehearsal untuk meningkatkan tanggung jawab belajar siswa di era pandemi covid-19. Pemberian konseling kelompok dengan teknik behavioral rehearsal merupakan upaya peneliti melakukan intervensi kepada siswa SMP Islam Grabag untuk meningkatkan tanggung jawab belajar dengan menghilangkan perilaku 'maladapted' melalui latihan sebagai refleksi dan koreksi diri untuk perilaku yang lebih efektif.

METODE

Pendekatan kuantitatif metode eksperimen dengan One Group Pretest-Post Test Design Penelitian ini direncanakan menggunakan pendekatan desain eksperimen semu dikarenakan akan menguji konseling kelompok dengan pendekatan behavioral rehearsal untuk meningkatkan tanggung jawab belajar siswa di era pandemi Covid 19. Keunggulan menggunakan desain ini adalah dapat menentukan seberapa perbedaan yang ada setelah pemberian perlakuan sehingga dapat memberikan hasil yang signifikan dalam penelitian yang dilakukan. Siswa kelas VII SMP Islam Sarbini Grabag menjadi subjek dalam penelitian ini.

Peneliti menyusun butir item pada angket tanggung jawab belajar berdasarkan indikator- indikator yang menjabarkan dari 10 aspek dimana aspek tersebut didapatkan menurut teori Joseph Peter Dowd. Jenis kuesioner dengan pemberian skor angket yang menggunakan skala likert digunakan peneliti serta mengembangkan kisi-kisi tentang aspek tanggung jawab belajar serta jumlah masing-masing item favourable dan item Unfavourable. Aspek-aspek dari skala tanggung jawab belajar diantaranya yaitu: berani menanggung konsekuensi, kontrol diri, menentukan tujuan dan perencanaan, memiliki sikap mandiri, memiliki sikap positif, melakukan kewajiban, mencapai hasil yang baik, bersikap proaktif, tekun, dan reflektif. Peneliti juga menggunakan observasi dan wawancara untuk menagmati dan mengetahui garis besar permasalahan tanggung jawab belajar. Hasil Uji validitas dan reabilitas skala tanggung jawab menunjukkan bahwa terdapat 1 item yang gugur dari 70 item angket tersebut. Adapun hasilnya dapat dilihat pada tabel tersebut:

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	98	99.0
	Excluded ^a	1	1.0
	Total	99	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
------------------	------------

.957	69
------	----

Tabel 1. Hasil Uji Reabilitas

Beberapa tahap yang dapat dilakukan peneliti yaitu: (1) melakukan pretest pada anggota kelompok sebelum dilakukan intervensi berupa layanan konseling kelompok (2) dilaksanakan kegiatan untuk peningkatan tanggung jawab belajar siswa di era pandemi covid-19 melalui layanan kegiatan konseling kelompok dengan teknik behavioral rehearsal dengan melakukan perubahan perilaku baru melalui bermain peran/ latihan, (3) melakukan posttest kepada kelompok eksperimen, (4) melalui uji paired sample t test dapat teranalisis antara perbandingan hasil pretest dan posttest

Teknik analisa parametrik dengan uji Paired Sampel T test digunakan untuk menganalisa data kuantitatif dalam penelitian ini. Perbedaan skor pretest dan post-test dapat terlihat saat melakukan uji Paired Sampel T test pada kelompok eksperimen. Teknik analisis ini dipilih untuk mengetahui bahwa teknik behavior rehearsal melalui layanan konseling kelompok mampu meningkatkan tanggung jawab belajar siswa di era pandemi covid-19.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Upaya pemberian bantuan konselor kepada konseli untuk dapat menyelesaikan permasalahan dan mengembangkan potensi yang dimiliki merupakan kegiatan konseling kelompok dengan teknik *behavioral rehearsal* untuk meningkatkan tanggung jawab belajar siswa di era pandemi covid-19 menyusun rencana dan keputusan serta mampu memahami diri sendiri, orang lain, dan lingkungannya dapat dilakukan individu untuk meningkatkan perilaku yang lebih efektif.

Uji normalitas, uji homogenitas, dan uji beda paired sample t test. Hasil uji paired sampel t-test menyimpulkan bahwa konseling kelompok menggunakan teknik *behavioral rehearsal* berpengaruh terhadap peningkatan tanggung jawab belajar siswa di era pandemic covid19. Perbedaan signifikansi hasil sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dapat diukur melalui hasil analisis uji t-test setelah melakukan eksperimen. Berikut adalah hasil uji T-test Beda *Pretest* dan *Posttest*.

		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest	179.8750	4.76408	1.68436
	Posttest	247.5000	3.20713	1.13389

Paired Samples Correlations

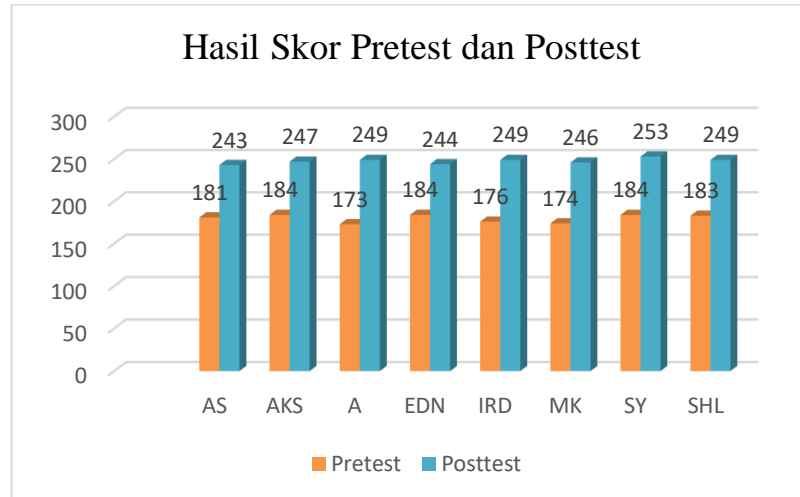
		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pretest & Posttest	8	-.014	.974

		Paired Differences				T	df	Sig. (2-tailed)
		Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pretest - Posttest	67.625	5.780	2.043	72.457	62.792	33.091	7	.000

Tabel 2. Hasil Analisis Uji t-test

Hal tersebut didasarkan dari hasil uji paired sampel t-test yang menunjukkan probabilitas asymp sig (2-tailed) < 0.05 maka H₀ ditolak dan H_a diterima, sedangkan jika probabilitas asymp sig (2-tailed) > 0.05 maka H_a ditolak dan H₀ diterima. Hasil penelitian tersebut ditunjukkan melalui hasil peningkatan sebesar 37.68%. Adapun data perbandingan dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 3. Hasil Perbandingan Pretest dan Posttest



Gambar 1. Hasil Perbandingan Pretest dan Postes

Usaha pemberian bantuan konselor kepada konseli untuk dapat menyelesaikan permasalahan dan mengembangkan potensi yang dimiliki, individu dapat meningkatkan perilaku yang efektif dalam menyusun rencana dan keputusan serta mampu terbentuk pemahaman antara dengan dirinya sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitarnya merupakan inti kegiatan dari konseling kelompok dengan Teknik behavioral rehearsal terhadap peningkatan tanggung jawab belajar siswa di era pandemic covid-19.

Peningkatan tanggung jawab belajar siswa secara keseluruhan dapat diketahui melalui hasil perbandingan pretest posttest yaitu 32.60% menjadi 43.93 %. Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk bermain peran/ latihan sikap yang menunjukkan peningkatan tanggung jawab belajar. Anggota kelompok dapat menciptakan perilaku baru berupa sikap mandiri dan positif dalam belajar, menanggung konsekuensi belajar, mampu mengendalikan diri untuk menentukan rencana dan tujuan belajar, melaksanakan kewajiban belajar untuk mencapai hasil yang baik, mengembangkan sikap proaktif dalam belajar, tekun dan dapat mengambil hikmah dari proses belajar.

Pembahasan

Peningkatan tanggung jawab belajar dapat menciptakan perilaku baru. Individu yang awalnya malas, kecanduan game online, keterbatasan kuota internet, pasif dalam mengikuti proses pembelajaran sekarang mampu berubah menjadi lebih giat belajar, tidak menunda-nunda tugas, mengatur waktu belajar dengan tepat, jujur saat mengerjakan ujian, mampu merencanakan sekolah lanjutan baik di SMA/SMA, dapat memahami konsekuensi hasil belajar, bersikap mandiri dalam belajar tidak menggantungkan teman, mengurangi bermain game, dapat melaksanakan kewajiban belajar tanpa disuruh, lebih efektif dalam menggunakan kuota internet, memanfaatkan waktu untuk membaca dan mencari referensi baru, lebih aktif dikelas dengan sering diskusi dan bertanya kepada guru mata pelajaran, dan mampu mengambil hikmah dari proses belajar. Hasil evaluasi dan penugasan yang dikerjakan siswa dapat disimpulkan bahwa siswa dapat memahami materi dan mengaplikasikan perilaku meningkatkan tanggung jawab belajar di era pandemi

Mardani, Kusumaningtyas & Putro, (2021) melakukan sebuah penelitian yang menunjukkan bahwa pendekatan behavior dapat menghilangkan perilaku negatif dan efektif untuk meningkatkan tanggung jawab belajar. Konseli lebih mampu memprioritaskan belajarnya dan mengikuti pelajaran daring tanpa diingatkan. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang sudah dilaksanakan bahwa teknik behavior rehearsal efektif meningkatkan tanggung jawab belajar. Penelitian yang dilakukan Pratiwi, (2019) juga mendukung penelitian ini dengan adanya pengaruh terhadap peningkatan rasa percaya diri melalui kegiatan layanan konseling kelompok dengan teknik behavioral rehearsal. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil peningkatan perolehan skor 59,375 menjadi 87,375 sehingga terdapat perubahan positif setelah diberikan teknik behavioral rehearsal. Siswa yang mempunyai rasa percaya diri tinggi akan mampu mengembangkan potensi dengan optimal tanpa rasa takut dan cemas. Peserta didik menjadi lebih bisa mengendalikan mental saat mempresentasikan hasil diskusi belajar bersama temannya. Berdasarkan penelitian di atas menjadi dasar penguat peneliti sebagai penemuan terbaru. Hasil uji paired sample t-test menunjukkan

bahwa Nilai probabilitas sig (2-tailed) $0,000 < 0,005$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga membuktikan bahwa teknik behavioral rehearsal berpengaruh terhadap peningkatan tanggung jawab belajar siswa di era pandemi covid-19. Kelebihan teknik behavioral rehearsal antara lain: membantu anggota kelompok menciptakan perilaku baru yang lebih efektif dan dari konselor mengetahui apa yang seharusnya dia lakukan, pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk berperilaku sesuai dengan keadaan sebenarnya sehingga perubahan dapat terjadi sesuai dengan keadaan.

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah tidak semua individu dapat menciptakan perilaku baru dengan cepat sehingga peneliti memberikan umpan balik supaya dengan teknik behavioral rehearsal individu dapat merangsang dengan tepat terkait perilaku yang lebih efektif untuk meningkatkan tanggung jawab belajar. Adanya kesepakatan terkait perilaku-perilaku hasil dari bermain peran dan latihan untuk rutin diterapkan dalam kehidupan sehari-hari sehingga biasanya berperilaku positif dalam belajar dilakukan secara berkelanjutan. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan memperbanyak atau memperluas ketrampilan konselor dalam menangani masalah tanggung jawab belajar dengan teknik behavior rehearsal. Hal tersebut dapat dilakukan dengan cara memberikan pemahaman lebih dalam lagi kepada konseli misalnya dengan bantuan media BK, lebih banyak dilakukan latihan, melakukan bermain peran secara objektif supaya semua anggota kelompok dapat merespon dengan cepat dan menciptakan perilaku baru untuk meninggalkan perilaku sebelumnya sehingga peningkatan tanggung jawab belajar dapat terealisasi lebih luas.

SIMPULAN

Penelitian ini menghasilkan bahwa konseling kelompok dengan teknik behavioral rehearsal berpengaruh terhadap peningkatan tanggung jawab belajar di era pandemi covid-19 dengan dibuktikan adanya perubahan pada anggota konseling kelompok. Terjadi perubahan skor setelah anggota kelompok diberikan perlakuan teknik behavioral rehearsal. Perilaku tersebut diantaranya adalah siswa menjadi lebih giat belajar yang awalnya malas belajar, mengurangi kebiasaan menunda-nunda tugas, terlatih untuk mengatur waktu belajar dengan efektif, jujur saat mengerjakan ujian, mampu merencanakan sekolah lanjutan baik di SMA/SMA, dapat memahami konsekuensi hasil belajar, bersikap mandiri dalam belajar, mengurangi bermain game, dapat melaksanakan kewajiban belajar atas kesadaran diri sendiri, lebih efisien dalam menggunakan kuota internet, memanfaatkan waktu untuk membaca dan mencari referensi baru, bersikap proaktif di kelas dengan sering diskusi dan bertanya kepada guru mata pelajaran, dan mampu mengambil hikmah dari proses belajar. Hasil penelitian disimpulkan konseling kelompok dengan teknik behavioral rehearsal berpengaruh terhadap peningkatan tanggung jawab belajar siswa di era pandemi covid-19.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih saya sampaikan kepada SMP Islam Sarbini Grabag yang telah berkenan memberikan kesempatan untuk melakukan kegiatan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Abbas, E. (2014). Pendidikan Karakter. Bandung: Wahana Jaya Abadi.
- Afdhila, H. Q., Setiawan, F., & Martati, B. (2021). Upaya Guru Dalam Membentuk Karakter Tanggung Jawab Siswa Di Era Pandemi Covid-19. *Jurnal Ikatan Alumni PGGSD UNARS*, 173-183. <https://dik.si/FSdR7>
- Ariantini, N., & turdjai. (2020). Penerapan Model Experiential Learning Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab dan Prestasi Belajar. *Jurnal Ilmiah Teknologi Pendidikan*, 115. <https://dik.si/uoBUH>
- Asmara, T. (2021). Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Self Management . *Jurnal Prakarsa Paedagogia* , 97. <https://dik.si/Jb92x>
- Charli, L., Ariani, T., & Asmara, L. (2019). Hubungan Minat Belajar Terhadap Prestasi Belajar Fisika. *Science and Phsics Education Journal*, 55. <https://dik.si/axkji>
- Edford, B. (2017). 40 Teknik Yng Harus Diketahui Setiap Konselor. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hasnida, N. L. (2016). *Konseling Kelompok*. Jakarta: Kencana.
- Lickona, T. (2016). *Character Matters*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Mahmud, A., & Sunarty, K. (2012). *Mengenal Teknik-Teknik Bimbingan Dan Konseling*. Makassar: Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar.
- Mardani, C. A., Kusumaningtyas, L. E., & Putro, E. A. (2021). Efektivitas Penggunaan Konseling Individu Dengan Pendekatan Behavior Terhadap Sikap Tanggung Jawab Belajar Pada Anak Bungsu Dikelurahan Sumber, Kecamatan Banjarsari Tahun 2021. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 11-21. <https://dik.si/FxHXX>
- Nikmah, R. R. (2018). *Bimbingan Konseling Berbasis Evaluasi dan Supervisi*. Yogyakarta: Araska.
- Ningrum, L. P., & Diniaty, A. (2020). Tanggung Jawab Belajar Siswa Dan Pengembangannya Melalui Layanan Bimbingan Konseling. *Jurnal Adminitrasi Pendidikan dan Konseling Pendidikan*, 13-17. <https://dik.si/yQpcT>
- Pratiwi, R. (2019). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik Behavioral Rehearsal Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Kelas VIII SMPN 1 Jati Agung. *Repository Radenintan*, 99-102. <https://dik.si/U5rlj>
- Rasimin, & Hamdi, M. (2018). *Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Saman, A., & Bakhtiar, M. I. (2020). Pengaruh teknik behavioral rehearsal melalui konseling kelompok dalam mengatasi kecemasan sosial siswa. *The International Journal of Counseling and Education*, 15-22. <https://dik.si/oa59T>.