



The Effectiveness of Group Counseling Cognitive Restructuring Techniques in Reducing Students' Late Learning Behavior

Felma¹, Micha Felayati Silalahi²

^{1,2}Universitas Tadulado, Palu, Indonesia

Abstract : The purpose of this study was to reduce students' late learning behavior through group counseling services with cognitive restructuring techniques. This research uses the type of action research carried out in two cycles. Each cycle consists of four stages, namely: Planning, action, observation, and reflection. The subjects of this study consisted of 5 students with the consideration that the subjects were often late for class. The type of action taken is the provision of group counseling services with cognitive restructuring techniques. Data collection techniques in this study used observation and interviews. The results of this study indicate that after implementing cycle I, the average percentage of late behavior following student learning has changed by 29.34%, while in cycle II the average percentage of late behavior following student learning has changed by 51.33%. The results of this study indicate the level of success of the implementation of actions in cycle II which has been improved based on the results of the reflection from cycle I. It can be concluded that through group counseling cognitive restructuring techniques can reduce the behavior of being late for student learning.

Keywords : Late Learning Behavior; Group Counseling; Cognitive Restructuring Technique.

Efektivitas Konseling Kelompok Teknik *Cognitive Restructuring* dalam Mengurangi Perilaku Terlambat Mengikuti Pembelajaran Siswa

Abstrak : Tujuan penelitian ini adalah untuk mengurangi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa melalui layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring*. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian tindakan yang dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus terdiri atas empat tahap, yaitu: Perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian ini terdiri dari 5 siswa dengan pertimbangan bahwa subjek sering terlambat mengikuti pembelajaran. Jenis tindakan yang dilakukan adalah pemberian layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring*. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi dan wawancara. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah dilaksanakan siklus I, persentasi rata-rata perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa mengalami perubahan sebanyak 29,34%, sedangkan pada siklus II persentasi rata-rata perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa mengalami perubahan sebanyak 51,33%. Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat keberhasilan pelaksanaan tindakan pada siklus II yang telah diperbaiki berdasarkan hasil refleksi dari siklus I. Dapat disimpulkan bahwa melalui konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* dapat mengurangi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa.

Kata kunci : Perilaku Terlambat Mengikuti Pembelajaran; Konseling Kelompok; Teknik *Cognitive Restructuring*.

Article history

Received: 25 June 2024

Revised: 27 June 2024

Accepted: 28 June 2024

This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution (CC-BY) license



Corresponding Author: Micha Felayati Silalahi ; chenatchenu91@gmail.com

PENDAHULUAN

Sekolah merupakan lembaga pendidikan yang menjadi tempat belajar bagi siswa, yang memiliki komponen yang harus berperan secara maksimal sesuai dengan fungsi masing-masing agar terselenggara proses pendidikan dengan baik. Sekolah Menengah Atas (SMA) sebagai salah satu lembaga pendidikan untuk menerapkan proses pembelajaran yang diselenggarakan di dalam kelas

(intrakurikuler) dan di luar kelas (ekstrakurikuler). Proses pembelajaran tersebut dilaksanakan secara aktif dan kreatif dengan melibatkan berbagai komponen yang ada untuk mengembangkan potensi siswa semaksimal mungkin.

Dalam proses pembelajaran, para siswa akan belajar banyak hal di sekolah. Belajar tentang ilmu pengetahuan, seni budaya, belajar bersosialisasi, bertata krama, dan disiplin menjalankan tata tertib. Peraturan atau tata tertib yang diterapkan di sekolah diperlukan sebagai dasar dan pedoman dalam mengatur segala hal baik sistem kerja maupun hubungan antar personil di sekolah.

Tata tertib dibuat untuk dilaksanakan dan dipatuhi oleh semua pihak di sekolah dan apabila, tata tertib dilanggar maka akan ada sanksi atau hukuman yang diberikan. Pelanggaran merupakan tindakan yang menyalahi aturan yang dilakukan secara sengaja. Berbagai macam bentuk pelanggaran tersebut seperti, terlambat datang ke sekolah, terlambat mengikuti pembelajaran, berpakaian tidak rapi, dan berbagai pelanggaran yang lain.

Penelitian ini diharapkan dapat membantu mengatasi masalah siswa, terutama siswa yang terlambat mengikuti pembelajaran, bahwa keterlambatan adalah tingkah laku yang dapat menjadi penghalang pembentukan disiplin yang berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa di sekolah.

Berdasarkan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling pada tanggal 24 Juni 2020, bahwa siswa dengan inisial HA, AN, IY, AR, dan IS yang sering terlambat saat mengikuti pembelajaran. Berbagai persepsi yang di kemukakan oleh siswa dengan inisial HA, AN, IY sering terlambat karena beranggapan bahwa biar terlambat dalam mengikuti pembelajaran tetap naik kelas dan masih diberi kesempatan mengikuti pembelajaran bersama siswa yang lain. Siswa dengan inisial AR dan IS sengaja terlambat mengikuti pembelajaran karena beranggapan bahwa biar tepat waktu mengikuti pembelajaran juga tidak menjamin mendapatkan prestasi yang baik.

Pernyataan tersebut diperkuat berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa guru di SMA Negeri 7 Palu, bahwa siswa yang terlambat cenderung mengganggu teman-teman lain yang sedang belajar, dan dapat mempengaruhi siswa lain untuk berbuat tidak baik, serta malas untuk belajar. Berbagai macam sanksi sudah diberikan dari pihak sekolah namun hal tersebut, masih belum membuat siswa jera dan sadar atas pelanggaran yang telah diberikan sehingga, sanksi yang dimaksudkan untuk mendisiplinkan siswa akan menjadi sia-sia. Efek sanksi yang diberikan tidak dapat mengurangi perilaku terlambat siswa dalam mengikuti pembelajaran maupun memasukan tugas karena siswa hanya takut sesaat meskipun, hukuman sudah diberikan siswa tetap melakukan pelanggaran yang sama. Cara untuk mengatasi faktor perilaku siswa terlambat dapat dilakukan dengan mengubah pola pikir siswa tersebut.

Hakekat dalam proses penyelesaian masalah banyak cara yang dapat dilakukan melalui peran Bimbingan dan Konseling di sekolah seperti layanan informasi, layanan konseling kelompok, layanan bimbingan kelompok, dan layanan konseling individual. Menurut peneliti dalam proses penyelesaian yang paling tepat dalam penyelesaian masalah perilaku terlambat mengikuti pembelajaran yaitu dengan memberikan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring*.

Peneliti memilih layanan Konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* karena teknik *cognitive restructuring* dapat membantu siswa belajar mengenal dan menghentikan persepsi negatif yang kurang peduli mengikuti proses pembelajaran tepat waktu dengan mengubah pola pikir tersebut dengan pikiran yang lebih positif. Setelah dilakukan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* siswa dapat memperbaiki kebiasaan terlambat agar segera merubah persepsi negatif tersebut ke pola pikir yang lebih positif yang berpengaruh langsung pada perilaku siswa tersebut.

METODE

Jenis penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK). Rancangan penelitian ini dilakukan dengan 2 siklus. Setiap siklus terdiri dari empat tahapan yang mengacu pada model Kemmis MC Taggar (dalam Hidayat, Dede, R & Aip, B., 2011) yaitu rencana, tindakan, observasi dan refleksi. Subjek penelitian tindakan Bimbingan dan Konseling ini adalah siswa kelas XI SMA Negeri

7 Palu dengan jumlah 5 siswa. Pengambilan subjek penelitian ini didasarkan atas rekomendasi guru Bimbingan dan Konseling, dan observasi. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data berupa wawancara dan observasi. Dalam pelaksanaan penelitian tindakan ini, jenis data yang dikumpulkan dan dianalisis oleh peneliti yaitu data kuantitatif yang dapat dianalisis secara deskriptif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil penelitian akan dikemukakan secara berurutan masing-masing data hasil siklus I, dan hasil siklus II.

Pra Tindakan

Hasil penelitian yang termasuk data pra tindakan adalah pengumpulan data awal perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa yang diperoleh melalui lembar observasi yang telah diisi oleh siswa (yang bukan subjek penelitian).

Tabel 1. Frekuensi Perilaku Terlambat Mengikuti Pembelajaran (Pra-Tindakan)

| No | Subjek | Frekuensi Pra-Tindakan | % |
|----|--------|---------------------------|----|
| 1 | HA | 13 | 52 |
| 2 | AN | 13 | 52 |
| 3 | IY | 11 | 44 |
| 4 | AR | 10 | 40 |
| 5 | IS | 9 | 36 |

Dari hasil observasi di atas diketahui HA mempunyai frekuensi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran sebanyak 13 kali atau 52%, AN mempunyai frekuensi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran sebanyak 13 kali atau 52%, IY mempunyai frekuensi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran sebanyak 11 kali atau 44%, AR mempunyai frekuensi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran sebanyak 10 kali atau 40%, dan IS mempunyai frekuensi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran sebanyak 9 kali atau 36%.

Tindakan Siklus I

Pelaksanaan penelitian konseling kelompok dengan menggunakan teknik *cognitive restructuring* dalam mengurangi perilaku terlambat siswa mengikuti pembelajaran siklus I. Data yang diperoleh berdasarkan hasil pengamatan aktivitas siswa dan peran guru BK, serta membagikan lembar observasi kembali kepada siswa (bukan subjek penelitian) untuk memperoleh data tentang perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa (subjek penelitian) lembar observasi diberikan kepada siswa kurang lebih 1 minggu setelah pelaksanaan siklus I.

Perencanaan Siklus I

Perencanaan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *cognitive restructuring* meliputi beberapa langkah, yaitu membuat rencana kegiatan konseling kelompok yang dituangkan dalam rencana pelaksanaan layanan (RPL), menyiapkan lembar pedoman observasi pelaksanaan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring*, dan mengevaluasi lembar observasi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran yang telah dibagikan kepada siswa (bukan subjek penelitian).

Proses Siklus I

Pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *cognitive restructuring* dalam mengurangi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa pada siklus I yang pertama dilakukan adalah mengumpulkan anggota kelompok, pengenalan dan menjelaskan maksud dan tujuan diadakan layanan tersebut. Pada proses pelaksanaan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *cognitive restructuring* dilaksanakan melalui empat tahap, yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap penutup.

Hasil Perubahan Siklus I

Data penelitian berikut adalah data hasil observasi perilaku terlambat siswa selama 1 minggu setelah kegiatan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* pada siklus I yang telah

dilaksanakan. Pengumpulan data hasil observasi kegiatan siklus I bertujuan untuk mengetahui keberhasilan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* dalam mengurangi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa setelah dilaksanakan tindakan siklus I, berikut tampilan data pra tindakan dan data hasil siklus I dalam satu tabel. Berdasarkan perbandingan klasifikasi antara kedua tersebut akan diketahui terjadi pengurangan perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa atau tetap. Data tersebut ditampilkan pada tabel 2 berikut ini.

Tabel. 2 Data Pengurangan Perilaku Terlambat Mengikuti Pembelajaran Siswa Siklus I

| No | Subjek | Pra Tindakan | Siklus I | Pengurangan | % |
|----|-----------|--------------|----------|-------------|--------|
| 1 | HA | 13 | 10 | 3 | 23,07 |
| 2 | AN | 13 | 10 | 3 | 23,07 |
| 3 | IY | 11 | 8 | 3 | 27,27 |
| 4 | AR | 10 | 6 | 4 | 40 |
| 5 | IS | 9 | 6 | 3 | 33,33 |
| | Jumlah | 56 | 40 | 16 | 146,74 |
| | Rata-rata | 11,2 | 8 | 3,2 | 29,34 |

Berdasarkan tabel 2 di atas dapat diketahui bahwa hasil pengurangan antara data pra tindakan dengan siklus I yaitu 29,34% yang data pengurangan setiap subjek menunjukkan hasil seperti pada AR yang menunjukkan tingkat pengurangan yang paling banyak yaitu 40% hal ini disebabkan juga oleh kemauan diri sendiri untuk merubah perilaku setelah dilakukan tindakan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* untuk mengurangi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran selama kurang lebih dua minggu pelaksanaan siklus I. Siswa AN dan HA merupakan subjek yang tingkat pengurangan paling sedikit hanya sebesar 23,07% pada siklus I.

Dilakukan peninjauan kembali ternyata HA dan AN selalu terlambat mengikuti pembelajaran karena sudah menjadi kebiasaan berperilaku tersebut maka dari itu, tingkat perubahan HA dan AN sangat sedikit dibandingkan dengan AR.

Siswa selain AR, HA dan AN, kedua siswa yang lain juga menunjukkan perubahan perilaku yang biasa saja setelah dilakukan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* pada siklus I. Hal ini menunjukkan bahwa tindakan siklus I belum berhasil secara maksimal, maka peneliti melanjutkan pada siklus berikut.

Observasi Tindakan Siklus I

Hasil Observasi Terhadap Guru BK Siklus I

Berdasarkan hasil observasi terhadap Guru BK dalam kegiatan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring*, berikut ditampilkan pada tabel 3.

Tabel 3. Pedoman Observasi Terhadap Guru BK Siklus I

| Tahap Kegiatan Konseling kelompok Teknik <i>Cognitive Restructuring</i> | Isi Kegiatan Konseling Kelompok Teknik <i>Cognitive Restructuring</i> | Alternatif Jawaban | |
|---|--|--------------------|-------|
| | | Ya | Tidak |
| Tahap Pembentukan | 1) Pemimpin kelompok mengucapkan salam | √ | |
| | 2) Pemimpin kelompok menerima secara terbuka | √ | |
| | 3) Memimpin do'a | √ | |
| | 4) Pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok untuk memperkenalkan diri | | √ |
| | 5) Pemimpin kelompok menjelaskan tujuan dan asas-asas konseling kelompok teknik <i>cognitive restructuring</i> | √ | |

| | | |
|-------------------|--|---|
| | 6) Pemimpin kelompok menjelaskan tahap pelaksanaan konseling kelompok | √ |
| | 7) Pemimpin dan anggota kelompok membuat kesepakatan waktu | √ |
| Tahap Peralihan | 1) Pemimpin kelompok menjelaskan tata tertib mengenai kegiatan yang akan dilaksanakan pada kegiatan. | √ |
| | 2) Pemimpin kelompok dan anggota kelompok mengadakan permainan | √ |
| | 3) Menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk melangkah pada tahap kegiatan. | √ |
| Tahap Kegiatan | 1) Pemimpin kelompok menjelaskan masalah yang hendak dikemukakan dalam kelompok. | √ |
| | 2) Pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok untuk mengemukakan penyebab masalah yang dialami siswa. | √ |
| | 3) Pemimpin kelompok dan siswa memilih dan menetapkan masalah yang akan dibahas. | √ |
| | 4) Pemimpin kelompok dan siswa memilih penanganan masalah yang sesuai dengan masalah tersebut. | √ |
| | 5) Pemimpin kelompok menanyakan kepada siswa, apakah menerima solusi yang diberikan oleh anggota kelompok. | √ |
| Tahap pengakhiran | 1) Pemimpin kelompok menyampaikan bahwa kegiatan diakhiri. | √ |
| | 2) Pemimpin kelompok memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan kesan dan pesan. | √ |
| | 3) Pemimpin dan anggota kelompok merencanakan pertemuan berikut. | √ |
| | 4) Pemimpin kelompok memimpin do'a. | √ |
| | 5) Ucapan terima kasih. | √ |
| | Penampilan Guru BK dalam pemberian layanan mencerminkan pribadi seorang guru BK | √ |
| | Volume guru BK dalam pemberian layanan dapat didengar semua siswa | √ |
| | Kecermatan guru BK dalam melihat situasi dan kondisi siswa selama pelaksanaan kegiatan konseling kelompok. | √ |

Hasil Observasi Terhadap Siswa Siklus I

Berdasarkan hasil observasi siswa dalam kegiatan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring*, berikut ditampilkan pada tabel 4.

Tabel 4. Pedoman Observasi Terhadap Siswa Siklus I

| Tahap Kegiatan Konseling Kelompok Teknik Cognitive Restructuring | Isi kegiatan konseling kelompok Teknik Cognitive Restructuring | Alternatif Jawaban | |
|---|--|-----------------------|-------|
| | | Ya | Tidak |
| Tahap Pembentukan | a) Saling memperkenalkan diri | | √ |
| | b) Mendengarkan penyampaian yang disampaikan pemimpin kelompok | √ | |
| Tahap Peralihan | c) Membuat kesepakatan waktu | | √ |
| | a) Mendengarkan penjelasan arahan untuk lanjut pada tahap kegiatan | √ | |
| | b) Mengadakan permainan | | √ |
| Tahap Kegiatan | c) Siap ketahap kegiatan | √ | |
| | a) Mendengarkan penyampaian dari pemimpin kelompok | | √ |
| | b) Mengungkapkan penyebab dari permasalahan | √ | |
| | c) Bersama-sama dengan pemimpin kelompok menentukan masalah yang akan dibahas. | √ | |
| | d) Memilih dan membahas permasalahan yang dipilih secara tuntas | √ | |
| | e) Memberi gagasan dalam penyelesaian masalah yang telah dibahas. | √ | |
| Tahap Pengakhiran | f) Menerima gagasan atau solusi yang telah diutarakan | √ | |
| | a) Menyampaikan pesan dan kesan selama kegiatan pelaksanaan layanan | | √ |
| | b) Megadakan perjanjian untuk pertemuan berikut. | √ | |
| | c) Doa bersama | √ | |
| | d) Ucapan terima kasih | √ | |

Hasil observasi terhadap Guru BK dan siswa pada tindakan siklus I menunjukkan masih terdapat kekurangan karena komponen yang terdapat pada pedoman observasi yang telah dirancang, belum semua terlaksana dengan baik.

Refleksi Tindakan Siklus I

Hasil data yang diperoleh menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* dapat mengurangi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa, akan tetapi masih terdapat kekurangan dalam kegiatan layanan. Hasil refleksi selama kegiatan berlangsung pada tindakan siklus I, sebagai berikut:

- a) Perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa berkurang, tetapi belum maksimal.
- b) Pemimpin kelompok dan siswa belum melaksanakan semua komponen yang terdapat pada tahap pembentukan, peralihan, dan pengakhiran.

- c) Volume pemimpin kelompok dalam pemberian layanan masih kurang dan kecermatan pemimpin kelompok dalam mengontrol situasi dan kondisi anggota kelompok selama pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* masih kurang dan perlu diperbaiki.
- d) Keseriusan anggota kelompok dalam mengikuti layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* masih kurang dan perlu diperbaiki.

Dari pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa kegiatan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* pada tindakan siklus I belum terlaksana secara maksimal dan dilanjutkan pada tindakan siklus II.

Tindakan Siklus II

Hasil refleksi siklus I menunjukkan bahwa target pelaksanaan kegiatan layanan dengan teknik *cognitive restructuring* untuk mengurangi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa yang menjadi subjek penelitian belum tercapai secara maksimal, dengan demikian kegiatan harus dilanjutkan pada siklus II. Pada siklus II perencanaan yang disusun mengalami beberapa perbaikan.

Perencanaan Siklus II

Perencanaan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *cognitive restructuring* meliputi beberapa langkah, yaitu membuat rencana kegiatan konseling kelompok yang dituangkan dalam rencana pelaksanaan layanan (RPL), menyiapkan lembar pedoman observasi pelaksanaan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* untuk mengetahui kembali hasil dari pelaksanaan dari kegiatan layanan siklus II, dan mengevaluasi lembar observasi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran yang telah dibagikan kepada siswa (bukan subjek penelitian), serta peneliti merancang perbaikan siklus I yang telah didiskusikan bersama guru BK untuk melanjutkan kegiatan layanan pada siklus II dengan beberapa perbaikan yang terjadi pada kelemahan-kelemahan siklus I.

Proses Siklus II

Pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *cognitive restructuring* dalam mengurangi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa pada siklus II adalah sama seperti pada siklus I akan tetapi pada siklus II pemimpin kelompok lebih menekankan pada proses pelaksanaan solusi yang telah disepakati bersama dan mengulang kembali tentang apa yang telah dilakukan anggota kelompok. Kegiatan siklus II, peneliti juga mengevaluasi masing-masing siswa (subjek penelitian) dari hasil lembar observasi yang dilakukan peneliti selama tindakan siklus II berlangsung.

Hasil Perubahan Siklus II

Berdasarkan hasil observasi selama satu minggu, setelah dilaksanakan kegiatan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* pada siklus II maka hasil dari observasi tersebut diuraikan pada tabel 4.5 untuk mengetahui keberhasilan pada siklus II maka data hasil tindakan pada siklus II akan dibandingkan dengan data hasil siklus I. Dari perbandingan tersebut dapat diketahui frekuensi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran dari masing-masing siswa yang menjadi subjek penelitian mengalami pengurangan hingga mencapai target yang telah ditentukan oleh peneliti dan guru BK. Hasil tindakan siklus II dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5. Data pengurangan perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa hasil tindakan siklus I dan II.

| No | Subjek | Siklus I | Siklus II | Pengurangan | % |
|----|-----------|----------|-----------|-------------|--------|
| 1 | HA | 10 | 5 | 5 | 50 |
| 2 | AN | 10 | 6 | 4 | 40 |
| 3 | IY | 8 | 4 | 4 | 50 |
| 4 | AR | 6 | 2 | 4 | 66,66 |
| 5 | IS | 6 | 3 | 3 | 50 |
| | Jumlah | 40 | 20 | 20 | 256,66 |
| | Rata-rata | 8 | 4 | 4 | 51,33 |

Berdasarkan tabel 5 di atas dapat diketahui frekuensi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa yang menjadi subjek penelitian pada siklus I sebanyak 40, setelah dilakukan tindakan siklus II frekuensi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa yang menjadi subjek

penelitian berkurang menjadi 20. Tindakan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* setelah dilaksanakan, perilaku terlambat siswa mengalami pengurangan 20. Data di atas menunjukkan bahwa pada pelaksanaan siklus I dan II mengalami perubahan sebanyak 51,33%.

Dapat mengetahui tingkat keberhasilan pada pra tindakan, siklus I dan II maka data pra tindakan dibandingkan dengan data hasil siklus I dan siklus II.

Tabel 6. Data Pengurangan Perilaku Terlambat Mengikuti Pembelajaran Siswa Pra tindakan, Siklus I dan II.

| No | Subjek | Pra Tindakan | Siklus I | Siklus II | Pengurangan | % |
|----|-----------|--------------|----------|-----------|-------------|--------|
| 1 | HA | 13 | 10 | 5 | 5 | 50 |
| 2 | AN | 13 | 10 | 6 | 4 | 40 |
| 3 | IY | 11 | 8 | 4 | 4 | 50 |
| 4 | AR | 10 | 6 | 2 | 4 | 66,66 |
| 5 | IS | 9 | 6 | 3 | 3 | 50 |
| | Jumlah | 56 | 40 | 20 | 20 | 256,66 |
| | Rata-rata | 11,2 | 8 | 4 | 4 | 51,33 |

Berdasarkan tabel 6 di atas dapat diketahui sebelum diberikan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* sebanyak 56, dan setelah diberikan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* pada siklus I menunjukkan bahwa perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa mengalami pengurangan sebesar 40. Layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* dilanjutkan ke siklus II bahwa hasil menunjukkan frekuensi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa berkurang menjadi 20, dengan demikian setelah diberikan tindakan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* siswa mengalami pengurangan sebanyak 20. Data di atas menunjukkan bahwa pada pelaksanaan pra tindakan, siklus I dan siklus II mengalami perubahan sebanyak 51,33%.

Observasi Tindakan Siklus II

Hasil Observasi Terhadap Guru BK pada Siklus II

Berdasarkan hasil observasi terhadap Guru BK dalam kegiatan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring*, berikut ditampilkan pada tabel 7.

Tabel 7. Pedoman Observasi Terhadap Guru BK Siklus II

| Tahap Kegiatan Konseling kelompok Teknik <i>Cognitive Restructuring</i> | Isi Kegiatan Konseling Kelompok Teknik <i>Cognitive Restructuring</i> | Alternatif Jawaban | |
|---|--|--------------------|-------|
| | | Ya | Tidak |
| Tahap Pembentukan | 1) Pemimpin kelompok mengucapkan salam | √ | |
| | 2) Pemimpin kelompok menerima secara terbuka | √ | |
| | 3) Memimpin do'a | √ | |
| | 4) Pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok untuk memperkenalkan diri | √ | |
| | 5) Pemimpin kelompok menjelaskan tujuan dan asas-asas konseling kelompok teknik <i>cognitive restructuring</i> | √ | |
| | 6) Pemimpin kelompok menjelaskan tahap pelaksanaan konseling kelompok | √ | |
| | 7) Pemimpin dan anggota kelompok membuat kesepakatan waktu | √ | |

| | | |
|--|--|---|
| Tahap Peralihan | 1) Pemimpin kelompok menjelaskan tata tertib mengenai kegiatan yang akan dilaksanakan pada kegiatan. | √ |
| | 2) Pemimpin kelompok dan anggota kelompok mengadakan permainan | √ |
| | 3) Menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk melangkah pada tahap kegiatan. | √ |
| Tahap Kegiatan | 1) Pemimpin kelompok menjelaskan masalah yang hendak dikemukakan dalam kelompok. | √ |
| | 2) Pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok untuk mengemukakan penyebab masalah yang dialami siswa. | √ |
| | 3) Pemimpin kelompok dan siswa memilih dan menetapkan masalah yang akan dibahas. | √ |
| | 4) Pemimpin kelompok dan siswa memilih penanganan masalah yang sesuai dengan masalah tersebut. | √ |
| | 5) Pemimpin kelompok menanyakan kepada siswa, apakah menerima solusi yang diberikan oleh anggota kelompok. | √ |
| Tahap pengakhiran | 1) Pemimpin kelompok menyampaikan bahwa kegiatan diakhiri. | √ |
| | 2) Pemimpin kelompok memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan kesan dan pesan. | √ |
| | 3) Pemimpin dan anggota kelompok merencanakan pertemuan berikut. | √ |
| | 4) Pemimpin kelompok memimpin do'a. | √ |
| | 5) Ucapan terima kasih. | √ |
| Penampilan Guru BK dalam pemberian layanan mencerminkan pribadi seorang guru BK | | √ |
| Volume guru BK dalam pemberian layanan dapat didengar semua siswa | | √ |
| Kecermatan guru BK dalam melihat situasi dan kondisi siswa selama pelaksanaan kegiatan konseling kelompok. | | √ |

Hasil Observasi Terhadap siswa pada Siklus II

Berdasarkan hasil observasi terhadap kegiatan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* yang dilakukan siswa, berikut ditampilkan pada tabel 8.

Tabel 8. Pedoman Observasi Terhadap Siswa Siklus II

| Tahap Kegiatan Konseling Kelompok Teknik Cognitive Restructuring | Isi kegiatan konseling kelompok Teknik Cognitive Restructuring | Alternatif Jawaban | |
|---|---|-----------------------|-------|
| | | Ya | Tidak |
| a) | Saling memperkenalkan diri | √ | |

| | | | |
|-------------------|----|---|---|
| Tahap Pembentukan | b) | Mendengarkan penyampaian yang disampaikan pemimpin kelompok | √ |
| | c) | Membuat kesepakatan waktu | √ |
| | a) | Mendengarkan penjelasan arahan untuk lanjut pada tahap kegiatan | √ |
| Tahap Peralihan | b) | Mengadakan permainan | √ |
| | c) | Siap ketahap kegiatan. | √ |
| | a) | Mendengarkan penyampaian dari pemimpin kelompok | √ |
| Tahap Kegiatan | b) | Mengungkapkan penyebab dari permasalahan | √ |
| | c) | Bersama-sama dengan pemimpin kelompok menentukan masalah yang akan dibahas. | √ |
| | d) | Memilih dan membahas permasalahan yang dipilih secara tuntas | √ |
| | e) | Memberi gagasan dalam penyelesaian masalah yang telah dibahas. | √ |
| | f) | Menerima gagasan atau solusi yang telah diutarakan | √ |
| | a) | Menyampaikan pesan dan kesan selama kegiatan pelaksanaan layanan | √ |
| Tahap Pengakhiran | b) | Megadakan perjanjian untuk pertemuan berikut. | √ |
| | c) | Doa bersama | √ |
| | d) | Ucapan terima kasih | √ |

Berdasarkan hasil pengamatan terhadap kegiatan yang dilakukan pada siklus II menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* telah berjalan dengan baik, hal ini dikarenakan selama proses pelaksanaan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring*, pemimpin kelompok sudah melaksanakan tahap-tahap dalam konseling kelompok, adapun kecermatan pemimpin kelompok dalam mengontrol situasi dan kondisi siswa selama pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* sudah baik dan volume suara pemimpin kelompok juga sudah terdengar jelas dan dapat didengar oleh semua siswa (ditampilkan pada tabel 5 di atas). Keseriusan siswa dalam mengikuti layanan konseling kelompok teknik *cognitive resrtucturing* juga sudah baik (ditampilkan pada tabel 6 di atas) dan perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa berkurang, dan sudah maksimal.

Refleksi Tindakan Siklus II

Berdasarkan hasil pengamatan melalui lembar observasi yang dilakukan oleh siswa (bukan subjek penelitian) selama 1 minggu setelah tindakan berlangsung, maka diperoleh kesimpulan bahwa pengguna layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* dapat mengurangi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa.

Pada siklus II, siswa telah mengalami penurunan dalam perilaku terlambat mengikuti pembelajaran. Hal ini dapat diketahui pada tingkat penurunan frekuensi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran dari siklus I dan siklus II. Peneliti merasa bahwa penelitian tindakan penggunaan

layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* untuk mengurangi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran pada siswa tidak perlu dilanjutkan ke siklus berikut.

Pembahasan

Berdasarkan data yang berhasil disajikan pada bagian terdahulu secara tegas dapat dinyatakan bahwa perilaku terlambat dengan melalui konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* terbukti dapat mengurangi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran pada siswa. Hal tersebut dibuktikan dari kegiatan pra tindakan dan hasil pengamatan pada siklus I dan siklus II.

Pembahasan Pra Tindakan

Proses sebelum tindakan siklus I maka peneliti melakukan pra tindakan (observasi awal) yang bertujuan untuk mengetahui perbandingan sebelum dan sesudah diberikan tindakan.

Observasi awal (pra tindakan) yang bertujuan untuk mengetahui perbandingan sebelum dan sesudah diberikan tindakan. Observasi awal (pra tindakan) dilakukan dengan mengumpulkan data frekuensi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa yang dikumpulkan dalam waktu 1 minggu dengan menggunakan lembar observasi. Hasil data frekuensi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa pra tindakan pada tabel 1 menunjukkan bahwa HA mempunyai frekuensi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran sebanyak 13 kali atau sebesar 52%, AN sebanyak 13 kali atau sebesar 52%, IY sebanyak 11 kali atau sebesar 44%, AR sebanyak 10 kali atau sebesar 40%, dan IS sebanyak 9 kali atau sebesar 36%, dengan jumlah keseluruhan rata-rata 44,8%.

Dari hasil observasi yang diisi oleh siswa (bukan subjek penelitian) diketahui bahwa siswa (subjek penelitian) sering melakukan perilaku terlambat mengikuti pembelajaran karena kurang kesadaran dan terpengaruh oleh pikiran-pikiran negatif seperti beranggapan bahwa biar terlambat mengikuti pembelajaran tetap naik kelas dan beranggapan bahwa mengikuti pembelajaran tepat waktu tidak menjamin mendapat prestasi yang baik.

Pembahasan Hasil Tindakan Siklus I

Terjadi pengurangan frekuensi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa setelah dilaksanakan tindakan siklus I. Frekuensi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa mengalami pengurangan dan hasil data tersebut akan ditunjukkan dalam bentuk (%) sebagai berikut : berdasarkan tabel 4.2 data pengurangan perilaku terlambat mengikuti pembelajaran setelah dilaksanakan siklus I menunjukkan bahwa HA mempunyai frekuensi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran berkurang menjadi 10 kali atau sebesar 23,07%, AN berkurang menjadi 10 kali atau sebesar 23,07%, IY berkurang menjadi 8 kali atau sebesar 27,27%, AR berkurang menjadi 6 kali atau sebesar 40%, dan IS berkurang menjadi 6 kali atau sebesar 33,33%, dengan rata-rata pengurangan 29,34%. Penunjang keberhasilan layanan konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* adalah keterlibatan guru BK dan siswa dalam mengikuti tiap tahap konseling, serta ketaatan siswa dalam melaksanakan layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring*.

Pembahasan Hasil Tindakan Siklus II

Hasil setelah melakukan perbaikan terhadap kekurangan yang terjadi dalam pelaksanaan tindakan siklus I, maka kegiatan tindakan siklus II terjadi pengurangan perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa yang lebih signifikan dan ditunjukkan dalam bentuk (%) sebagai berikut : berdasarkan tabel 4.4 data pengurangan perilaku terlambat mengikuti pembelajaran setelah dilaksanakan siklus II menunjukkan bahwa HA mempunyai frekuensi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran berkurang menjadi 5 kali atau sebesar 50%, AN berkurang menjadi 6 kali atau sebesar 40%, IY berkurang menjadi 4 kali atau sebesar 50%, AR berkurang menjadi 2 kali atau sebesar 66,66%, dan IS berkurang menjadi 3 kali atau sebesar 50%, dengan rata-rata pengurangan 51,33%.

Hal ini membuktikan bahwa penelitian ini berhasil dan sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti lain dengan menggunakan teknik yang sama yaitu teknik *cognitive restructuring*. Penelitian yang terdahulu adalah penelitian yang dilakukan oleh Prasetyo Hadi, R (2016) Universitas Tadulako yang berjudul “Efektivitas Konseling Kelompok *Cognitive Restructuring* Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 2 Palu” hasil penelitian menunjukkan bahwa ada peningkatan motivasi belajar siswa sesudah diberikan layanan

konseling kelompok *cognitive restructuring*. Penelitian yang dilakukan oleh Dewi, W (2018) Universitas Tadulako yang berjudul “Upaya Mengurangi Perilaku Terlambat Melalui Konseling Kelompok Teknik *Behavior Contract* Pada Siswa SMP Negeri 15 Palu” hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh positif pemberian layanan konseling kelompok teknik *behavior contract* terhadap perilaku terlambat pada siswa SMP Negeri 15 Palu. Penelitian yang dilakukan oleh Nugroho, G.J.D (2016) Universitas Negeri Surabaya yang berjudul “Penerapan Konseling Kelompok *Cognitive Restructuring* Untuk Mengurangi Rasa Rendah Diri Siswa Kelas VIII B MTS Raden Paku Wringina Nom Gresik” hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan strategi *cognitive restructuring* dapat mengurangi rasa rendah diri pada siswa kelas VIII B MTS Raden Paku Wringina Nom Gresik.

Menurut Kemmis dan Mc Taggart (dalam Hidayat, Dede, R & Aip, B 2011) penelitian tindakan kelas ini terdiri dari tiga tahap pada satu siklus, apabila dalam tindakan kelas ini ditemukan kekurangan dan tidak tercapai target yang ditentukan maka, diperbaiki pada perencanaan dan pelaksanaan berikut. Jika dalam siklus kedua terjadi perubahan sebesar 50%, maka tidak akan dilaksanakan pada siklus ketiga dan dikembalikan pada pembimbing di sekolah tersebut.

Berdasarkan dari klasifikasi yang telah dibahas di BAB III, dapat diketahui tinggi rendah tingkat perilaku terlambat mengikuti pembelajaran yang dilakukan oleh siswa SMA Negeri 7 Palu pada pra tindakan tergolong tinggi, setelah diberikan tindakan dengan 2 siklus tingkat keterlambatan yang dialami oleh siswa menjadi berkurang. Pada siklus I perilaku terlambat mengikuti pembelajaran masih berada pada klasifikasi tinggi yaitu berkurang sebesar 29,34%, sehingga peneliti melanjutkan ke siklus II untuk mendapatkan hasil yang maksimal. Siklus II dilakukan agar perilaku terlambat mengikuti pembelajaran siswa berkurang sebesar 51,33% atau rendah. Hal ini tidak lagi dilanjutkan ke siklus berikut karena tindakan siklus I dan II telah mencapai tingkat keberhasilan sebesar 51,33%.

Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* berhasil dalam mengurangi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran pada siswa. Hal ini secara keseluruhan (Pra tindakan, tindakan siklus I, dan tindakan siklus II).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil data yang telah diuraikan dari hasil penelitian yang dilakukan maka dapat disimpulkan tindakan melalui layanan konseling kelompok teknik *cognitive restructuring* pada siklus I dan siklus II dapat mengurangi perilaku terlambat mengikuti pembelajaran pada siswa.

REFERENSI

- Alamri, N. (2015). Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah. *Jurnal Konseling GUSJIGANG*. Universitas Muria Kudus. Jawa Tengah. Dipublikasikan. Vol.1. No.1. hal 1-11.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Apriyanti, S. (2014). Efektivitas Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Mereduksi Kecemasan Komunikasi Pada Remaja. *Skripsi*, Program Sarjana. Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung. Dipublikasikan.
- Cristi, D. Chintia. (2013). Penggunaan Strategi Cognitive Restructuring Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Kelas X-TSM (Teknik Sepeda Motor)-1 SMK Negeri 1 Mojokerto. *Jurnal BK UNESA*. Universitas Negeri Surabaya. Dipublikasikan. Vol.04. No. 01. Hal.266-273.
- Dewi, W. (2018). Upaya Mengurangi Perilaku Terlambat Datang Ke Sekolah Melalui Konseling Kelompok Teknik Behavior Contract. *Skripsi*, Program Sarjana. Universitas Tadulako. Palu. Tidak DiPublikasikan.
- Erford. T. Bradley. (2016). *40 Teknik yang harus diketahui setiap konselor*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Harwanti, N & Jawahirul, K. (2016). Teknik Cognitive Restructring Untuk Meningkatkan Self Efficacy Belajar Siswa. *Jurnal Psikologi*. Universitas PGRI Banyuwangi. Jawa Timur. Dipublikasikan. Vol.3. No.2. hal 76-86.
- Hidayat, Dede, R & Aip,B. (2011). *Penelitian Tindakan Dalam Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Indeks.
- Khairi, A. Miftahul. (2017). Cognitive Restructuring Sebagai Upaya Preventif Bunuh Diri Siswa Di Sekolah. *Proceeding Seminar Dan Lokakarya Nasional Revitalisasi Laboraturium Dan Jurnal Ilmiah Dalam Implementasi Kurikulum Bimbingan dan Konseling IAIN Surakarta*. Dipublikasikan. Hal. 10-19.
- Lestari, W. (2018). Penerapan Konseling Kelompok Strategi Cognitive Restructuring (CR) Untuk Menurunkan Perilaku Egoisentrisme. *Jurnal Mahasiswa Unesa*. Universitas Negeri Surabaya. Jawa Timur. Dipublikasikan. Vol. 08. No 02. hal 91-97.
- Nurchahyo Rizky, T. (2013). Penerapan Layanan Informasi Untuk Meningkatkan Pemahaman Studi Lanjut Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Jogoroto Jombang. *Jurnal BK UNESA*. Universitas Negeri Surabaya. Jawa Barat. Dipublikasikan. Vol. 04. No. 01. Hal. 314-318.
- Nugroho, G.J.D. (2016). Penerapan Konseling Kelompok Cognitive Restructuring Untuk Mengurangi Rasa Rendah Diri Siswa. *Jurnal Mahasiswa Unesa*. Universitas Negeri Surabaya. Jawa Barat. Dipublikasikan. Vol. 08. No. 02. hal 1-8.
- Nurfirdaus, N & Risnawati. (2019). Studi Tentang Pembentukan Kebiasaan Dan Perilaku Sosial Siswa. *Jurnal Lensa Pedas*. Program Studi PGSD STKIP Muhammadiyah Kuningan. Jawa Barat. Dipublikasikan. Vol.4. No.01. Hal 36-46.
- Nursalim, M. (2013). *Strategi Dan Intervensi Konseling*. Jakarta Barat: Akademia Permata.
- Prasetyo Hadi, R. (2016). Efektivitas Konseling Kelompok Cognitive Restructuring Dalam Meningkatkan Motivasi. *Skripsi*, Program Sarjana Universitas Tadulako. Palu. Tidak Dipublikasikan.
- Prayitno dan Amti, E. (2013). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Priani, S. Dewi. (2013). Pengaruh Konseling Individu Melalui Pendekatan Realita Untuk Mengurangi Kebiasaan Terlambat Siswa di SMP Negeri 1 Sumberejo. *Jurnal BK Unesa*. Universitas Negeri Surabaya. Dipublikasikan. Vol.03. No. 01. Hal.408-415.
- Ramadhoni, S. Rahmah. (2017) Islamic Cognitive Restructuring Dalam Menangani Konsep Diri Rendah Seorang Siswa Kelas VIII di SMP Khadijah Surabaya. *Skripsi*, Program Sarjana. Universitas Islam Sunan Ampel Surabaya. Dipublikasikan.
- Salawati. (2018). Penerapan Layanan Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Kebiasaan Siswa Terlambat Hadir Ke Sekolah. *Skripsi*, Program Sarjana. Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Medan. Dipublikasikan.
- Sudijono, A. (2014). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta : Rajawali Pers.
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Research & Deveploment)*. Bandung: CV Afabeta.
- Supriyanto, A. (2012). Mengatasi Perilaku Terlambat Datang Ke Sekolah Melalui Layanan Konseling Individu Pendekatan Behavioristik Dengan Teknik Behavior Shaping di SMP Negeri 19 Semarang. *Jurnal Penelitian*. Universitas Negeri Semarang. Jawa Tengah. Dipublikasikan. Vol. 01. No.01.Hal 37-42.
- Wibowo. (2005). *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: Unnes Press.
- Winkel. (2006). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: PT. Grasindo.