# PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK MODELING TERHADAP RENDAHNYA DISIPLIN BELAJAR SISWA XI MAN 1 KULON PROGO TAHUN AJARAN 2025/2026

**Annisa Nur Kusumawati**
**M. Jumarin**
**Edy Cahya Saputra**
*Bimbingan dan Konseling, IKIP PGRI WATES*

***ABSTRAK***

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Behavioral Dengan Teknik Modeling Terhadap Rendahnya Disiplin Belajar Siswa Kelas XI MAN 1 Kulon Progo Tahun Ajaran 2025/2026. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen tidak murni (Pre-experimental Design (non design) ), dengan bentuk eksperimen One-Grup Pretest-Posttest Design. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 6 siswa sebagai kelompok eksperimen. Metode analisis data dilakukan dengan menggunkan angket disiplin belajar. Uji validitas instrument angket disiplin belajar dengan menggunakan rumus product moment, dari 40 item disiplin belajar terdapat 7 butir yang gugur. Sedangkan uji reliabilitas menggunakan rumus Cronbach alpha, diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,888 dengan klasifikasi tinggi. Teknik analisis data menggunakan uji Wilcoxon Statistik Non Parametik. Hasil uji Wilcoxon diperolah dengan nilai -2,207 dengan signifikan 0,027 lebih kecil dari 0,05, dengan demikian hipotesis (Ha) yang menyatakan ada pengaruh layanan konseling kelompok pendekatan behavioral dengan teknik modeling terhadap rendahnya disiplin belajar siswa kelas XI MAN 1 Kulon Progo tahun ajaran 2025/2026 diterima. Berdasarkan kesimpulan di atas saran yang diberikan untuk guru BK diharapkan dapat mengoptimalkan layanan konseling kelompok dengan teknik modeling dengan harapan disiplin belajar siswa semakin meningkat.*

***Kata Kunci:*** *Layanan Konseling Kelompok Modeling Rendahnya Disiplin Belajar*

## PENDAHULUAN

Tujuan Negara Indonesia dalam dunia pendidikan tercantum dalam alenia keempat pembukaan Undang- Undang Dasar Negara Republik Indonesia yang berbunyi "mencerdaskan kehidupan bangsa". Hal ini berarti tujuan negara bermaksud untuk memastikan agar seluruh warga Negara Indonesia memiliki kesempatan dan akses pendidikan yang layak dan berkualitas. Pendidikan berkualitas yang diselenggarakan melalui sekolah diharapkan mampu menciptakan lulusan yang unggul dalam bidang akademik maupun non-akademik. Selain itu pendidikan yang berkualitas juga dapat memberikan bekal pada siswa agar dapat mencapai potensi dan bakatnya dengan maksimal. Menurut Wijaya, Ari, Japar, dan Yuhenita (2022: 106) pendidikan bertujuan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa serta untuk meningkatkan harkat dan martabat manusia yang diharapkan dapat tercapai peningkatan kehidupan manusia ke arah yang sempurna. Menurut Mulyasa (2013)

Pendidikan bertujuan untuk membentuk karakter peserta didik, termasuk disiplin, yang merupakan faktor utama dalam mencapai keberhasilan akademik dan kehidupan sosial. Sedangkan menurut Arikunto (2019:112) "Pendidikan harus menanamkan kedisiplinan sebagai bagian dari pembentukan sikap dan perilaku peserta didik agar mereka memiliki etos kerja tinggi serta tanggung jawab dalam kehidupan bermasyarakat". Dengan demikian pendidikan memiliki peran penting dalam mencerdaskan kehidupan bangsa dan meningkatkan kualitas manusia dengan menanamkan nilai-nilai disiplin, etos kerja, serta tanggung jawab, yang menjadi kunci keberhasilan dalam akademik, kehidupan sosial, dan bermasyarakat.

Salah satu cara meningkatkan pendidikan yang unggul dan berkualitas yaitu dengan meningkatkan disiplin belajar siswa. Hal tersebut dikarenakan disiplin belajar merupakan pengendalian diri siswa agar dapat tercipta lingkungan belajar yang nyaman dan kondusif. Sardiman (2011:92) "Rendahnya disiplin belajar terjadi ketika siswa tidak memiliki kesadaran dan kemauan untuk mematuhi peraturan dan tata tertib dalam proses belajar, yang berakibat pada menurunnya hasil belajar.". Slameto (2010:56) "Disiplin belajar yang rendah merupakan bentuk kurangnya kebiasaan dan ketertiban siswa dalam melakukan aktivitas belajar, baik di sekolah maupun di rumah. Dimyati & Mudjiono (2006:142) "Rendahnya disiplin belajar adalah gejala menurunnya tanggung jawab siswa dalam mengikuti kegiatan belajar, baik secara fisik maupun psikologis."

Dari pendapat tersebut dapat diketahui bahwa rendahnya kedisiplinan belajar merupakan kurangnya sikap taat dan patuh dalam menjalankan kewajiban belajar, baik di sekolah maupun di rumah terhadap peraturan dan tata tertib yang berlaku. Rendahnya disiplin belajar akan menyulitkan siswa dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang dinamis, harmonis, dan kondusif. Karena kedisiplinan dalam belajar berperan penting dalam membentuk karakter, meningkatkan tanggung jawab, serta membawa perubahan positif dalam dunia pendidikan.

Pendidikan merupakan aspek penting dalam perkembangan generasi muda untuk mencetak generasi yang dapat mencapai tujuan belajar dengan sempurna. Namun, fenomena mengenai kedisiplinan belajar siswa juga tidak bisa diremehkan dan perlu ditangani karena dapat merugikan siswa, orang tua, teman sebaya maupun lingkungan sekolah siswa. Berdasarkan hasil observasi sementara peneliti di Madrasah Aliyah Negeri 1 Kulon Progo, menunjukkan bahwa masih banyak siswa yang mengalami permasalahan rendahnya disiplin belajar. Adapun permasalahan yang didapati seperti terlambat masuk kelas, tidak mengerjakan tugas, seragam tidak sesuai, tidur di kelas, tidak memperhatikan penjelasan guru dan gaduh saat pelajaran berlangsung. Fenomena tersebut dapat terjadi karena kurangnya pemahaman siswa mengenai pentingnya disiplin belajar sehingga dapat berdampak negatif terhadap diri sendiri siswa dan juga lingkungan belajarnya.

Melihat dari berbagai permasalahan yang muncul mengenai rendahnya kedisiplinan belajar siswa di atas, maka diperlukan sebuah layanan konseling yang diharapkan dapat menjadi solusi untuk membantu meningkatkan kedisiplinan belajar siswa, seperti layanan konseling kelompok pendekatan behavioral dengan teknik modeling. Dimana di MAN 1 Kulon Progo, pelaksanaan layanan konseling kelompok pendekatan behavioral dengan teknik modeling tersebut belum terlaksana. Dengan dilaksanakannya layanan konseling kelompok pendekatan behavioral dengan teknik modeling diharapkan mampu untuk menggugah

rangsangan siswa agar tertarik untuk meningkatkan disiplin belajar. Layanan konseling kelompok sendiri merupakan layanan bimbingan konseling yang dilakukan oleh seorang konselor atau guru bimbingan dan konseling dengan beberapa siswa dengan membentuk sebuah kelompok kecil. Dalam layanan konseling kelompok, konselor atau guru bimbingan dan konseling akan membantu siswa untuk memecahkan masalah dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Menurut Prayitno dan Amti (2015:311) "layanan konseling kelompok adalah layanan konseling kelompok perorangan yang dilaksanakan dalam suasana kelompok". Menurut Sukardi (2008:68) "layanan konseling kelompok yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok". Sedangkan menurut Prakoso, Cahyo, Asri, dan Triningtyas (2024: 119) konseling kelompok adalah layanan bimbingan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok sedangkan masalah yang dibahas merupakan masalah pribadi yang dialami anggota kelompok. Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok adalah bentuk bimbingan dan konseling yang dilakukan dalam suasana kelompok, di mana peserta didik mendapatkan kesempatan untuk membahas serta mengatasi permasalahan pribadi mereka melalui dinamika kelompok.

Pendekatan yang digunakan dalam mengatasi permasalahan rendahnya disiplin belajar siswa dalam layanan konseling kelompok pada penelitian ini adalah pendekatan konseling behavioral. Adapun konseling behavioral yaitu layanan konseling yang bertujuan pada perubahan perilaku yang tampak dan spesifik dengan teknik- teknik behavioral. Menurut Sukardi (2008:57) "Pendekatan behavioral dalam bimbingan dan konseling sangat efektif untuk menangani permasalahan yang bersifat spesifik dan terukur, seperti meningkatkan kedisiplinan dan mengurangi perilaku bermasalah". Menurut Prayitno (2017:53) "Pendekatan ini menekankan pada modifikasi perilaku yang dapat diamati, menggunakan teknik seperti reward, punishment, dan pembiasaan". Menurut Purba, Aisyah, Arsini, dan Walidaini (2023) konseling behavioral adalah bentuk adaptasi dari aliran psikologi behavioristik, yang menekankan perhatiannya pada perilaku yang tampak karena adanya stimulus, maka reaksinya berupa gerak dan perubahan jasmani yang bisa diamati secara objektif dan bisa dipelajari dari luar.

Pelaksanaan layanan konseling pendekatan behavioral dilakukan dengan teknik modeling. Dimana teknik modeling adalah teknik konseling yang bertujuan untuk mengubah perilaku, dengan cara mengobservasi model yang dijadikan sebagai perangsang gagasan, sikap atau perilaku sehingga siswa dapat memperkuat perilaku yang sudah dibentuk atau memperoleh tingkah laku baru yang positif.

Dalam pelaksanaan konseling behavioral teknik modeling siswa diharapkan dapat mengikuti dengan seksama dan ikut berperan aktif agar kegiatan dapat berjalan dengan lancar serta dapat memberikan efek positif mengenai karakter disiplin belajar. Menurut Prayitno (2017:91) "Teknik ini berfokus pada pembelajaran melalui pengamatan, di mana individu belajar bagaimana bertindak atau merespons situasi dengan cara yang sesuai setelah mengamati contoh atau model yang diberikan". Menurut Sukardi (2008:128) "Modeling mengajarkan individu bagaimana perilaku tertentu diekspresikan dan diterima dalam situasi sosial, sehingga individu dapat meniru model tersebut untuk mengatasi masalah yang dihadapinya". Sedangkan menurut Aini dan Khurotul (2022) upaya

peningkatan kecerdasan sosial siswa dengan teknik modeling dapat mendorong siswa untuk belajar melalui observasi tingkah laku model yang ada pada lingkungan sekelilingnya, karena dalam hal ini model berperan sebagai rangsangan bagi pikiran, sikap, atau tindakan dari siswa yang mengamati model.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa teknik modeling merupakan metode pembelajaran yang menekankan observasi, di mana individu belajar dengan mengamati dan meniru perilaku model yang sesuai dalam situasi tertentu, membantu mereka memahami ekspresi dan penerimaan perilaku dalam lingkungan sosial, serta meningkatkan kecerdasan sosial siswa dengan memberikan stimulus bagi pikiran, sikap, dan tindakan melalui contoh nyata di sekitarnya.

## METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen, karena ingin mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok pendekatan behavioral dengan teknik modeling terhadap rendahnya disiplin belajar siswa. Untuk itu peneliti memberikan *treatment* (perlakuan) terhadap subjek penelitian melalui layanan konseling kelompok pendekatan behavioral dengan teknik modeling. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-experimental design* dengan jenis *one-group pretest- posttest design*. Penelitian yang dilakukan dengan *pre-experimental design* dengan jenis *one-group pretest- posttest* dilakukan secara dua kali, yaitu sebelum eksperimen (*pretest*) dan sesudah eksperimen (*posttest*). Dalam rencana ini sebelum perlakuan diberikan siswa akan diberi *kuesioner* (angket) sebagai *pretest*, kemudian siswa akan diberi perlakuan berupa layanan konseling kelompok pendekatan behavioral dengan Teknik modeling, dan setelah perlakuan selesai siswa akan diberi *kuesioner* (angket) sebagai *posttest.*

Langkah-langkah dalam pelaksanaan penelitian adalah sebagai berikut: a. Melaksanakan *pretest* dengan menggunakan angket skala disiplin belajar yang dibagikan ke sampel sebelum diberi *treatment* (perlakuan). b. Melaksanakan *treatment* (perlakuan) melalui layanan konseling kelompok pendekatan behavioral dengan teknik modeling. c. Melaksanakan *posttest* dengan menggunakan angket skala disiplin belajar untuk mengetahui apakah layanan konseling kelompok pendekatan behavioral dengan teknik modeling yang telah diberikan dapat meningkatkan disiplin belajar siswa. d. Melakukan analisis data hasil kegiatan eksperimen dengan analisis deskriptif dan uji Non-parametik untuk memperoleh kesimpulan.

Penelitian dilaksanakan di MAN 1 Kulon Progo pada bulan Juli- Agustus, 2025, semester genap Tahun Ajaran 2025/2026. Subjek penelitian berjumlah enam siswa kelas XI yang dipilih secara purposif, yaitu siswa yang memiliki tingkat disiplin belajar rendah berdasarkan hasil observasi guru BK dan angket pra- penelitian.Instrumen pengumpulan data menggunakan angket disiplin belajar yang disusun peneliti berdasarkan indikator intsrumen yang meliputi kedisiplinan dalam kehadiran, ketepatan waktu, ketaatan terhadap peraturan, dan tanggung jawab terhadap tugas. Uji validitas instrumen menggunakan rumus *Product Moment* menghasilkan 33 butir pernyataan valid dari 40 butir yang diujikan. Hasil uji reliabilitas dengan Cronbach Alpha menunjukkan nilai sebesar 0,888, yang berarti reliabilitasnya sangat tinggi. Pelaksanaan penelitian dilakukan dalam tiga tahap. Data hasil pretest dan posttest dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Statistik Non-Parametrik, karena data berasal dari sampel kecil (n=6) dan tidak memenuhi asumsi distribusi normal. Kriteria

pengujian menggunakan taraf signifikansi 5% (α = 0,05). Jika nilai signifikansi < 0,05 maka hipotesis alternatif (Ha) diterima.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel klasifikasi, skor *pretest* rendahnya disiplin belajar siswa pada kelas ekperimen yang berkategori rendah sebanyak 1 siswa (16,67%), berkategori sedang sebanyak 2 siswa (33,33%) dan berkategori tinggi sebanyak 3 siswa (50%) Berdasarkan hasil tersebut, pretest kelas eksperimen dapat dikatakan berkategori tinggi, sedangkan untuk, skor *posttest* rendahnya disiplin belajar siswa pada kelas ekperimen diperoleh distribusi skor yang seimbang, yaitu berkategori rendah sebanyak 2 siswa (33,3%) berkategori sedang sebanyak 2 siswa (33,3%) dan berkategori tinggi sebanyak 2 siswa (33,3%). Hal ini menunjukkan bahwa kecenderungan skor posttest tersebar merata pada ketiga kategori, sehingga tidak terdapat kecenderungan skor yang lebih dominan pada salah satu kategori.

Sebelum data hasil penelitian diuji hipotesis, maka uji persyaratan harus dilakukan, adapun uji persyaratannya yaitu uji kenormalan data. Dalam penelitian ini uji kenormalan data menggunakan Shapiro-Wilk karena jumlah sampel ≤ 50 dengan menggunakan program SPPS for Windows.

Uji normalitas digunakan untuk menguji data yang didapatkan dari penelitian, merupakan data dalam distribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas Shapiro-Wilk dengan taraf signifikan (α) 0,05. Data uji normalitas diambil dari hasil angket rendahnya disiplin belajar siswa kelas eksperimen. Dari penghitungan uji normalitas data didapat hasil sebagai berikut:

**Tabel 1. Hasil Uji Normalitas**

**Tests of Normality**

| | Kolmogorov-Smirnova | | | Shapiro-Wilk | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | Statistic | df | Sig. | Statistic | df | Sig. |
| pretest | .218 | 6 | .200* | .934 | 6 | .611 |
| posttest | .236 | 6 | .200* | .939 | 6 | .651 |

a. Lilliefors Significance Correction
*. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan hasil uji normalitas Shapiro-Wilk, diperoleh signifikansi (Sig.) untuk pretest sebesar 0,611 dan posttest sebesar 0,651. Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data pretest maupun posttest berdistribusi normal. Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengentahui apakah hipotesis yang dirumuskan dapat teruji kebenarannya atau tidak, serta membandingkan nilai pretest dan posttest kelas eksperimen. Dalam penelitian ini digunakan teknik analisis Wilcoxon. Dengan mengunakan uji *Wilcoxon statistic non-parametik* maka dilakukan pengujian variabel penelitian. Pengujian dilakukan dengan bantuan program SPSS for Windows sebagai berikut:

**Hasil Uji *Wilcoxon Statistik Non-Parametik***

**Ranks**

| | | N | Mean Rank | Sum of Ranks |
|---|---|---|---|---|
| posttest - pretest | Negative Ranks | 0a | .00 | .00 |
| | Positive Ranks | 6b | 3.50 | 21.00 |
| | Ties | 0c | | |
| | Total | 6 | | |

a. **posttest < pretest**
b. **posttest > pretest**
c. **posttest = pretest**

**Test Statistics[b]**

| | posttest - pretest |
|---|---|
| Z | -2.207[a] |
| Asymp. Sig. (2- tailed) | .027 |

a. Based on negative ranks.

Berdasarkan hasil *uji Wilcoxon Signed Rank Test*, diperoleh bahwa tidak ada siswa (0 responden) yang mengalami penurunan skor disiplin belajar (*negative ranks*), terdapat 6 siswa yang mengalami peningkatan skor disiplin belajar (*positive ranks*), dan tidak ada siswa dengan skor tetap (*ties*). Hal ini menunjukkan bahwa seluruh siswa mengalami peningkatan disiplin belajar setelah mendapatkan layanan konseling kelompok pendekatan behavioral dengan teknik modeling.

Selanjutnya, pada tabel *Test Statistics* diperoleh nilai Z = -2,207 dengan signifikansi p = 0,027. Berdasarkan ketentuan uji hipotesis, apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, maka $H_0$ ditolak dan $H_a$ diterima.

Dengan demikian, hasil analisis menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavioral teknik modeling berpengaruh signifikan dalam meningkatkan disiplin belajar siswa kelas XI MAN 1 Kulon Progo tahun ajaran 2025/2026. Oleh karena itu, hipotesis alternatif ($H_a$) yang diajukan peneliti diterima, sedangkan hipotesis nol ($H_0$) ditolak.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian dan analisis data yang dilakukan peneliti dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh layanan konseling kelompok pendekatan behavioral dengan teknik modeling terhadap rendahnya disiplin belajar siswa kelas XI MAN 1 Kulon Progo Tahun Ajaran 2025/2026. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan hasil dari *uji wilcoxon*, pada tabel *Test Statistics* diperoleh nilai -2,207 dengan signifikansi 0,027. Berdasarkan ketentuan uji hipotesis, apabila signifikansi lebih kecil dari 0,05, maka $H_0$ ditolak dan $H_a$ diterima, atau

dengan kata lain terbukti ada layanan konseling kelompok pendekatan behavioral dengan teknik modeling terhadap rendahnya disiplin belajar siswa kelas XI MAN 1 Kulon Progo Tahun Ajaran 2025/2026Guru Bimbingan dan Konseling disarankan untuk menerapkan layanan konseling kelompok dengan teknik modeling secara rutin, agar perubahan perilaku disiplin siswa dapat dipertahankan.

Saran bagi pihak sekolah hendaknya memberikan dorongan dan dukungan kepada Guru Bimbingan dan Konseling untuk senantiasa mengembangkan metode layanan bimbingan dan konseling yang inovatif dan variatif, agar pelayanan bimbingan dan konseling lebih maksimal. Bagi Guru Bimbingan Konseling diharapkan memanfaatkan teknik modeling dalam layanan bimbingan dan konseling terutama dalam meningkatkan disiplin belajar siswa, dan senantiasa lebih kreatif dan inovatif dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling. Bagi Siswa diharapkan merespon dengan baik serta memanfaatkan layanan bimbingan konseling, salah satunya layanan konseling kelompok dengan teknik modeling, yaitu sebagai salah satu usaha yang dapat dilakukan siswa untuk membantu menyelesaikan masalah masalah yang berkaitan dengan disiplin belajar

## DAFTAR PUSTAKA

Aini, Mila Khurotul. Efektivitas Konseling Kelompok Behavior Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Kecerdasan Sosial Bagi Siswa Sekolah Menengah Pertama di Kota Semarang. Quanta: Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan 6.3 (2022) : 36-44.

Arikunto, S. (2019). Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan. Jakarta: Bumi Aksara.

Dimyati, M., & Mudjiono. (2006). Belajar dan Pembelajaran. Jakarta: Rineka Cipta Mulyasa, E. (2013). Pengembangan Pendidikan Karakter. Jakarta: Bumi Aksara

Prakoso, Happy Cahyo, Dahlia Novarianing Asri, and Diana Ariswanti Triningtyas. Keefektifan Konseling Kelompok Behavior Teknik Symbolic Modeling Untuk Meningkatkan Perilaku Tanggung Jawab Belajar Siswa Kelas X Sman 4 Madiun. Seminar Nasional Sosial, Sains, Pendidikan, Humaniora (Senassdra). Vol. 3. No. 1. 2024.

Prayitno, P., & Amti, E. (2015). Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Rineka Cipta. Prayitno, P., & Amti, E. (2015). Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Rineka Cipta.

Purba, S. A. B., Arsini, Y., & Walidaini, I. (2023). Studi Literatur: Pendekatan Behavioral dengan Teknik Modeling. Jurnal Pendidikan Tambusai,

Sardiman, A. M. (2011). Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar. Jakarta: Rajawali Press Slameto. (2010). Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya. Jakarta: Rineka Cipta.

Sukardi, Dewa Ketut. 2008. Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah. Jakarta: Rineka Cipta

Wijaya, Bandel Ari, Muhammad Japar, And Nofi Nur Yuhenita. Pengaruh Konseling Kelompok Pendekatan Behavioral Dengan Teknik Modeling Terhadap Peningkatan Disiplin Belajar Siswa. Prosiding University Research Colloquium. 2022.