

**EFEKTIVITAS TEKNIK *BEHAVIORAL SKILLS TRAINING* (BST)
DALAM BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP
PENINGKATAN KETERAMPILAN SOSIAL SISWA KELAS XI
DI SMA NEGERI 10 YOGYAKARTA**



**Oleh:
ARIF FAJAR ROMADHON
NIM 18713251045**

Tesis ini ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan
untuk mendapatkan gelar Magister Pendidikan

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2021**

ABSTRAK

ARIF FAJAR ROMADHON: Efektivitas Teknik *Behavioral Skills Training* dalam Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Keterampilan Sosial Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 10 Yogyakarta. Tesis. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta, 2021.

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengetahui tingkat keterampilan sosial pada siswa kelas XI SMA Negeri 10 Yogyakarta; (2) menguji efektivitas teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok terhadap peningkatan keterampilan sosial siswa kelas XI di SMA Negeri 10 Yogyakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif jenis *true experimental* dengan desain *pretest-posttest control group*. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas XI SMAN 10 Yogyakarta. Penentuan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling* sehingga diperoleh sampel secara acak siswa kelas XI MIPA 3 sebagai kelas eksperimen dan siswa kelas XI MIPA 1 sebagai kelas kontrol. Obyek penelitian ini adalah keterampilan sosial siswa kelas XI SMAN 10 Yogyakarta. Instrumen yang digunakan adalah skala keterampilan sosial siswa dengan 106 item pernyataan. Validitas isi menggunakan model *Gregory* diperoleh skor 0,94 yang bermakna validitas tinggi. Hasil uji reliabilitas *cronbach's alpha* sebesar 0,961. Teknik analisis data menggunakan uji Wilcoxon untuk melihat pengaruh perlakuan sedangkan uji Mann Whitney digunakan untuk menjawab hipotesis.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) tingkat keterampilan sosial siswa kelompok eksperimen dan kontrol baik *pretest* dan *posttest* berkategori tinggi, (2) hasil uji Wilcoxon diperoleh nilai signifikansi $0,001 < 0,05$, sedangkan nilai signifikansi uji Mann Whitney sebesar $0,517 > 0,05$ sehingga H_a ditolak dan H_o diterima yang bermakna bahwa teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok tidak efektif terhadap peningkatan keterampilan sosial siswa kelas XI di SMA Negeri 10 Yogyakarta.

Kata Kunci: teknik *behavioral skills training*, bimbingan kelompok, keterampilan sosial

ABSTRACT

ARIF FAJAR ROMADHON: The Effectiveness of Behavioral Skills Training Techniques in Group Guidance to Increase The Social Skills of Grade 11 Students of State Senior High School 10 Yogyakarta. Thesis. Yogyakarta: Faculty of Science Education, Yogyakarta State University, 2021.

This study aims to: (1) determine the level of social skills of grade 11 students of state senior high school 10 in Yogyakarta; (2) testing the effectiveness of the behavioral skills training technique in group guidance to increase the social skills of grade 11 students of State Senior High School 10 Yogyakarta.

This study was a true experimental quantitative research with a pretest-posttest control group design. The population of this study are grade 11 students of State Senior High School 10 Yogyakarta. Determination of the sample using cluster random sampling technique in order to obtain a random sample of students of Science Class 11-3 becomes the experimental class and students of Science Class 11-1 becomes the control class. The object of this research was the social skills of grade 11 students of State Senior High School 10 Yogyakarta. The instrument used was the student's social skill scale with 106 statement items. The content validity using the Gregory model obtained a score of 0.94 which means high validity. The results of the Cronbach's alpha reliability test was 0.961. The data analysis technique used the Wilcoxon test to see the effect of the treatment, while the Mann Whitney test was used to answer the hypothesis.

The results shows that (1) the level of social skills of the experimental and control group students both in the pretest and posttest are high, (2) the Wilcoxon test results obtained a significance value of $0.001 < 0.05$, while the significance value of the Mann Whitney test is $0.517 > 0.05$ so that H_a is rejected and H_o is accepted which means that the behavioral skills training technique in group guidance is not effective to increase the social skills of grade 11 students of State Senior High School 10 Yogyakarta.

Keywords: *behavioral skills training, group guidance, social skills*

LEMBAR PERSETUJUAN

**EFEKTIVITAS TEKNIK *BEHAVIORAL SKILLS TRAINING* (BST)
DALAM BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP
PENINGKATAN KETERAMPILAN SOSIAL SISWA KELAS XI
DI SMA NEGERI 10 YOGYAKARTA**

**Arif Fajar Romadhon
NIM. 18713251045**

Tesis ini ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan
Mendapatkan gelar Magister Pendidikan
Program Studi Bimbingan dan Konseling

Menyetujui untuk diajukan pada ujian tesis

Pembimbing,



Prof. Dr. Muh Farozin, M.Pd.
NIP 19541123 198003 1 001

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama mahasiswa : Arif Fajar Romadhon
Nomor Mahasiswa : 18713251045
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Dengan ini menyatakan bahwa tesis ini merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar magister di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya dalam tesis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Yogyakarta, 23 Desember 2020
Yang membuat pernyataan,



Arif Fajar Romadhon
NIM 18713251045

LEMBAR PENGESAHAN


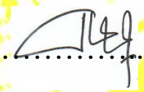


**EFEKTIVITAS TEKNIK *BEHAVIORAL SKILLS TRAINING* (BST)
DALAM BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP
PENINGKATAN KETERAMPILAN SOSIAL SISWA KELAS XI DI SMA
NEGERI 10 YOGYAKARTA**

**ARIF FAJAR ROMADHON
NIM 18713251045**

Dipertahankan di depan Tim Penguji Tesis
Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta


Tanggal: 28 Januari 2021

TIM PENGUJI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Sujarwo, M.Pd. (Ketua/Penguji)		18-02-2021
Dr. Budi Astuti, M.Si. (Sekretaris/Penguji)		17-02-2021
Prof. Dr. Muh. Farozin, M.Pd. (Pembimbing/Penguji)		11-02-2021
Yulia Ayriza, M.Si., Ph.D. (Penguji Utama)		12-02-2021

Yogyakarta, 18 Februari 2021
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,




Dr. Sujarwo, M.Pd.
NIP 19691030 200312 1 001_L

KATA PENGANTAR

Syukur *Alhamdulillah* penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia yang diberikan sehingga peneliti dapat menyelesaikan tesis yang berjudul “Efektivitas Teknik *Behavioral Skills Training* dalam Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Keterampilan Sosial Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 10 Yogyakarta”. Penyusunan tesis ini tidak lepas dari dukungan dan bantuan berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:


1. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan penulis menimba ilmu di Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan pelayanan akademik.
3. Bapak Prof. Dr. Muh. Farozin, M.Pd. ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta sekaligus dosen pembimbing tesis yang selalu memberikan bimbingan dan motivasi bagi penulis untuk menyelesaikan tesis dan masa perkuliahan.
4. Ibu Diana Septi Purnama, M.Pd, Ph.D. dosen pembimbing akademik yang senantiasa memberikan arahan dan motivasi untuk menyelesaikan masa perkuliahan.
5. Ibu Dr. Rita Eka Izzaty, M.Si. dan Dr. Budi Astuti.M.Si., dosen validator ahli yang memberikan saran dan masukan demi memperbaiki instrumen penelitian.
6. Seluruh dosen S2 Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ilmu pengetahuannya

7. Seluruh staf Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan pelayanan terbaik
8. Kepala Sekolah SMA Negeri 10 Yogyakarta yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
9. Ibu Diyah Suyuti S.Pd guru BK di SMA Negeri 10 Yogyakarta yang telah mendampingi dan mengarahkan selama penelitian.
10. Kedua orang tua yang senantiasa memberikan motivasi dan bimbingan untuk menyelesaikan masa perkuliahan dan tugas akhir tesis.
11. Teman-teman mahasiswa BK kelas A, B, dan C angkatan 2018 yang saling memberikan dukungan untuk segera menyelesaikan tugas perkuliahan dan tugas akhir tesis
12. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu-persatu, yang telah membantu dalam penulisan tugas akhir tesis ini.

Penulis menyadari banyak kekurangan dalam penulisan tesis dan mengharapkan masukan konstruktif dari berbagai pihak. Semoga tesis ini bermanfaat bagi pembaca.

Yogyakarta, Februari 2021

Penulis,



Arif Fajar Romadhon
NIM. 18713251045

DAFTAR ISI

	hal
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN ABSTRAK.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	14
C. Pembatasan Masalah	14
D. Rumusan Masalah	15
E. Tujuan Penelitian.....	15
F. Manfaat Penelitian.....	15
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	17
1. Teknik <i>Behavioral Skills Training</i>	17
a. Pengertian Teknik <i>Behavioral Skills Training</i>	17
b. Tujuan Teknik <i>Behavioral Skills Training</i>	20
c. Syarat Teknik <i>Behavioral Skills Training</i>	24
d. Prosedur Teknik <i>Behavioral Skills Training</i>	29
e. Peran Konselor dan Konseli dalam Teknik <i>Behavioral Skills Training</i>	43
f. Teknik <i>Behavioral Skills Training</i> dalam Bimbingan Kelompok.....	46

2. Keterampilan Sosial Siswa	58
a. Pengertian Keterampilan Sosial Siswa.....	58
b. Arti Penting Keterampilan Sosial Bagi Siswa.....	63
c. Aspek Keterampilan Sosial Siswa.....	70
d. Faktor yang Mempengaruhi Keterampilan Sosial Siswa	79
B. Kajian Penelitian yang Relevan	89
C. Kerangka Pikir.....	96
D. Hipotesis Penelitian.....	101
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Desain Penelitian	102
B. Tempat dan Waktu Penelitian	109
C. Populasi dan Sampel Penelitian	109
D. Variabel Penelitian	111
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	113
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	119
G. Teknik Analisis Data.....	121
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Hasil Penelitian	125
B. Hasil Uji Hipotesis Penelitian	170
C. Pembahasan.....	179
D. Keterbatasan Penelitian	191
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan.....	193
B. Implikasi.....	193
C. Saran.....	193
DAFTAR PUSTAKA	194
LAMPIRAN.....	208

DAFTAR TABEL

	halaman
Tabel 1. Skema <i>Pretest-Posttest Control Group Design</i>	103
Tabel 2. Data Siswa Kelas XI SMA Negeri 10 Yogyakarta	110
Tabel 3. Skor Jawaban Pernyataan <i>Favorable Dan Unfavorable</i> Skala Keterampilan Sosial Siswa	114
Tabel 4. Kisi- Kisi Instrumen Keterampilan Sosial Siswa.....	118
Tabel 5. Kategorisasi data <i>pretest</i> keterampilan sosial siswa kelompok kontrol dan kelompok eksperimen	128
Tabel 6. Rerata <i>Pretest</i> Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Kontrol dan Eksperimen.....	129
Tabel 7. Kategorisasi Data <i>Posttest</i> Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen	162
Tabel 8 Rerata <i>Posttest</i> Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Kontrol dan Eksperimen	164
Tabel 9. Perbandingan Skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Keterampilan Sosial Siswa	165
Tabel 10. Kategorisasi Keterampilan Sosial Siswa.....	166
Tabel 11 Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttests</i> Keterampilan Sosial Siswa Kelas XI MIPA 3 (Kelompok Ekperimen)	167
Tabel 12. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttests</i> Keterampilan Sosial Siswa Kelas XI MIPA 1 (Kelompok Kontrol).....	168
Tabel 13. Uji Normalitas Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Keterampilan Sosial Siswa	171
Tabel 14. Uji Homogenitas Data <i>Pretest</i> Keterampilan Sosial Siswa	172
Tabel 15. Uji Homogenitas Data <i>Posttest</i> Keterampilan Sosial Siswa.....	173
Tabel 16. Uji Wilcoxon Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen.....	174
Tabel 17. Ranks Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen	174
Tabel 18. Deskriptif Data pada <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen.....	175
Tabel 19. Uji Wilcoxon Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Kontrol	175
Tabel 20. Ranks Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Kontrol	176
Tabel 21 Deskriptif Data pada <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Kontrol	177
Tabel 22. Hasil Uji Mann-Whitney Data <i>Pretest</i> Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen dan Kontrol	178
Tabel 23. Hasil Uji Mann-Whitney Data <i>Posttest</i> Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen dan Kontrol	178

DAFTAR GAMBAR

	halaman
Gambar 1. Grafik Anak Berhadapan dengan Hukum Tahun 2018.....	6
Gambar 2. Kerangka berpikir.....	101
Gambar 3. Histogram Perbandingan Skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Keterampilan Sosial.....	165
Gambar 4. Grafik Histogram <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen	168
Gambar 5. Grafik Histogram <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Kontrol	170

DAFTAR LAMPIRAN

	halaman
Lampiran 1. Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Materi, dan Naskah Drama.....	209
Lampiran 2. <i>Pretest</i> Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen.....	249
Lampiran 3. <i>Posttest</i> Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen	250
Lampiran 4. <i>Pretest</i> Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Kontrol	251
Lampiran 5. <i>Posttest</i> Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Kontrol	252
Lampiran 6. Skala Keterampilan Sosial Siswa Sebelum Eksperimen	253
Lampiran 7. Validasi Instrumen <i>Expert Judgment</i> (Rater 1)	259
Lampiran 8. Validasi Instrumen <i>Expert Judgment</i> (Rater 2)	266
Lampiran 9. Hasil Uji Validitas Isi Gregory oleh <i>Expert Judgment</i>	273
Lampiran 10. Hasil Uji Reliabilitas Skala Keterampilan Sosial Siswa	275
Lampiran 11. Skala Keterampilan Sosial Ssiwa untuk <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	277
Lampiran 12. Persentase Nilai Rerata <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Kontrol dan Eksperimen.....	282
Lampiran 13. Uji Normalitas <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	283
Lampiran 14. Uji Homogenitas Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	283
Lampiran 15. Uji Wilcoxon Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	283
Lampiran 16. Uji Mann-Whitney Data Pretest dan Posttest Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	284
Lampiran 17. Surat Keterangan Validasi Instrumen.....	285
Lampiran 18. Surat Ijin Penelitian	287
Lampiran 19. Surat Keterangan Selesai Melaksanakan Penelitian.....	288
Lampiran 20. Dokumentasi Penelitian.....	289

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk ciptaan Tuhan yang memiliki ciri khas tertentu. Ciri khas tersebut berupa makhluk yang bersifat individu sekaligus memiliki sifat sosial. Bersifat individu karena manusia berusaha memenuhi kebutuhan, mengembangkan, dan merealisasikan diri sendiri, sedangkan bersifat sosial karena manusia perlu melakukan interaksi dan membangun hubungan dengan orang lain dalam segala aktivitas sehari-hari (Habibah, Aisyiyah, & Ningrum, 2012: 2). Berbagai macam kebutuhan manusia seperti kebutuhan biologis, ekonomis dan bahkan kebutuhan akan kasih sayang dalam proses pemenuhannya membutuhkan bantuan orang lain, sehingga manusia sering disebut sebagai makhluk sosial atau *zoon politicon* (Hantono & Pramitasari, 2018: 86; Inah, 2013: 177). Terkait sebagai makhluk sosial, manusia tidak mampu bertahan hidup sendiri akan tetapi hidup secara berkelompok dan saling membutuhkan antara satu dengan yang lain.

Individu pada dasarnya melakukan interaksi dan kerjasama dengan orang lain sebagai makhluk sosial senantiasa diperlukan untuk mengembangkan kompetensi sosial, tak terkecuali pada profesi Guru. Sejalan dengan amanat Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2005 Pasal 10 Ayat 1 Tentang Guru dan Dosen, menjelaskan bahwa kompetensi sosial adalah kemampuan guru untuk berkomunikasi dan berinteraksi secara efektif dan efisien dengan peserta didik, sesama guru, orangtua/wali peserta didik, dan masyarakat sekitar. Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan,

menjelaskan bahwa kompetensi sosial adalah kemampuan pendidik sebagai bagian dari masyarakat untuk berkomunikasi dan bergaul secara efektif dengan peserta didik, sesama pendidik, tenaga kependidikan, orangtua/wali peserta didik, dan masyarakat sekitar.

Undang-undang dan Peraturan Pemerintah (PP) tersebut berlaku umum tidak hanya berfokus pada guru dan dosen namun ditujukan pada semua individu yang mengembangkan kompetensi sosial. Kompetensi sosial merupakan kemampuan interaksi dan tanggung jawab sosial individu untuk berhubungan dengan orang lain yang meliputi perilaku empati, kepekaan sosial, kemampuan mengambil peran, toleransi, spontanitas, kemandirian, berperilaku aktif, keterbukaan, mampu menahan diri, pemilikan kepercayaan diri, kemampuan komunikasi dan kerjasama dalam lingkup profesi maupun masyarakat (Sjafei, 2018: 118; Shnyrenkov & Romanova, 2015:332; Sudarlan & Rifadin, 2016: 3333; Surya, 2003:138). Memiliki kompetensi sosial adalah suatu keharusan yang harus dipenuhi oleh setiap individu di mana saja dan kapan saja. Kompetensi sosial adalah kemampuan seseorang yang menyangkut tiga aspek, yakni: 1) perilaku adaptif yang meliputi a). kemandirian, b). pengembangan jasmani, c). pengembangan kemampuan bahasa, d). kemampuan akademik. 2) penerimaan teman sebaya, yakni individu dipilih, diterima, dan disukai oleh teman untuk melakukan aktivitas tertentu. 3). keterampilan sosial terdiri dari a). perilaku interpersonal, b). perilaku yang berkaitan dengan lingkungan, c). perilaku yang berkaitan dengan diri sendiri, d). perilaku yang berkaitan dengan tugas (Gooding, 2010: 5). Pendapat Gooding tersebut dapat dijelaskan bahwa untuk mengembangkan kompetensi sosial, setiap

individu harus memiliki dan mengupayakan perilaku adaptif, berusaha agar mendapatkan penerimaan dari teman sebaya, dan menggunakan keterampilan sosial untuk berinteraksi dengan orang lain secara sehat. Berdasarkan tiga aspek yang menyusun kompetensi sosial, maka penelitian ini difokuskan pada salah satu aspek yakni keterampilan sosial. Keterampilan sosial merupakan keterampilan yang dibutuhkan individu dalam hidup bermasyarakat atau berinteraksi dengan orang lain sehingga senantiasa berkembang dari masa ke masa sesuai dengan tugas perkembangan yang dialami.

Individu pada umumnya melalui tahapan perkembangan yang bersifat kontinyu. Hal ini berarti bahwa yang terjadi pada individu pada suatu masa sebelumnya akan mempengaruhi masa selanjutnya. Perkembangan manusia dimulai dari fase bayi hingga fase lansia. Setiap fase individu tersebut memiliki ciri khas, dinamika, bahkan perbedaan tugas perkembangan yang harus dilewati. Begitu pula dengan siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) yang termasuk kategori atau fase remaja karena memiliki rentang rata-rata usia antara 15 sampai 18 tahun. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan (Permenkes RI) Nomor 25 tahun 2014, menjelaskan bahwa remaja adalah penduduk yang berada dalam rentang usia 10 sampai 18 tahun. Santrock (2018: 13), menegaskan bahwa usia remaja memiliki ciri-ciri rentang usia 10 hingga 12 tahun dan berakhir pada usia 18 hingga 21 tahun. Masa remaja merupakan peralihan ataupun transisi antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa.

Masa peralihan ini menunjukkan semakin bertambah usia seseorang, interaksi sosial dan pergaulan dengan orang lain akan bertambah luas. Hal ini juga

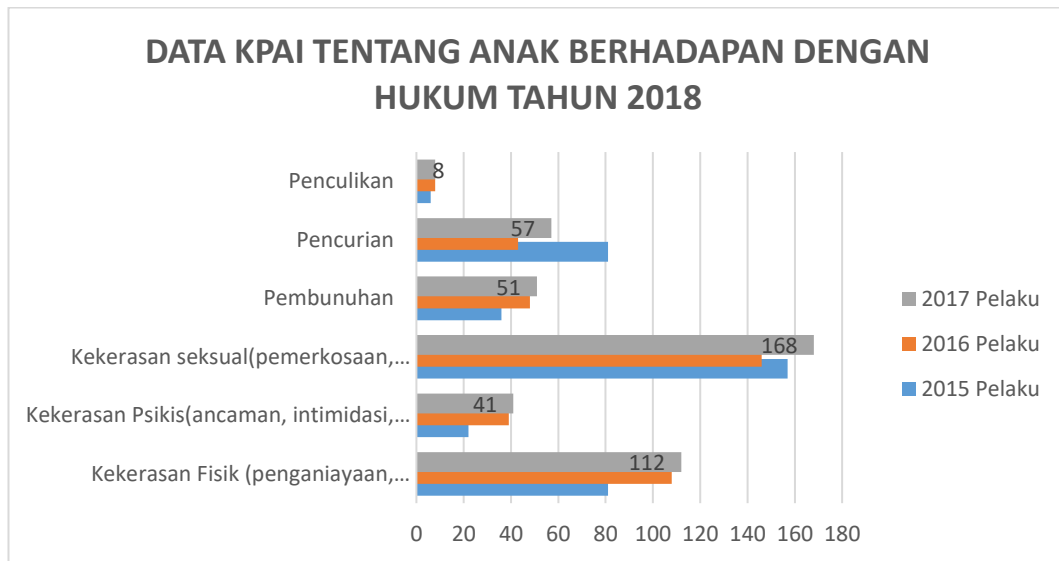
berdampak pada tugas perkembangan sosial remaja yang lebih kompleks daripada masa kanak-kanak. Remaja mulai serius dalam membina hubungan baik dengan teman sebaya dan juga teman dekat seperti orang tua untuk mengeksplorasi berbagai kemungkinan peran, mendapat bantuan akan rasa aman, pendampingan, dukungan emosional, dan sebagai model dalam mengembangkan identitas diri (Berk, 2017: 411). Remaja dalam melakukan hubungan sosial akan didominasi oleh kelompoknya dalam segi mencari bantuan emosional dan pemenuhan kebutuhan intelektual. Fase remaja memiliki kecenderungan untuk berusaha diterima di dalam lingkungan teman sebaya melalui konformitas atau melakukan penyamaan dengan teman ketika tidak memiliki keyakinan tentang identitas sosial dan dihadapkan pada seseorang yang dianggap memiliki status lebih baik (Prinstein & Giletta, 2016: 36-40; Teunissen et al., 2014: 87). Usia remaja dalam melakukan interaksi tidak sebatas dengan teman sebaya tetapi juga mulai muncul ketertarikan dengan lawan jenis (Jahya, 2011: 240; Purnama dan Raharjo, 2018: 208).

Usia remaja memiliki banyak harapan mengingat bahwa remaja merupakan calon penerus peradaban bangsa. Hal ini disebabkan karena pada fase remaja merupakan masa transisi ke fase dewasa yang terkadang dianggap sudah lebih produktif dalam bentuk fisik, kognitif, dan sosial. Bentuk fisik remaja mengalami perubahan yang pesat diikuti perubahan pada sikap dan perilaku yang menjadikan remaja berbeda dengan anak-anak, lebih bertanggungjawab dan mandiri (Saputro, 2017: 29). Secara fisik remaja mengalami banyak perkembangan yang secara langsung berdampak pada rasa tanggung jawab yang lebih besar dari perkembangan sebelumnya.

Aspek kognitif remaja secara kuantitatif dan kualitatif mengalami perkembangan yang sangat pesat. Otak ataupun kognitif pada rentang usia remaja mengalami perkembangan yang pesat sehingga berdampak pada semakin meningkat dalam mengontrol perilaku, menjadi semakin terarah atau sistematis, mengendalikan perilaku yang mengakibatkan stres, dan mengurangi bahkan menghilangkan perilaku yang bersifat impulsif (Woolfolk, 2016: 64). Aspek kognitif yang berkembang pada usia remaja lebih menunjang dalam berpikir maupun bertindak dalam memecahkan masalah dan mengelola lingkungan sekitar. Pola pikir remaja semakin abstrak, logis dalam merencanakan masa depan, dan sistematis dalam menguraikan masalah serta idealis terkait sesuatu yang memiliki kemungkinan (Santrock, 2018: 204; Sary, 2017: 9).

Aspek sosial remaja yang semakin luas daripada perkembangan sebelumnya memungkinkan untuk lebih banyak membangun relasi, komunikasi, dan kerjasama dengan orang lain. Relasi seimbang yang dibangun oleh remaja dengan orang tua memiliki pengaruh yang besar terhadap orientasi masa depan terutama bidang karir (Sakinah, 2016: 261). Harapan terhadap remaja didasari akan kemampuan fisik dan kognitif yang berkembang pesat sehingga memudahkan dalam membangun perilaku sosial seperti relasi, komunikasi, dan kerjasama dengan orang lain.

Namun, kenyataannya tidak semua remaja menunjukkan perilaku sosial yang diharapkan. Berbagai macam permasalahan remaja yang muncul di Indonesia sering menghiasi media elektronik dan cetak akhir-akhir tahun ini. Berikut data infografis berbagai permasalahan remaja yang dihimpun media *tirto.id* dari data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) tahun 2018.



Gambar 1. Grafik Anak Berhadapan dengan Hukum Tahun 2018

Berdasarkan laporan data KPAI tahun 2018 menginformasikan bahwa dari tahun 2015 hingga 2017 kasus anak berhadapan dengan hukum (ABH) sebagai pelaku cenderung meningkat. Kasus kekerasan fisik berupa penganiayaan, pengeroyokan dan perkelahian tahun 2015 terdapat 81 kasus, tahun 2016 ada 108 kasus, dan tahun 2017 ada 112 kasus. Kasus kekerasan psikis berupa ancaman, intimidasi dan sebagainya tahun 2015 terdapat 22 kasus, tahun 2016 ada 39 kasus, dan tahun 2017 ada 41 kasus. Kasus sebagai pelaku kekerasan seksual pada tahun 2015 terdapat 157 kasus, tahun 2016 terdapat 146, dan tahun 2017 ada 168 kasus. Kasus pembunuhan yang dilakukan oleh remaja pada tahun 2015 ada 36 kejadian, tahun 2016 terdapat 48 kasus, dan tahun 2017 terdapat 51 kasus. Kasus pencurian yang dilakukan pada tahun 2015 terdapat 81 kasus, tahun 2016 ada 43 kasus, dan pada tahun 2017 terdapat 57 kasus. Penculikan yang dilakukan oleh remaja pada tahun 2015 terdapat 6 kasus, pada tahun 2016 terdapat 8 kasus, dan tahun 2017 juga terdapat 8 kasus.

Hasil penelitian Badan Narkotika Nasional (BNN) menunjukkan bahwa penyalahgunaan narkotika di dalam lingkup remaja meningkat yang semula 20 % menjadi 24 % sampai 28%. Tahun 2017 BNN mengumpulkan data angka pengguna narkoba sebanyak 3.376.115 orang pada rentang usia 10 sampai 59 tahun. Tahun 2018 BNN mendapatkan data penyalahgunaan narkoba oleh kalangan pelajar di 13 ibu kota provinsi sebesar 2,29 juta orang. Kelompok yang rentan terkena penyalahgunaan narkoba memiliki rentang usia antara 15 sampai 35 tahun (Puslitdatin BNN, 2019). Selain data diatas, ada laporan dari Kompas tanggal 31 Oktober 2019 menunjukkan bahwa delapan anak dan remaja usia 7 sampai 15 tahun menjalani perawatan rumah sakit jiwa di Semarang. Delapan pelajar tersebut ketika diambil gawainya langsung marah pada orang lain dan sulit diajak berkomunikasi karena fokus dengan gadget.

Berita yang *viral* akhir-akhir ini di Yogyakarta adalah tentang *klitih*. Kasus *klitih* yang terjadi mayoritas dilakukan oleh remaja yang berstatus sebagai pelajar. Berdasarkan catatan data kepolisian pada tahun 2018 ada 13 kasus *klitih* yang terjadi. Adapun kejadian tersebut di Kota Yogyakarta ada 3 kasus, Kabupaten Bantul terdapat 3 kasus, Kabupaten Sleman ada 4 kasus, Kabupaten Kulon Progo ada 2 kasus, dan Kabupaten Gunungkidul ada 1 kasus. Kebanyakan motif dari pelaku *klitih* adalah berupa solidaritas dan upaya balas dendam. Mengejutkan bahwa pelaku *klitih* yang berhasil diungkap di Provinsi DIY didominasi oleh pelajar atau usia remaja (Wardhani, 2018).

Berbagai masalah perilaku pada remaja disebabkan oleh pemahaman terhadap permasalahan yang terlalu sempit dan rendahnya keterampilan sosial. Pemahaman

terhadap permasalahan yang terlalu sempit menjadi penyumbang semakin meningkat masalah perilaku pada remaja. Orang tua, pendidik dan lingkungan masyarakat secara bersama-sama harus memahami perkembangan remaja, potensi remaja, permasalahan internal baik perkembangan seksual dan eksternal seperti pikiran dan rangsangan dari lingkungan (Lestari, 2012: 22). Selain pemahaman yang sempit, permasalahan remaja yang muncul lebih disebabkan oleh keterampilan sosial yang rendah (Pujiani, 2018: 41; Thalib, 2013: 164). Pendapat serupa dikemukakan oleh Cartledge dan Milburn (1995: 54), yang menjelaskan bahwa kesulitan mengatur perilaku dan emosi dalam berinteraksi dengan lingkungan diakibatkan karena keterampilan sosial yang rendah. Remaja yang terlambat dalam menguasai keterampilan sosial memiliki kecenderungan mengalami depresi, kecemasan, tumbuh perilaku antisosial bahkan kenakalan remaja (Parker et al., 2015: 467). Keterampilan sosial sangat memiliki pengaruh pada perilaku sosial anak dan remaja di sekolah (Zsolnai & Kasik, 2014: 54).

Melihat berbagai fakta permasalahan yang ada pada siswa, pihak sekolah dapat berperan penting membantu siswa dalam mengembangkan perilaku sosial. Melalui layanan bimbingan dan konseling dapat membantu siswa menumbuhkan dan mengembangkan rasa memiliki, kemampuan memecahkan masalah, membuat keputusan secara tepat sehingga mampu hidup lebih bertanggungjawab (Omoniyi, 2016: 413). Peran utama layanan bimbingan dan konseling di sekolah adalah untuk membantu perkembangan siswa secara optimal dan juga merealisasikan diri dari potensi yang dimiliki untuk kepentingan individu dan sosial (Nkechi, Ewomaoghene, & Egenti, 2016: 42). Upaya pemberian layanan bimbingan dan

konseling menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Tahun 2014 Nomor 111 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah dapat menggunakan berbagai macam strategi layanan bimbingan dan konseling di sekolah: (1) strategi berdasarkan jumlah individu terdiri atas layanan individu, layanan kelompok, klasikal, dan kelas besar, (2) strategi layanan sesuai intensitas masalah terdiri atas bimbingan klasikal, kelompok, konseling individual, bimbingan individual, konseling kelompok dan advokasi, (3) strategi layanan berdasarkan cara komunikasi melalui tatap muka atau menggunakan media cetak atau elektronik. Salah satu strategi yang bisa diberikan oleh konselor sekolah dapat berupa bimbingan kelompok. Hal ini terkait permasalahan bidang sosial, lebih efektif menggunakan bimbingan kelompok karena melibatkan orang lain atau memanfaatkan dinamika kelompok dalam mekanisme pemberian layanan. Bimbingan kelompok berfokus pada aktivitas berkelompok yang terencana dan sistematis tentang pemberian informasi pekerjaan, pendidikan dan juga pribadi-sosial sehingga konseli mampu membuat perencanaan dan keputusan (Gibson & Mitchell, 2016: 275). Bimbingan kelompok dapat dilaksanakan sebagai upaya pencegahan berbagai bidang khususnya permasalahan bidang sosial berupa keterampilan sosial.

Berdasarkan wawancara pada tanggal 12 Desember 2019 dan 17 Desember 2019, dengan guru bimbingan dan konseling, yaitu SMA Negeri 8 Yogyakarta dan SMA Islam Terpadu Abu Bakar Yogyakarta yang ditunjang dengan hasil analisis *need assessment* mendapatkan hasil bahwa masih terdapat masalah sosial yang dialami siswa kelas XI berupa kurang memiliki keterampilan sosial, seperti

ketergantungan pada media sosial daripada berinteraksi langsung, kurang percaya diri di depan orang lain, informasi pribadi yang menjadi konsumsi orang lain, dan kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru. Hasil wawancara tanggal 18 Desember 2019 dengan guru bimbingan dan konseling SMA Negeri 10 Yogyakarta mengenai kelas XI secara umum mendapatkan hasil bahwa masih terdapat kendala keterampilan sosial yang muncul berupa masih terdapat siswa saling mengejek yang mengarah perundungan, canggung bersosialisasi dengan orang lain, konflik yang berkepanjangan dengan teman, dan sulit menyampaikan pendapat di kelas. Permasalahan yang sering muncul dalam lingkup pelajar di sekolah berupa masalah interaksi sosial pada kegiatan pembelajaran dan permasalahan interaksi sosial dalam kegiatan bermain (Sartika, 2013: 143).

Berbagai penelitian terdahulu dalam upaya mengatasi permasalahan bidang sosial yang dialami oleh siswa, dapat diterapkan melalui salah satu teknik modifikasi perilaku berupa *behavioral skills training* atau sering disingkat BST (Mintelberger, 2012: 228). Guru bimbingan dan konseling di ketiga sekolah saat diwawancarai menyatakan bahwa upaya mengatasi permasalahan sosial siswa di sekolah, guru bimbingan dan konseling belum sepenuhnya berhasil. Hal ini dibuktikan dengan ditemukan beberapa masalah bidang sosial yang masih relatif banyak dialami oleh siswa berdasarkan hasil *need asesment* guru bimbingan dan konseling tentang kurang bersosialisasi dan interaksi yang sehat. Selain itu, ditemukan dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling dalam mengatasi masalah bidang sosial siswa belum sepenuhnya menggunakan pendekatan behavioristik, yang lebih spesifik lagi menggunakan modifikasi perilaku teknik

behavioral skills training (BST). Hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di tiga sekolah mengungkapkan bahwa penerapan modifikasi perilaku teknik *behavioral skills training* (BST) untuk mengatasi permasalahan sosial secara runtut belum pernah dilaksanakan.

Teknik BST memuat paket pengajaran berupa pelatihan yang mengkombinasikan beberapa metodologi tertentu ketika digunakan bersama-sama menciptakan teknik yang efektif untuk mengajar keterampilan perilaku seseorang daripada metode yang lain (Buck, 2014:1; Clayton & Headley, 2019: 2). Metode *behavioral skills training* mencakup dari beberapa teori seperti belajar sosial Bandura, teori belajar operan Skinner, teori pembelajaran terstruktur, dan teori pendekatan kognitif yang dilakukan secara terintegrasi dalam proses pelatihan yang meliputi pemberian instruksi, permodelan, latihan, umpan balik, dan dilanjutkan dengan berlatih secara langsung. Spence (2003: 85) menjelaskan bahwa *behavioral skills training* digunakan untuk intervensi pada siswa yang tidak memiliki keterampilan sosial atau *acquisition* dan kegagalan dalam menampilkan keterampilan sosial atau *performance* di sekolah. Dikuatkan dengan hasil analisa *literature* yang dilakukan Buck (2014: 3), menjelaskan bahwa langkah-langkah mirip BST sejak tahun 1970an sudah digunakan banyak ahli dalam mengajarkan keterampilan perilaku pada seseorang, namun belum memiliki istilah baku sampai tahun 2004 yang diberi nama BST oleh Sarokoff dan Sturmey. Teknik BST telah terbukti sangat efektif dalam mengajarkan berbagai macam keterampilan perilaku (Miltenberger, 2004). Hal ini menunjukkan bahwa teknik BST dari tahun ke tahun senantiasa mengalami perkembangan dan penyempurnaan yang dinilai efektif

dalam memberikan *treatment* pelatihan keterampilan perilaku apapun yang diharapkan sesuai perkembangan zaman dibandingkan teknik lain.

Lebih lanjut tentang teknik *behavioral skills training* merupakan suatu bentuk intervensi untuk mengajarkan suatu keterampilan perilaku sosial yang disimulasikan melalui bermain peran (Miltenberger, 2016: 223). Pelatihan BST efektif diberikan pada siswa di sekolah untuk mengantisipasi kasus pelecehan seksual dan penculikan yang mengajarkan keterampilan pencegahan penculikan dan pelecehan seksual melalui prosedur instruksi, permodelan, latihan, dan umpan balik (Johnson et al., 2005: 67). Di Amerika, teknik *behavioral skills training* terbukti efektif dan dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa di sekolah (Stewart, Carr, & Leblanc, 2007: 252). Teknik *behavioral skills training* dapat digunakan untuk mengajarkan keterampilan sosial baru pada remaja Amerika yang normal berdasarkan model analisis perilaku berupa ABA (Dickson & Vargo, 2017: 1). Penelitian Breidenbach tahun 1984 (Leaf et.al., 2015: 404) menguraikan bahwa penerapan teknik *behavioral skills training* pada 34 anak usia sekolah yang sedang berkembang menjadi beberapa kelompok untuk berlatih manajemen kemarahan menunjukkan hasil berupa peningkatan manajemen kemarahan dari sebelum dan sesudah intervensi. Berkaitan dengan pelatihan keterampilan perilaku sosial terbukti efektif untuk menangani remaja yang memiliki defisit keterampilan sosial dengan teman sebaya (Tetono, Kuntoro, & Savitri, 2017: 267). *Behavioral skills training* melalui metode instruksi, permodelan, latihan, dan umpan balik terbukti dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan sosial anak yang mengalami disabilitas intelektual ringan (Amran & Widayat, 2020: 74). Data

mengenai penerapan teknik *behavioral skills training* tersebut dilakukan di luar layanan bimbingan dan konseling, sehingga belum diketahui secara pasti efektivitas *behavioral skills training* jika diterapkan pada layanan bimbingan dan konseling di lingkungan sekolah menengah atas (SMA).

Bertitik tolak dari berbagai penelitian tentang teknik *behavioral skills training* maka menarik untuk melakukan kajian intervensi secara ilmiah menjadi sebuah penelitian berupa “Efektivitas Teknik *Behavioral Skills Training* (BST) dalam Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Keterampilan Sosial Siswa Kelas XI di SMA Negeri 10 Yogyakarta. Penelitian dilakukan di SMA Negeri 10 Yogyakarta karena memiliki permasalahan keterampilan sosial lebih kompleks dari pada di SMA IT Abu Bakar dan SMA Negeri 8 Yogyakarta sehingga dipandang lebih relevan diberikan perlakuan penelitian teknik BST dalam bimbingan kelompok. Melalui penelitian tersebut, terdapat harapan besar bahwa modifikasi perilaku dengan teknik *behavioral skills training* membawa dampak positif terutama meningkatkan fungsi sosial siswa di sekolah yang sejalan dengan amanat Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah bahwa melalui layanan bimbingan dan konseling siswa mampu mencapai kematangan, kemandirian, serta mampu menjalankan berbagai macam tugas perkembangan yang terdiri atas aspek pribadi, sosial, belajar dan karir.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, dapat dirumuskan identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Masih terdapat remaja berusia sekolah yang melakukan pelanggaran hukum.
2. Terdapat siswa yang memiliki keterampilan sosial yang rendah.
3. Pemberian layanan bimbingan dan konseling dalam mengatasi permasalahan sosial siswa belum maksimal.
4. Layanan bimbingan dan konseling di sekolah belum secara khusus menerapkan teknik modifikasi perilaku berupa *behavioral skills training* di dalam pemberian layanan bidang sosial.
5. Belum diketahui secara pasti efektivitas penggunaan teknik *behavioral skills training* dalam layanan bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial siswa.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dipaparkan, maka penelitian ini dibatasi pada masalah yang berkaitan dengan belum diketahui secara pasti efektivitas teknik *behavioral skills training* dalam layanan bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial siswa.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah, dapat diambil rumusan masalah sebagai berikut

1. Bagaimana tingkat keterampilan sosial siswa kelas XI di SMA Negeri 10 Yogyakarta?
2. Apakah teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok efektif terhadap peningkatan keterampilan sosial siswa kelas XI di SMA Negeri 10 Yogyakarta?"

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan penelitian ini adalah untuk:

1. Mengetahui tingkat keterampilan sosial siswa kelas XI di SMA Negeri 10 Yogyakarta.
2. Mengetahui efektivitas teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok terhadap peningkatan keterampilan sosial siswa kelas XI di SMA Negeri 10 Yogyakarta.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan rumusan dan tujuan penelitian di atas, penelitian ini memiliki beberapa manfaat, yaitu

1. Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pengembangan keilmuan layanan bimbingan dan konseling bidang pribadi dan sosial, serta menambah wawasan dan pengetahuan khususnya dalam modifikasi perilaku

tentang teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa.

2. Praktis

a. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Penelitian ini dimungkinkan menjadi gambaran bagi guru bimbingan dan konseling atau konselor sekolah dalam mengembangkan layanan bidang sosial bahkan pribadi terkait modifikasi perilaku siswa. Melalui gambaran tersebut guru bimbingan dan konseling bisa mengkombinasikan berbagai teknik modifikasi perilaku sesuai kebutuhan siswa di sekolah sehingga tercipta layanan bimbingan dan konseling yang efektif.

b. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan sosial siswa di lingkungan sekolah maupun luar sekolah.

c. Bagi Program Studi Bimbingan dan Konseling

Penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan ilmiah dalam pengembangan keilmuan bimbingan dan konseling khususnya bidang bimbingan sosial berupa modifikasi perilaku.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi rujukan maupun referensi bagi peneliti lain tentang modifikasi perilaku teknik *behavioral skills training* (BST) dengan permasalahan sosial lain dan subyek yang berbeda.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Teknik *Behavioral Skill Training*

a. Pengertian Teknik *Behavioral Skill Training*

Seseorang memiliki perilaku yang dapat diamati oleh orang lain. Perilaku tersebut dibagi menjadi dua, yaitu perilaku yang diharapkan dan perilaku yang tidak diharapkan oleh individu dan lingkungan. Perilaku yang diharapkan senantiasa dipertahankan jika sudah ada atau muncul. Perilaku yang diharapkan belum ada, perlu terus dilatih maupun dibiasakan agar segera muncul. Ada berbagai macam cara dalam memunculkan perilaku yang diharapkan, salah satunya melalui teknik modifikasi perilaku *behavioral skills training* (BST).

Teknik *behavioral skills training* merupakan pendekatan dengan metode pembelajaran aktif karena siswa diberikan kesempatan untuk mempraktikkan tahapan-tahapan yang akan dilakukan ketika dihadapkan dalam situasi tertentu dengan memanfaatkan permainan peran (Himle & Miltenberger, 2004: 167). Melalui pendekatan BST, semua peserta atau siswa akan dituntut aktif dalam setiap tahapannya. Keaktifan peserta atau siswa merupakan kunci keberhasilan teknik BST karena dengan adanya praktik bermain peran akan mudah untuk memberikan masukan atau koreksi terhadap praktik perilaku yang kurang tepat. Pendapat lain dari Kõiv (2012: 241) menjelaskan bahwa teknik latihan keterampilan atau *behavioral skills*

training merupakan bentuk intervensi pada perilaku berupa mengajarkan pada seseorang untuk menciptakan dan memunculkan keterampilan sosial sehingga mampu melakukan hubungan positif dengan orang lain di lingkungan sekitar. Pendapat Kõiv tersebut memiliki arti bahwa BST merupakan salah satu strategi untuk mengajarkan keterampilan pada seseorang agar menerapkan perilaku sesuai dengan keadaan sosial di lingkungan.

Selanjutnya, Parsons, Rollyson, dan Reid (2012: 3), mendefinisikan *behavioral skills training* sebagai pendekatan yang berlandaskan bukti untuk melatih staff profesi penolong menggunakan prosedur tertentu yang memiliki tujuan untuk menerapkan perubahan keterampilan perilaku sosial pada individu. Pendapat serupa juga menjelaskan bahwa pendekatan berbasis keterampilan perilaku atau BST merupakan pelatihan keterampilan perilaku berbasis pada kompetensi dan kinerja yang dibuktikan secara empiris untuk mengajarkan keterampilan baru (Davis, Thomson, & Connolly, 2019:1). Dari dua pendapat ahli tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa BST merupakan strategi pelatihan yang mengajarkan keterampilan perilaku baru berupa perubahan perilaku sosial dengan praktik secara langsung.

Martin dan Pear (2015: 175) menyatakan bahwa BST merupakan latihan perilaku atau bermain peran di mana siswa berlatih perilaku tertentu dengan memainkan peran dalam pengaturan praktik untuk meningkatkan kemungkinan bahwa siswa akan mengikuti perilaku tersebut dengan tepat

di dunia nyata. BST memiliki ciri khusus dalam penerapannya pada siswa, yaitu menggunakan praktik bermain peran. Melalui bermain peran siswa menjadi lebih mudah menerapkan keterampilan baru di lingkungan sosialnya.

Corey (2017: 248), menjelaskan bahwa pelatihan keterampilan sosial atau perilaku bermanfaat untuk membantu siswa atau konseli mengembangkan dan mencapai keterampilan dalam kompetensi interpersonal yang mencakup kemampuan untuk berkomunikasi dengan orang lain dengan cara yang tepat dan efektif. Corey menekankan pelatihan keterampilan dapat dimanfaatkan untuk menggali dan meningkatkan potensi sosial siswa yang sudah ada dengan berlatih bersama orang lain.

Pendapat lain menjelaskan *behavioral skills training* (BST) bahwa merupakan paket pengajaran yang menggabungkan beberapa metodologi tertentu ketika digunakan bersama-sama menciptakan teknik yang efektif untuk mengajar berbagai keterampilan perilaku pada seseorang (Clayton & Headley, 2019: 2). Pendapat tersebut menjelaskan bahwa latihan keterampilan perilaku merupakan gabungan dari berbagai macam proses yang berbeda yaitu terdapat teori belajar sosial Bandura, teori belajar operan Skinner, teori pembelajaran terstruktur, dan teori pendekatan kognitif yang dilakukan secara terintegrasi dalam proses pelatihan.

Teknik *behavioral skills training* sebagai metode yang umum digunakan dan efektif untuk mengajarkan individu keterampilan perilaku baru yang terdiri atas instruksi, permodelan, pelatihan, dan umpan balik

yang sistematis dan berurutan untuk membantu individu memperoleh keterampilan perilaku seperti keterampilan terkait pekerjaan atau keterampilan sosial yang dapat disimulasikan melalui bermain peran (Gianoumis, Seiverling & Sturmey, 2012: 58; Miltenberger, 2016: 223; Nigro-Bruzzi & Sturmey, 2010: 757). Teknik BST diberlakukan untuk memberikan pelatihan keterampilan perilaku tentang pekerjaan atau keterampilan sosial yang harus dilakukan melalui empat tahapan, yaitu instruksi, permodelan, pelatihan, dan umpan balik. Empat tahapan tersebut dilakukan secara berurutan untuk mengembangkan keterampilan pekerjaan dan sosial.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli di atas, peneliti sependapat dengan teori dari Gianoumis, Seiverling, dan Sturmey (2012: 58), Miltenberger (2016: 223), Nigro-Bruzzi dan Sturmey (2010: 757) yang secara umum pendapat tersebut mencakup teori sebelumnya yang menjelaskan teknik *behavioral skills training* sebagai metode yang umum digunakan dan efektif untuk mengajarkan individu keterampilan perilaku baru yang terdiri atas instruksi, permodelan, pelatihan, dan umpan balik yang sistematis dan berurutan untuk membantu individu memperoleh keterampilan perilaku seperti keterampilan terkait pekerjaan atau keterampilan sosial yang dapat disimulasikan melalui bermain peran.

b. Tujuan Teknik *Behavioral Skill Training*

Teknik modifikasi perilaku pada dasarnya memiliki tujuan untuk menghapus dan mengurangi perilaku yang tidak tepat atau tidak diinginkan

serta menguatkan dan memunculkan perilaku yang sudah tepat atau diinginkan. Tidak terkecuali teknik *behavioral skills training* yang memiliki fokus pada meningkatkan perilaku atau membentuk keterampilan perilaku baru yang diinginkan oleh individu. Berikut beberapa penelitian terdahulu yang menunjukkan tujuan intervensi teknik *behavioral skill training*.

1) Melatih keterampilan keselamatan diri sendiri

Teknik *behavioral skills training* terbukti dapat digunakan untuk mengajarkan keterampilan keselamatan untuk pejalan kaki (Yeaton & Bailey, 1978: 315). Penerapan BST memiliki tujuan untuk mengajarkan keterampilan keselamatan ketika terjadi peristiwa darurat berupa kebakaran (Hanratty, Miltenberger, & Florentino, 2016: 310; Jones, Kazdin, & Haney, 1981: 249). Pelatihan teknik *behavioral skills training* pada penelitian yang dilakukan oleh Dancho, Thompson, dan Rhoades (2008: 267), menjelaskan bahwa teknik *behavioral skill training* dapat digunakan untuk mengajarkan keterampilan keamanan dari racun di sekitar lingkungan. Salah satu pendekatan berbasis keterampilan yang telah terbukti efektif untuk mengajarkan berbagai keterampilan keselamatan adalah melalui pelatihan keterampilan perilaku atau BST (Himle & Wright, 2014: 549). Pelatihan BST diberikan pada siswa di sekolah untuk mengantisipasi kasus pelecehan seksual dan penculikan melalui pelatihan keterampilan perilaku yang mengajarkan keterampilan pencegahan penculikan dan pelecehan seksual kepada anak-anak (Johnson et al., 2005: 67).

Dari beberapa uraian hasil penelitian di atas membuktikan bahwa teknik BST ditujukan untuk melatih dan memunculkan berbagai macam keterampilan perilaku keselamatan diri dalam berjalan kaki, keselamatan dari kebakaran, keterampilan keamanan dari racun, dan keterampilan pencegahan penculikan dan pelecehan seksual.

2) Melatih perilaku adaptif

Penelitian yang dilakukan Lalli et al. (1993: 227) menjelaskan tentang prosedur penggunaan BST untuk melatih guru dalam menerapkan intervensi yang dirancang untuk mengurangi perilaku bermasalah berupa perilaku agresi dan melukai diri sendiri yang dilakukan dari tiga siswa penyandang cacat. Intervensi BST ini menunjukkan hasil yang efektif mengajarkan atau melatih siswa untuk menggunakan perilaku adaptif, membuat pilihan atau memulai interaksi daripada terlibat dalam perilaku bermasalah. Dari hasil penelitian di atas dapat dimaknai bahwa teknik BST dalam penerapannya tidak mesti diberikan kepada individu yang bermasalah secara langsung. Teknik BST dapat diajarkan atau dilatihkan kepada guru untuk mengajarkan keterampilan perilaku pada siswa dalam rangka mengatasi permasalahan siswa sehingga ketika muncul perilaku yang tidak diinginkan lainnya, guru sudah dapat menangani secara mandiri.

3) Memperbaiki pola pikir atau kognitif

Teknik *behavioral skill training* memiliki tujuan umum sebagai proses perbaikan kognitif seseorang, untuk melatih atau mengajarkan

keterampilan baru, memperbaiki perilaku dan pemikiran yang salah menjadi lebih tepat dan akurat dalam memproses informasi sehingga mampu mengidentifikasi petunjuk sosial non-verbal dan verbal (Cornish & Ross, 2004: 9). Melalui BST, siswa atau peserta dilatih untuk menyadari pemikiran yang sesuai dengan norma untuk dimunculkan dan dipertahankan, sedangkan pemikiran yang bertentangan dengan norma yang berlaku untuk dihilangkan.

4) Melatih keterampilan sosial

Penerapan teknik modifikasi BST memiliki tujuan untuk mengurangi perilaku bermasalah pada siswa (Miles & Wilder, 2009: 405). Tujuan penerapan prosedur BST adalah agar siswa atau peserta memperoleh keterampilan perilaku yang baru serta mampu menggunakan keterampilan perilaku baru tersebut dalam keadaan yang sesuai di lingkungan sosial (Miltenberger, 2012: 223; Miltenberger, 2016: 230). Pendapat yang ada sebelumnya ditegaskan kembali oleh Van Der Hijde (2016: 1) bahwa BST memiliki tujuan utama untuk mengajarkan berbagai keterampilan seperti keterampilan sosial, keterampilan bermain dan bersantai, keterampilan keselamatan, keterampilan pengasuh, keterampilan kejuruan, dan keterampilan perawatan diri.

Berdasarkan paparan atau uraian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa teknik *behavioral skills training* memiliki beberapa tujuan, yaitu untuk melatih siswa dalam melatih keselamatan diri, memperbaiki kognitif

atau pemikiran yang tidak tepat, memperbaiki dan mengurangi perilaku bermasalah individu melalui pelatihan keterampilan baru sehingga lebih tepat dan akurat dalam melakukan hubungan sosial dengan lingkungan baik secara verbal dan non-verbal. Kesuksesan dalam mencapai tujuan dari intervensi BST tidak hanya dibebankan pada pelatih atau guru bimbingan dan konseling dalam setting sekolah, namun intervensi BST akan lebih memberikan hasil efektif dilaksanakan dengan melibatkan teman pergaulan, orang tua di rumah, dan masyarakat.

c. Syarat Teknik *Behavioral Skills Training*

Pada dasarnya modifikasi perilaku melibatkan penerapan sistematis prinsip dan teknik pembelajaran untuk menilai dan meningkatkan perilaku secara langsung dan tidak langsung dalam meningkatkan fungsi sehari-hari individu (Martin & Pear, 2015: 4). Termasuk intervensi yang dilakukan oleh pelatih atau guru bimbingan dan konseling dalam melaksanakan modifikasi perilaku dengan teknik *behavioral skills training* di sekolah memiliki syarat atau pertimbangan tertentu. Berikut ini syarat utama yang mesti diperhatikan guru bimbingan dan konseling ketika menggunakan intervensi BST pada siswa di sekolah.

1) Relevan diberikan kepada anak, remaja, dan orang dewasa

Berdasarkan penelitian mengenai program pelatihan BST digunakan dalam upaya menyelamatkan diri pada anak-anak berupa keterampilan melakukan panggilan telepon darurat ke pemadam kebakaran (Jones & Kazdin, 1980: 509), pencegahan penculikan (Beck

& Miltenberger, 2009: 761), keselamatan (Hanratty, Miltenberger, & Florentino, 2016: 310), dan mengajarkan keterampilan memanfaatkan waktu luang (Thomas, Lafasakis, & Spector, 2016: 3824). Sesuai dengan fase perkembangan, usia anak-anak memerlukan pendampingan dari orang dewasa dalam mengembangkan berbagai macam perilaku adaptif. Intervensi BST memiliki keefektifan dalam meningkatkan keterampilan wawancara, kontak mata, dan pernyataan diri positif (Wirantana, 2018: 6). Teknik BST dapat dilakukan untuk subyek yang berusia anak-anak.

Selanjutnya, teknik BST dapat diterapkan untuk mengajarkan remaja agresif dalam meningkatkan keterampilan sosial mereka dalam upaya mengurangi perilaku agresif (Elder, Edelstein, & Narick, 1979: 161). Warzak dan Page (1990: 133) mengajarkan anak perempuan remaja yang aktif secara seksual bagaimana menolak rayuan seksual yang tidak diinginkan dari anak laki-laki remaja. BST dapat membantu menumbuhkan keterampilan sosial seseorang termasuk siswa remaja di sekolah (Dogan et al., 2017:1; Nuernberger et al., 2013: 411). Dari pendapat tersebut dapat dimaknai bahwa teknik BST dapat diberikan pada remaja.

Selain itu, teknik *behavioral skills training* ini dapat diberikan dan terbukti efektif untuk pendidik atau guru, staff sekolah, orang tua, dan siswa dalam mengembangkan penilaian dan keterampilan sosial (Shayne & Miltenberger, 2013: 4). Pelatihan BST orang tua dapat

dilaksanakan dengan sekelompok orang tua yang semuanya mengalami kesulitan dengan anak-anak mereka (Miltenberger, 2012: 226). Ditambahkan oleh Forehand et.al. (Miltenberger, 2016: 237) prosedur BST dapat diberikan untuk melatih keterampilan manajemen anak kepada orang tua dari anak yang tidak patuh. Secara umum berdasarkan pendapat beberapa ahli tersebut memiliki arti bahwa teknik BST dapat diberlakukan untuk orang dewasa. Menurut pendapat beberapa ahli di atas, pemberian intervensi BST dapat diberikan kepada guru, orang tua atau dewasa, staff sekolah, anak-anak dan remaja yang akan mengembangkan keterampilan berbagai macam perilaku khususnya perilaku sosial.

2) Memiliki permasalahan yang sama

Intervensi *behavioral skills training* dapat diberikan kepada anak-anak, remaja, dan orang dewasa. Selain itu ada syarat lain yang menjadi pertimbangan khusus sebelum pelaksanaan BST, yaitu peserta atau subyek sasaran memiliki permasalahan yang sama dalam satu kelompok. Prosedur BST digunakan dengan kelompok orang yang semuanya perlu mempelajari keterampilan yang sama (Miltenberger, 2016: 233). Teknik BST mempraktikkan tahapan-tahapan apa saja yang akan dilakukan ketika dihadapkan dalam situasi tertentu dengan memanfaatkan permainan peran (Himle & Miltenberger, 2004: 167). Bermain peran akan dapat berjalan efektif bila semua pemeran memiliki permasalahan yang sama karena setiap individu akan berusaha

memerankan sesuai dengan apa yang dirasakan. Individu-individu yang memiliki kesamaan mengalami berbagai masalah psikososial yang tinggi disebabkan oleh kesulitan interpersonal merupakan peserta yang pantas untuk melakukan pelatihan keterampilan sosial (Corey, 2017: 249).

3) Intervensi BST diberikan oleh orang yang kompeten

Syarat lain dari pelaksanaan teknik BST adalah pemberi *treatment* merupakan orang yang memiliki kredibilitas di hadapan siswa sekolah seperti atasan, orang tua, guru, konselor sekolah atau psikolog (Mintebberger, 2016: 227). Pendapat lain dari Johns, Crowley dan Guetzloe (2005: 4) menerangkan bahwa sangat penting bagi guru untuk mengingat bahwa mereka adalah panutan bagi siswa mereka. Bagaimana guru memperlakukan siswa, bagaimana guru mengatasi kemarahan, situasi yang membuat frustrasi, atau krisis menentukan suasana kelompok.

4) Kognitif yang memadai

Dalam menerapkan teknik keterampilan perilaku atau BST dengan sukses, diperlukan kesiapan kognitif yang lebih mendalam. Pendapat dari Storebo, Thomsen, dan Simonsen (2011: 6) menjelaskan bahwa pelatihan keterampilan perilaku sosial juga disebut sebagai pelatihan perilaku kognitif dan sering kali terdiri dari permainan peran, latihan

dan permainan, serta pekerjaan rumah, dan melibatkan partisipasi dari orang tua, guru, dan masyarakat. Proses kognitif sangat diperlukan terutama dalam melakukan proses *modelling* dan menerima umpan balik dari pelatih yang memerlukan pemahaman khusus. Strategi kognitif meliputi pelatihan, teknik kontrol diri dan pemecahan masalah. Dikuatkan oleh pendapat Cornish dan Ross (2004: 12) menerangkan bahwa pendekatan perilaku berbasis kognitif mengajarkan keterampilan tertentu dan kemudian memastikan penerapan keterampilan ini di dunia nyata dengan memecahkan masalah, membaca situasi, dan bereaksi dengan tepat.

5) Mengalami defisit keterampilan perilaku

Syarat selanjutnya yang perlu diperhatikan pelatih sebelum memberikan intervensi adalah subyek atau sasaran benar-benar mengalami defisit keterampilan perilaku. Pendekatan berbasis keterampilan perilaku atau BST merupakan pelatihan keterampilan perilaku berbasis pada kompetensi dan kinerja yang dibuktikan secara empiris untuk mengajarkan keterampilan perilaku (Davis, Thomson, & Connolly, 2019: 2). Pendapat tersebut menegaskan bahwa BST digunakan untuk subyek yang berlatih keterampilan perilaku baru. Keterampilan perilaku baru menunjukkan bahwa individu sebelumnya belum memiliki keterampilan yang dimaksud atau kemungkinan mengalami defisit perilaku tertentu. Elder, Edelstein, dan Narick (1979: 174) menjelaskan bahwa BST melatih remaja untuk meningkatkan

keterampilan sosial untuk mengurangi perilaku agresif. Sarokoff dan Sturmey (2004: 535) dan Miltenberger (2016: 235) menekankan bahwa prosedur BST juga telah digunakan secara luas dengan orang-orang yang memiliki defisit keterampilan sosial.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa syarat penting yang tidak boleh dilupakan dan harus dipenuhi dalam memberikan teknik *behavioral skills training* adalah subyek pemberian intervensi meliputi anak-anak, remaja, dan orang dewasa, anggota kelompok memiliki permasalahan yang sama (*homogen*), pemberi intervensi BST adalah orang yang memiliki kredibilitas, memerlukan proses kognitif yang mendalam, dan subyek yang benar-benar mengalami defisit keterampilan perilaku.

d. Prosedur Teknik *Behavioral Skills Training*

Teknik *behavioral skills training* memiliki beberapa prosedur yang tidak boleh diabaikan oleh pelatih atau guru bimbingan dan konseling dan siswa yang diberi pelatihan. Prosedur pelatihan keterampilan perilaku menerapkan berbagai cara untuk mengajarkan keterampilan perilaku yang diinginkan dengan menggunakan beberapa kombinasi yang terdiri dari memberikan model, instruksi, latihan, umpan balik, dan penguatan (Matson, 2009: 7). Instruksi verbal mengenai perilaku, pemodelan perilaku oleh pelatih, melatih perilaku, memberikan umpan balik termasuk umpan balik korektif dan pujian tentang penggunaan keterampilan. Pemberian penguatan akan memperkuat perilaku baru yang sudah tercapai. Penguatan positif lebih

baik diberikan pada setiap prosedur pelatihan keterampilan sebagai suatu motivasi untuk peserta atau siswa menuju tahapan selanjutnya.

Prosedur *behavioral skills training* terdiri atas enam elemen yang meliputi menggambarkan keterampilan perlu yang dicapai, memberikan deskripsi tertulis tentang keterampilan, menunjukkan atau memberi contoh keterampilan target, peserta pelatihan wajib mempraktikkan keterampilan perilaku target, menyediakan umpan balik dari memberi intervensi kepada peserta praktik, dan mengulangi kembali praktik dan umpan balik sampai target keterampilan telah dikuasai peserta (Davis, Thomson, & Connolly, 2019: 6; Sarokoff & Sturmey, 2004: 537).

Selanjutnya, prosedur pelatihan keterampilan perilaku sosial seringkali menggunakan teknik perilaku seperti psikoedukasi, pemodelan, latihan perilaku, dan umpan balik (Antony & Roemer, 2011: 123). Pendapat yang disampaikan Antony dan Roemer menunjukkan bahwa teknik keterampilan perilaku ini melibatkan unsur kelompok maupun individu yang memiliki fokus tidak sebatas memberikan kesembuhan tetapi lebih pada pencegahan terhadap perilaku yang tidak tepat.

Menurut pendapat dari Parsons, Rollyson, dan Reid (2012: 3) juga menjabarkan enam prosedur BST yang terdiri atas beberapa hal, yaitu:

- 1) Menjelaskan Keterampilan Target

Pelatih memberikan alasan tentang pentingnya keterampilan yang dilatih dan deskripsi perilaku yang diperlukan untuk melakukan keterampilan. Langkah ini disebut sebagai instruksi dalam model BST

pada umumnya. Untuk menyelesaikan langkah ini secara memadai, pelatih harus mendefinisikan keterampilan sasaran perilaku menggunakan alat seperti daftar periksa kinerja.

- 2) Memberikan Deskripsi Tertulis Singkat tentang Keterampilan Target
Setelah diberikan deskripsi secara verbal, pelatih memberikan masing-masing peserta pelatihan dengan deskripsi tertulis ringkas tentang perilaku target yang membentuk keterampilan dan juga ringkasan tentang apa yang harus dilakukan dalam situasi yang menantang.

- 3) Memodelkan Keterampilan Target

Pelatih harus menunjukkan cara melakukan keterampilan yang biasanya dapat dengan mudah dicapai dengan menggunakan proses bermain peran atau video. Penting juga alur permainan peran ditulis dengan baik dan dilatih sebelum sesi pelatihan untuk memastikan demonstrasi yang akurat terkait komponen kunci dari keterampilan target. Pelatih harus memberikan instruksi yang rinci kepada peserta pelatihan untuk memastikan peserta pelatihan tahu persis apa yang harus dilakukan selama tahap ini.

- 4) Praktik Pelatihan Keterampilan yang Akan Dicapai

Peserta berlatih melakukan keterampilan dalam permainan peran yang mirip dengan tahap permodelan. Instruksi tetap diberikan untuk mengawal jalannya pelatihan. Tahap praktik memerlukan waktu yang lumayan lama bagi setiap peserta pelatihan untuk melatih

keterampilan. Namun, mempraktikkan keterampilan adalah alur penting untuk keberhasilan BST dan setiap peserta pelatihan dituntut untuk menghasilkan kinerja yang efektif.

5) Memberikan Umpan Balik Kinerja Selama Latihan

Pelatih untuk memberikan umpan balik kepada peserta saat mereka berlatih melakukan keterampilan target terutama mengamati kinerja mereka dan memberikan umpan balik suportif dan korektif. Umpan balik suportif menjelaskan tentang apa yang dia lakukan dengan benar dan umpan balik korektif menentukan apa yang tidak dilakukan dengan benar. Umpan balik korektif mencakup pemberian instruksi tentang bagaimana melakukan keterampilan sasaran yang dilakukan secara tidak benar untuk memfasilitasi kinerja keterampilan yang sesuai di kesempatan lain. Umpan balik sebaiknya diberikan secara individual dan melibatkan setiap peserta.

6) Mengulangi Langkah Latihan dan Umpan Balik untuk Lebih Menguasai

Langkah terakhir adalah mengulangi langkah 4 dan 5 sampai setiap peserta melakukan keterampilan target dengan mahir. Pelatih menetapkan kriteria penguasaan, seperti peserta telah melakukan 100% dari target langkah dengan benar atau lebih rendah tetapi dengan identifikasi langkah-langkah kritis tertentu yang harus dilakukan pada kemahiran 100%.

Pendapat Parsons, Rollyson, dan Reid di atas menjelaskan bahwa langkah BST terdiri dari enam tahapan yang harus dilaksanakan secara runtut berupa menjelaskan keterampilan target pada peserta, memberikan deskripsi tertulis singkat tentang keterampilan target, memodelkan keterampilan target, praktik pelatihan keterampilan yang akan dicapai, memberikan umpan balik kinerja selama latihan, dan mengulangi langkah praktik dan umpan balik untuk lebih menguasai.

Terdapat pendapat berbeda dari beberapa ahli sebelumnya yang menyampaikan bahwa prosedur pelaksanaan teknik *behavioral skills training* diringkas menjadi empat tahapan, namun memiliki esensi yang sama. Pendapat yang dilengkapi dengan penjelasan yang komprehensif dari Ward-Horner dan Sturmey (2012: 76), mengungkapkan bahwa dalam formulasi umumnya, BST terdiri dari instruksi, pemodelan, latihan, dan umpan balik. Adapun prosedur dari instruksi, pemodelan, latihan, dan umpan balik dijelaskan sebagai berikut. Prosedur pertama berupa komponen instruksi BST. Instruksi ini dapat ditulis atau disampaikan secara lisan oleh pelatih atau guru. Tujuan instruksi adalah untuk memberikan peserta pelatihan penjelasan tentang bagaimana menyelesaikan perilaku target. Prosedur kedua berupa memberikan suatu model. Selama pemodelan, perilaku dimodelkan untuk siswa atau npeserta pelatihan dengan mengacu pada contoh langsung atau secara simbolik yang diberikan pelatih atau guru. Prosedur ketiga berupa melaksanakan latihan. Peserta pelatihan diberi kesempatan untuk mempraktikkan perilaku target selama

proses pelatihan BST berlangsung. Pelatih dapat memberikan penguatan pada setiap tahapan pelatihan yang dilakukan siswa. Prosedur keempat berupa memberikan umpan balik pada peserta. Akhirnya, peserta pelatihan diberikan umpan balik tentang kinerja mereka selama proses latihan, termasuk cara untuk meningkatkan kinerja mereka.

Mendukung pendapat sebelumnya bahwa teknik BST dilaksanakan dengan memberikan pelatihan keterampilan perilaku pada seseorang melalui sistematika pemberian instruksi, pemberian model, pelatihan, dan pemberian umpan balik (Stewart, Carr, & LeBlanc, 2007: 253; Miltenberger, 2012: 217; Miltenberger, 2016: 225; Ward-Horner & Sturmey, 2012: 79-80). Berikut ini penjelasan setiap langkah *behavioral skills training* yang harus dilalui oleh siswa atau peserta pelatihan.

1) Pemberian Instruksi

Langkah pertama yang dilakukan oleh pelatih atau guru bimbingan dan konseling berupa memberikan instruksi pada individu maupun siswa. Instruksi yang diberikan guru bimbingan dan konseling harus spesifik. Pelatih atau guru bimbingan dan konseling mencakup memberikan gambaran tepat perilaku yang menjadi target atau yang diharapkan dari siswa. Instruksi harus menentukan keadaan yang sesuai di mana siswa diharapkan untuk terlibat dalam perilaku (Miltenberger, 2012: 221-222). Instruksi menjelaskan bagaimana melaksanakan tugas yang sudah ditentukan oleh pemberi *treatment* atau pelatih (Galindo et

al., 2018: 3). Beberapa catatan dalam pemberian instruksi menurut (Miltenberger, 2016: 225-227) meliputi:

- a) Instruksi harus dimengerti oleh siswa atau peserta pelatihan.
- b) Instruksi harus disampaikan oleh orang yang memiliki kredibilitas di depan siswa atau peserta pelatihan.
- c) Instruksi harus dipasangkan permodelan setiap mengamati perilaku
- d) Instruksi diberikan saat peserta memperhatikan dan fokus
- e) Peserta harus mengulangi instruksi, sehingga guru bimbingan dan konseling yakin bahwa peserta memperhatikan instruksi dengan benar
- f) Peserta atau siswa harus melatih perilaku segera mungkin setelah menerima instruksi.

2) Pemberian Model

Pelatih atau guru bimbingan dan konseling memberikan contoh kongkrit tentang perilaku target pada peserta pelatihan, dan peserta pelatihan diharuskan mengamati secara komprehensif (Galindo et al., 2018: 3). Melalui permodelan, perilaku yang diharapkan ditunjukkan kepada siswa untuk diamati dan kemudian meniru model tersebut. Siswa harus memiliki *repertoar imitatif* untuk mampu memperhatikan model dan melakukan perilaku yang baru saja dimodelkan. Pemodelan dapat berbentuk langsung dengan cara orang lain menunjukkan perilaku yang tepat dalam situasi yang tepat. Pemodelan simbolik dengan cara perilaku

yang tepat ditunjukkan melalui film, film kartun, video, dan audio (Miltenberger, 2012: 218-219). Ada beberapa hal yang mempengaruhi efektivitas dari pemodelan menurut Bandura tahun 1977 sebagai berikut.

- a) Model harus menghasilkan hasil yang sukses sebelum dimodelkan sehingga menjadi penguat
 - b) Model dimungkinkan untuk menyerupai orang yang mengamati atau memiliki status lebih tinggi dari pengamat
 - c) Keluasan perilaku model harus sesuai dengan kemampuan atau tingkat perkembangan siswa atau pengamat
 - d) Siswa atau pengamat harus fokus memperhatikan model untuk mempelajari perilaku yang dimodelkan
 - e) Perilaku yang dimodelkan harus dalam situasi yang nyata dapat melalui bermain peran dalam situasi nyata.
 - f) Perilaku yang dimodelkan harus sering diulang-ulang
 - g) Perilaku dimodelkan dalam berbagai macam situasi dan cara untuk menumbuhkan generalisasi pada siswa
 - h) Siswa harus segera melatih perilaku yang dimodelkan
- (Miltenberger, 2016: 228)

3) Pelatihan

Setelah peserta pelatihan mendapatkan permodelan dari pelatih kemudian mempraktikannya langsung (Galindo et al., 2018: 3). Latihan merupakan tahapan penting dalam penerapan teknik BST karena guru

tidak bisa memastikan siswa telah mempelajari perilaku dengan benar sampai guru melihat siswa mempraktikkan secara benar, memberikan peluang siswa memperkuat perilaku, ada kesempatan untuk menilai dan memperbaiki kesalahan pada praktik perilaku (Miltenberger, 2012: 222). Beberapa hal yang dapat mempengaruhi keefektifan latihan dalam tahapan BST.

- a) Perilaku dilatih dalam konteks dan situasi yang tepat atau dalam permainan peran yang mensimulasikan situasi tersebut.
 - b) Pelatihan dilakukan oleh siswa dari mempraktikkan perilaku yang mudah sampai berhasil. Setelah itu siswa mempraktikkan perilaku yang lebih kompleks.
 - c) Latihan untuk perilaku yang tepat selalu diikuti dengan penguat
 - d) Latihan yang dilakukan oleh siswa baik benar maupun salah tetap harus menerima umpan balik dari guru bimbingan dan konseling atau pelatih
 - e) Perilaku harus dilatih sampai benar dengan beberapa kali pelatihan. (Miltenberger, 2016: 229)
- 4) Pemberian Umpan Balik atau *Feedback*

Setelah melakukan latihan pelatih atau guru bimbingan dan konseling harus segera memberikan umpan balik terkait kinerja perilaku yang dipraktikkan. Siswa atau peserta pelatihan mendapatkan umpan balik dari pelatih atau guru bimbingan dan konseling berupa memberikan penguatan berupa pujian jika kinerja perilaku yang

diharapkan muncul dan/atau memperbaiki kesalahan dengan memberikan instruksi lebih lanjut cara meningkatkan kinerja dalam menerapkan tugas keterampilan (Galindo et al., 2018: 3). Umpan balik (*feedback*) merupakan penguatan dari beberapa aspek perilaku dan koreksi atas beberapa aspek perilaku lain. Miltenberger (2016: 229-230), menjelaskan bahwa ada dua fungsi umpan balik yaitu sebagai konsekuensi penguat dari perilaku yang tepat sekaligus sebagai anteseden berupa dorongan verbal untuk praktik latihan yang akan datang. Beberapa hal yang dapat mempengaruhi umpan balik.

- a) Umpan balik harus diberikan segera setelah praktik perilaku
- b) Umpan balik harus dibarengi dengan pemberian pujian untuk perilaku yang benar atau yang belum benar
- c) Penguat berupa pujian harus deskriptif fokus pada aspek perilaku, verbal, dan non verbal dengan menjelaskan apa yang dilakukan dan dikatakan oleh siswa sudah baik dan benar
- d) Memberikan umpan balik tidak menggunakan pernyataan negatif, tetapi berikan sebuah intruksi berupa solusi yang menunjukkan aktivitas apa yang bisa dilakukan untuk meningkatkan kinerja siswa
- e) Memberikan pujian beberapa aspek kinerja siswa sebelum memberikan koreksi
- f) Memberikan koreksi pada satu aspek kinerja saja dalam satu waktu. Jika siswa banyak melakukan kesalahan maka fokus pada

salah satu kesalahan agar tidak putus asa. (Miltenberger, 2012: 223).

Ahli lain menjelaskan bahwa prosedur keterampilan perilaku atau BST mencakup beberapa kombinasi yang terdiri dari instruksi, pemodelan, latihan, pujian, dan umpan balik korektif (Miles & Wilder, 2009: 405). Pandangan yang disampaikan oleh Miles dan Wilder justru menegaskan bahwa tahapan BST perlu ditambahkan penguatan positif berupa pujian pada siswa atau peserta pelatihan setelah melakukan latihan secara langsung. Adanya penguatan positif berupa pujian tertentu akan memberikan penguat pada perilaku yang diharapkan. Sesuai dengan pendapat Martin dan Pear (2015: 32) bahwa suatu kegiatan dalam situasi tertentu yang menghasilkan penguatan positif maka kegiatan tersebut akan menjadi pemicu atau penguat untuk perilaku lain dalam situasi yang lain.

Selanjutnya, Himle dan Wright (2014: 550-551) juga menyampaikan bahwa setiap tahapan pelatihan keterampilan perilaku perlu memperhatikan berbagai macam hal seperti selama pemberian instruksi, guru menjelaskan urutan tanggapan yang terdiri dari perilaku target, alasan mengapa perilaku target penting, dan menguraikan konteks di mana perilaku tersebut harus terjadi. Guru kemudian memodelkan perilaku target, biasanya dalam konteks permainan peran yang realistis. Tujuan pemodelan adalah untuk menunjukkan perilaku sehingga pembelajar atau siswa nantinya dapat meniru model yang diberikan. Siswa kemudian melatih perilaku yang menjadi fokus pelatihan yang dengan demikian memberikan kesempatan

bagi pelatih untuk memberikan penguatan verbal berupa pujian untuk kinerja yang benar dan instruksi lebih lanjut atau umpan balik korektif dan pemodelan kembali jika perbaikan diperlukan. Proses pengajaran, pemodelan, latihan, dan umpan balik ini dapat diulang sampai siswa menunjukkan penguasaan perilaku yang menjadi sasaran.

Selanjutnya, Kumalasari dan Kurniawati (2018: 82), menjelaskan bahwa teknik *behavioral skills training* mencakup beberapa modalitas dalam pembelajaran berupa pendengaran dengan adanya instruksi, visual dengan menampilkan gambar, dan kinestetik dengan bermain peran. Lebih lanjut, DiGennaro et al. (2018: 374) mengidentifikasi tahapan teknik *behavioral skills training* terdiri atas dua hal yaitu komponen BST dan teknik dukungan untuk melatih guru atau pelatih yang akan mengajarkan keterampilan perilaku. Berikut penjelasan setiap bagiannya:

1) Komponen *Behavioral Skills Training*

- a) Instruksi, memberikan deskripsi verbal atau lisan, deskripsi tertulis, atau keduanya dari keterampilan target
- b) Modeling, memperagakan kinerja keterampilan target yang benar dapat melalui *in vivo* atau melalui video.
- c) Pelatihan, memberikan kesempatan bagi seorang guru untuk melatih keterampilan target (dengan konsultan, guru lain, atau siswa yang dirujuk)

- d) Umpan balik, memberikan informasi tentang kinerja yang ditampilkan selama latihan (baik umpan balik positif dan korektif).
- 2) Teknik Dukungan
- a) Pemantauan kemajuan, yaitu mengumpulkan data tentang integritas atau keutuhan perawatan atau pemberian *treatment* guru maupun peserta jika perlu
 - b) Umpan balik dan pelatihan, yaitu memberikan informasi tentang kinerja yang sudah dilakukan baik positif maupun korektif dan memberikan bantuan atau bimbingan kelas, jika diperlukan.
 - c) Latihan yang diarahkan, yaitu mengatur pertemuan singkat untuk mempraktekkan langkah-langkah intervensi apapun yang dilewatkan atau dilaksanakan oleh guru secara tidak benar masing-masing sebanyak tiga kali.
 - d) Penguatan, yaitu pelatih memberikan barang atau peristiwa yang menyenangkan, bisa juga dengan membiarkan guru atau peserta menghindari peristiwa yang tidak menyenangkan, bergantung pada integritas perawatan yang tinggi dengan tujuan meningkatkan kemungkinan integritas perawatan akan tetap tinggi.

Dari pendapat di atas, dapat diartikan bahwa dalam proses pelaksanaan teknik BST yang bertujuan untuk mengajarkan kepada guru atau peserta yang akan memberikan tretmen untuk siswa atau individu

diperlukan dua hal. Dua hal tersebut yaitu komponen BST yang terdiri atas instruksi, pemberian model, pelatihan, dan pemberian umpan balik (*feedback*) dan ditambah teknik dukungan yang terdiri atas memantau kemajuan, memberikan umpan balik dan bimbingan, latihan yang diarahkan pada tahapan yang terlewat serta memberikan penguatan positif.

Peneliti memiliki persamaan pandangan dengan teori Stewart, Carr, dan LeBlanc (2007); Miltenberger (2012); Miltenberger (2016); dan Ward-Horner dan Sturmey (2012) yang menjelaskan prosedur pelaksanaan BST terdiri dari instruksi, permodelan, latihan, dan umpan balik. Teori tersebut menegaskan bahwa penguatan dapat diberikan pada setiap tahapan untuk menguatkan tahapan berikutnya terutama dalam tahap umpan balik. Semua tahapan jika diperlukan dapat diulang sampai siswa menunjukkan penguasaan perilaku yang menjadi sasaran. Selanjutnya, siswa mempraktikkan keterampilan perilaku di luar sesi pelatihan.

Dari pendapat ahli di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa teknik *behavioral skills training* memiliki empat prosedur, yaitu pemberian instruksi, pemberian model, pelatihan, dan pemberian umpan balik dilanjutkan praktik secara langsung di lingkungan. Instruksi harus diberikan dengan spesifik, jelas, dan mudah dipahami siswa. Memberikan model secara langsung atau dengan simbolik dilakukan secara berulang-ulang. Tahap pelatihan langsung dilakukan setelah mendapatkan model untuk perilaku target. Tahap memberikan umpan balik untuk mengetahui ketepatan dan kesalahan dalam melakukan latihan keterampilan perilaku

target disertai penguatan dari pelatih. Selanjutnya, siswa diberikan tugas untuk mempraktikkan keterampilan yang dipelajari di luar sesi BST, dalam situasi kehidupan nyata. Setelah mempraktikkan di luar sesi pelatihan, siswa mendiskusikan pengalamannya di sesi BST berikutnya dan menerima umpan balik tentang penampilannya.

e. Peran Konselor dan Konseli dalam Teknik *Behavioral Skills Training*

Teknik *behavioral skills training* dapat dilaksanakan bila ada dua unsur utama yakni, pelatih yang memberikan *treatment* dan peserta pelatihan yang diberikan *treatment*. Penerapan teknik BST ini dalam *setting* sekolah tentunya melibatkan siswa dan guru bimbingan dan konseling. Guru bimbingan dan konseling atau konselor sekolah memiliki tugas utama sebagai pemberi dukungan dengan membantu mengembangkan potensi akademik, karier, dan pribadi-sosial semua siswa (Studer & Oberman, 2006: 82). Siswa merupakan subyek layanan bimbingan dan konseling seperti dijelaskan dalam Permendikbud Nomor 111 tahun 2014 bahwa layanan bimbingan dan konseling ialah upaya memfasilitasi dan memandirikan peserta didik dalam rangka tercapainya perkembangan yang utuh dan optimal. Berdasarkan pendapat Studer dan Oberman dan Permendikbud Nomor 111 tahun 2014 dapat dijelaskan bahwa guru bimbingan dan konseling sebagai pemberi *treatment* BST dan siswa sebagai konseli atau subyek yang diberikan *treatment* BST.

Guru bimbingan dan konseling atau konselor memiliki peran sebagai pelaksana dan pemberi *treatment* dalam BST. Pertama, kegiatan tersebut

didukung oleh teori yang menjelaskan bahwa pemberi *treatment* khususnya untuk memberikan instruksi yang spesifik dalam BST merupakan orang yang memiliki kredibilitas di hadapan siswa sekolah seperti atasan, orang tua, guru, konselor sekolah atau psikolog (Mintebeger, 2016: 227). Kedua, konselor juga memiliki tugas sebagai *role model* atau memodelkan perilaku tertentu bagi siswa, konselor akan menarik perhatian siswa untuk aspek-aspek penting dari perilaku model, dan perilaku harus dimodelkan dalam berbagai cara dan dalam berbagai situasi untuk meningkatkan generalisasi. (Miltenberger, 2012: 221). Ketiga, konselor memastikan dan mengawasi siswa dalam melatih perilaku target secara benar sehingga memberikan kesempatan untuk memperkuat perilaku dan memberikan kesempatan untuk menilai dan memperbaiki kesalahan yang mungkin ada dalam kinerja perilaku (Miltenberger, 2016: 229). Keempat, konselor harus segera memberikan umpan balik korektif juga melibatkan instruksi lebih lanjut tentang cara meningkatkan kinerja jika ada kesalahan dalam latihan dan pemberian pujian atau penguatan pada siswa yang melaksanakan pelatihan keterampilan perilaku yang sudah tepat maupun yang belum tepat (Miltenberger, 2012: 229). Ditambahkan oleh DiGennaro et al. (2018: 379) bahwa peran konselor adalah memantau kemajuan konseli dalam pelaksanaan BST.

Konseli merupakan subyek yang diberikan *treatment* BST memiliki beberapa peranan. Pertama, konseli harus memperhatikan semua instruksi yang diberikan konselor, mengulangi instruksi sehingga konselor yakin

bahwa konseli mendengar instruksi dengan benar, dan melatih perilaku sesegera mungkin setelah menerima instruksi (Miltenberger, 2012: 222). Kedua, konseli harus memperhatikan perilaku model untuk mempelajari perilaku yang dimodelkan dan kemudian menirunya. Perilaku yang dimodelkan harus diulang sesering mungkin oleh konseli agar benar dalam menirunya serta harus memiliki kesempatan untuk berlatih meniru perilaku sesegera mungkin setelah mengamati model (Miltenberger, 2016: 228). Ketiga, konseli melaksanakan latihan perilaku target secara benar dengan mempraktikkan perilaku dari yang mudah sampai perilaku yang kompleks. Konseli harus melatih perilaku target hingga ditunjukkan dengan benar setidaknya sampai beberapa kali (Miltenberger, 2012: 222). Keempat, konseli menindaklanjuti umpan balik dari konselor maupun anggota lain yang terlibat dalam prosedur BST. Tindak lanjut dapat berupa mengulang kembali ke tahap *modelling* untuk memperoleh gambaran yang lebih jelas dan atau ke tahap pelatihan yang dinilai belum tepat (Miltenberger, 2016: 229).

Berdasarkan uraian teori di atas dapat disimpulkan bahwa guru bimbingan dan konseling memiliki peran dalam teknik BST sebagai pemberi instruksi yang dipercaya siswa, memberikan model keterampilan perilaku target baik secara langsung atau simbolik, memastikan dan mengawasi siswa dalam berlatih keterampilan perilaku target, dan memberikan umpan balik terkait proses latihan keterampilan perilaku konseli disertai pemberian penguatan dan instruksi lebih lanjut jika ada

kinerja yang belum tepat serta memantau kemajuan konseli. Peranan konseli dalam teknik BST adalah memperhatikan instruksi perilaku target yang diberikan oleh konselor, memperhatikan model yang diberikan untuk memudahkan dalam proses pelatihan, konseli mempraktikkan keterampilan perilaku target yang sudah dimodelkan sesegera mungkin, dan konseli menindaklanjuti umpan balik yang diberikan oleh konselor baik dalam tahap mengamati model sampai melakukan latihan kembali untuk mengulang praktik yang belum tepat kemudian dilanjutkan mempraktikkan keterampilan perilaku di lingkungan sekitar.

f. Teknik *Behavioral Skills Training* dalam Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok diartikan oleh Winkel dan Sri Hastuti (2004: 547) sebagai kegiatan diskusi kelompok yang menunjang perkembangan secara pribadi dan sosial siswa dalam kelompok, serta meningkatkan kerjasama yang berguna untuk berbagai tujuan yang dibutuhkan setiap anggota kelompok. Ditambahkan oleh Villalba (2006: 31) bahwa layanan bimbingan kelompok *setting* sekolah ialah usaha yang dilakukan guru bimbingan dan konseling untuk memberikan pengalaman pada siswa melalui pendekatan preventif dan kesejahteraan. Guru bimbingan dan konseling biasanya bertindak sebagai pemimpin kelompok yang memberikan informasi atau materi layanan kepada anggota kelompok siswa. Materi layanan yang diberikan mendorong anggota kelompok untuk melakukan diskusi dan meningkatkan kerjasama.

Tohirin (2007: 170), mengungkapkan bahwa bimbingan kelompok merupakan strategi pemberian bantuan kepada setiap individu untuk membahas hal yang bermanfaat bagi pengembangan diri atau *problem solving* dengan membahas topik masalah umum yang menjadi fokus bersama melibatkan dinamika kelompok yang konstruktif dan menekankan partisipasi kelompok berdasarkan bimbingan dari pemimpin kelompok. Pendapat serupa dari Nurihsan (2017: 13) dan Sukardi (2008: 64) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok dilakukan di bawah bimbingan narasumber yang kompeten seperti konselor sekolah dalam rangka memberikan layanan pada siswa secara bersama yang membahas berbagai macam topik berkaitan dengan kebutuhan kelompok sehingga membantu membuat keputusan dan menunjang kehidupan pribadi maupun sosial. Dua pendapat ahli di atas dapat dirumuskan bahwa bimbingan kelompok adalah segala usaha yang dilakukan melalui kegiatan kelompok yang tujuan utamanya adalah membantu setiap individu dalam kelompok untuk menyelesaikan masalah dan membuat penyesuaiannya.

Permendikbud nomor 111 tahun 2014 tentang bimbingan dan konseling pada pendidikan dasar dan pendidikan menengah menjabarkan pengertian bimbingan kelompok sebagai kegiatan pemberian bantuan oleh konselor kepada konseli dengan membentuk kelompok kecil terdiri dari dua orang sampai sepuluh orang yang memiliki tujuan sebagai pencegahan masalah, pemeliharaan nilai-nilai atau pengembangan keterampilan hidup yang dibutuhkan. Pemberian layanan bimbingan kelompok harus dirancang

sesuai kebutuhan setiap anggota kelompok. Topik bahasan dalam bimbingan kelompok didapatkan dari hasil *need assessment* atau berlandaskan kesepakatan anggota kelompok yang bersifat umum.

Bimbingan kelompok memiliki empat tujuan meliputi membantu mengatasi masalah pribadi, sosial, belajar, dan karir yang bersifat ringan maupun berat, menambah pemahaman maupun pengetahuan yang baru bagi siswa dalam kelompok melalui diskusi, tercapainya perubahan pandangan dan sikap negatif menjadi lebih positif sehingga perilaku individu menjadi lebih diterima secara sosial, anggota kelompok memperoleh berbagai pengalaman hidup serta menumbuhkan konsep yang lebih realitas mengenai diri dan orang lain (Siradj, 2012: 207). Pendapat Siradj tersebut dapat disimpulkan bahwa tujuan besar dari bimbingan kelompok membantu menguraikan masalah siswa baik secara individu atau masalah sosial yang berdampak pada pemahaman yang meningkat dalam menjalani kehidupan. Pemahaman yang baik mengubah persepsi yang tidak pantas yang bermuara pada munculnya konsep positif dan realistis terhadap diri sendiri maupun orang lain.

Selanjutnya, Gibson dan Mitchell (2016: 52) menyatakan bahwa bimbingan kelompok diberikan dengan tujuan mencegah berkembangnya masalah pada individu siswa, membantu membuat perencanaan hidup, dan membantu individu membuat keputusan yang tepat dengan memberikan informasi pendidikan, karir, pribadi, dan sosial. Melalui layanan bimbingan kelompok dapat membantu siswa dalam mencegah permasalahan yang

timbul dengan menekankan adanya pemberian informasi yang menyeluruh sebelum terjadinya permasalahan yang dialami individu.

Pandangan lain yang dikemukakan oleh Gladding (2016: 252), menjelaskan tiga tujuan layanan bimbingan kelompok yaitu, memungkinkan konselor melihat usaha siswa untuk mencoba dalam waktu singkat melakukan aktivitas pencegahan, memungkinkan konselor untuk menggunakan sumber daya dari dalam seperti guru dan dari luar seperti personil masyarakat untuk membantu siswa belajar membantu diri mereka sendiri, dan membantu mendorong keamanan dan kenyamanan pada siswa melalui interaksi teman sebaya meningkatkan pelatihan secara praktis untuk menangani situasi bermasalah. Gladding menegaskan bahwa layanan bimbingan kelompok adalah sebagai sarana konselor maupun pihak yang berwenang seperti *stakeholder*, orang tua siswa, dan masyarakat untuk memantau perkembangan siswa dalam melakukan aktivitas pencegahan terhadap masalah. Jika siswa mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas pencegahan terhadap masalah maka konselor dapat bekerjasama dengan guru lain bahkan dengan pihak eksternal yang relevan untuk membantu siswa.

Selanjutnya, Prayitno (1995: 40), Hallen (2005: 132), dan Nurihsan (2017: 15-17) menjelaskan tahapan bimbingan kelompok sebagai berikut.

1) Tahap Pembentukan

Tahap ini diawali dengan konselor membentuk kelompok sesuai kebutuhan, namun untuk membantu konselor disepakati sekitar 20

sampai 30 siswa (Gladding, 2016: 244). Tahap ini dimulai dengan saling mengenal antar anggota kelompok bisa dengan menyelipkan permainan keakraban. Pemimpin dan anggota kelompok saling memperkenalkan diri dan melibatkan diri yang menumbuhkan rasa saling percaya, saling menerima, empati, perhatian, dan menjaga rahasia yang berdampak pada keaktifan anggota kelompok. Dalam melaksanakan bimbingan kelompok anggota harus sukarela dan atas kesadaran diri sehingga memiliki harapan dan tujuan setiap individu. Konselor memberikan penjelasan tentang tujuan bimbingan kelompok, keterbukaan dalam penyampaian segala permasalahan, aturan selama proses bimbingan kelompok, membantu setiap anggota kelompok untuk mengarahkan peranan diri sendiri, dan pencapaian tujuan bersama.

2) Tahap Peralihan

Tahap peralihan disebut sebagai tahap perpindahan dari tahap pembentukan dan sebelum tahap kegiatan. Pemimpin kelompok menekankan peran anggota berupa menyampaikan pendapat, memperhatikan, dan memberikan tanggapan. Tahap ini ditandai munculnya kecemasan, hambatan, dan keengganan pada anggota, maka pemimpin kelompok perlu membantu mengenali dan mengatasi keluhan anggota disertai pemberian motivasi. Setelah itu, pemimpin kelompok menerangkan kegiatan yang akan dilewati berikutnya, mengamati, dan menawarkan pada anggota kelompok apakah sudah siap untuk memulai

tahap kegiatan inti. Jika diperlukan kelompok dapat dibawa kembali ke tahap pembentukan guna persiapan yang lebih matang.

3) Tahap Kegiatan

Tahap kegiatan merupakan bagian penting karena pola interaksi antar anggota kelompok mulai muncul. Semua anggota memulai peran masing-masing dengan berperilaku saling bertukar pendapat, saling menghormati, saling menerima, dan saling memperhatikan untuk mencapai suasana kebersamaan. Tugas konselor dalam tahap ini sebagai pemegang kendali jalannya kegiatan, aktif mendorong anggota untuk menyampaikan pendapat maupun menanggapi, dan berempati pada setiap anggota yang menyampaikan permasalahan. Kegiatan yang dilakukan dalam tahap inti meliputi:

- a. Pemimpin kelompok mengemukakan suatu masalah atau topik spesifik yang secara nyata dialami oleh anggota kelompok diperoleh dari analisis kebutuhan.
- b. Setiap anggota diberikan kebebasan dalam mengungkapkan masalah berkaitan topik yang dibahas.
- c. Pemimpin kelompok memberikan keluasan dalam menggunakan sesi diskusi mengenai hal-hal yang samar berkaitan masalah atau topik yang dibahas.
- d. Anggota kelompok didorong memberikan solusi, *feedback* atau saran yang membangun. Topik utama dapat dibahas dan diulas menggunakan berbagai macam teknik yang relevan. Dengan

demikian, topik yang diangkat bisa segera tuntas dengan adanya dinamika kelompok.

- e. Pemimpin kelompok senantiasa mengamati jalannya dinamika kelompok agar tidak melanggar aturan yang disepakati. Tugas lain dari pemimpin kelompok adalah memastikan pembahasan topik dalam kelompok sesuai tujuan awal yang diharapkan dari permasalahan yang diangkat.

4) Tahap Pengakhiran

Tahap terakhir difokuskan kepada ketercapaian tujuan bersama dari pembahasan pada tahap kegiatan inti. Anggota kelompok mampu melakukan hal yang sudah dipelajari di dalam kelompok ke dalam kehidupan masing-masing. Pemimpin kelompok beserta seluruh anggota kelompok mengungkapkan kesan dan menyimpulkan hasil dari layanan bimbingan kelompok. Seluruh anggota menyetujui kegiatan layanan bimbingan selanjutnya jika diperlukan. Pemimpin kelompok dapat menginformasikan bahwa kegiatan akan segera diakhiri. Pemimpin kelompok dan anggota kelompok mengungkapkan harapan dan pesan yang dilanjutkan dengan melakukan evaluasi terhadap layanan yang diberikan guna menjadi dasar layanan yang akan datang.

Memperhatikan paparan di atas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok yang dilaksanakan perlu melalui beberapa tahap seperti membentuk kelompok dan tempat pertemuan kelompok. Perlengkapan dan peralatan yang diperlukan perlu disiapkan sebelum pelaksanaan, kemudian

baru prosesi pelaksanaan bimbingan kelompok yang didahului perkenalan antar anggota dan menyampaikan tujuan diadakan bimbingan kelompok. Selanjutnya, tahap peralihan menekankan pada kesiapan yang ditunjukkan dengan setiap anggota mengatasi kecemasan yang dibantu pemimpin kelompok. Memasuki tahap kegiatan inti yang berfokus pada pembahasan masalah atau topik yang diangkat. Setiap anggota diberi kebebasan dalam berdiskusi, berbagi informasi dan memberikan respon. Tahap pengakhiran berfokus pada keberhasilan anggota menerapkan apa yang didapat dalam diskusi kelompok, menyimpulkan proses dan hasil, menentukan layanan lanjutan, mengungkapkan harapan dan pesan dan mengakhiri kegiatan bimbingan kelompok.

Pelaksanaan intervensi BST paling efektif dengan membentuk kelompok-kelompok kecil di mana semua anggota memiliki kesempatan untuk berpartisipasi (Himle & Miltenberger, 2004: 173). Melalui pelatihan secara kelompok anggota kelompok memiliki kesempatan untuk berlatih keterampilan sampai dilakukan dengan benar dalam berbagai situasi yang disimulasikan.

Intervensi BST menggunakan layanan bimbingan kelompok memiliki sejumlah keunggulan. Pertama, intervensi lebih efisien daripada BST individual karena instruksi dan pemodelan disajikan kepada seluruh anggota kelompok. Kedua, setiap anggota kelompok belajar mengamati anggota kelompok lainnya berlatih keterampilan dan menerima umpan balik pada kinerja mereka. Ketiga, anggota kelompok belajar mengevaluasi kinerja

anggota kelompok lainnya dan memberikan umpan balik. Keempat, dengan beragam anggota grup yang berpartisipasi dalam bermain peran, generalisasi dapat ditingkatkan. Besarnya penguatan untuk latihan yang tepat meningkat ketika pujian datang dari anggota kelompok lain dan konselor (Miltenberger, 2012: 226-227). Keuntungan BST dalam bimbingan kelompok yang didapat siswa bahkan guru bimbingan dan konseling adalah pelaksanaan lebih efektif karena memanfaatkan dinamika kelompok berupa mengamati latihan anggota lain, partisipasi bermain peran, memberi dan mendapat umpan balik, belajar dari hasil evaluasi, dan saling memberikan penguatan secara verbal dan non-verbal.

Penerapan teknik BST dalam bimbingan kelompok melalui tahapan seperti pemodelan dan instruksi diberikan kepada seluruh anggota kelompok. Setiap anggota kelompok kemudian melatih keterampilan perilaku target dalam permainan peran dan menerima umpan balik dari pelatih dan dari anggota kelompok lainnya (Poche, Yoder, & Miltenberger, 1988: 255). Ditambahkan oleh Miltenberger (2016: 238-239) yang menguraikan penggunaan prosedur BST dalam bimbingan kelompok sebagai berikut.

- 1) Mengidentifikasi dan menentukan keterampilan yang ingin dilatih.

Definisi perilaku yang baik akan menggambarkan semua perilaku yang terlibat dalam keterampilan. Konselor sekolah harus mendefinisikan semua keterampilan yang diperlukan dalam berbagai

situasi dan melakukan analisis tugas keterampilan yang lebih kompleks (rantai perilaku).

- 2) Mengidentifikasi semua situasi stimulus yang relevan (SD) di mana keterampilan harus digunakan.
- 3) Menilai keterampilan siswa dalam situasi stimulus yang relevan untuk menetapkan garis dasar intervensi. Untuk menilai keterampilan siswa, guru bimbingan dan konseling harus menyajikan setiap situasi stimulus baik situasi nyata atau simulasi dan mencatat respons dari siswa terhadap situasi tersebut.
- 4) Memulai pelatihan dengan keterampilan atau situasi stimulus termudah agar siswa lebih mungkin untuk berhasil dalam pelatihan dan terus bekerjasama dengan prosedur BST.
- 5) Memulai sesi pelatihan dengan memberikan instruksi dan memodelkan perilaku target. Memodelkan perilaku dalam konteks yang tepat dengan mensimulasikannya dalam permainan peran. Simulasi bermain peran harus senyata mungkin bagi siswa.
- 6) Setelah siswa mendengar instruksi dan melihat model kemudian diberi kesempatan untuk melakukan latihan. Selanjutnya, mensimulasikan konteks yang tepat untuk perilaku tersebut dan meminta siswa mempraktikkan perilaku tersebut. Terkadang permainan peran dapat terjadi dalam situasi alami.

- 7) Setelah latihan sesegera mungkin memberikan umpan balik. Selalu berikan pujian untuk aspek kinerja yang benar. Memberikan instruksi untuk perbaikan sesuai kebutuhan.
- 8) Mengulangi proses latihan dan umpan balik sampai siswa telah melakukan perilaku dengan benar.
- 9) Setelah berhasil dengan satu situasi pelatihan, pindah ke situasi lain dan melanjutkan proses instruksi, pemodelan, latihan, dan umpan balik sampai siswa menguasai setiap keterampilan dalam setiap situasi. Siswa diminta tetap mempraktikkan situasi pelatihan yang telah mereka kuasai untuk memastikan pemeliharaan.
- 10) Setelah siswa menguasai semua keterampilan dalam semua situasi simulasi, dilanjutkan dengan program generalisasi ke situasi alami di mana keterampilan itu diperlukan.

Penjelasan dari Miltenberger di atas dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan intervensi BST dalam bimbingan kelompok terdapat hal-hal yang perlu dilakukan. Guru bimbingan dan konseling dapat mengidentifikasi dan menentukan keterampilan target. Guru bimbingan dan konseling memastikan dengan mengidentifikasi semua stimulus atau pemicu baik yang dapat memunculkan perilaku target atau pemicu masalah ketika intervensi diberikan. Guru bimbingan dan konseling mengatur situasi yang serupa dengan lingkungan nyata atau menggunakan simulasi tertentu dalam hal ini menggunakan setting layanan bimbingan kelompok.

Guru atau pelatih selanjutnya memberikan instruksi spesifik dan segera memberikan model langsung atau simbolik. Guru BK memerintahkan siswa untuk melakukan latihan secara nyata dapat melalui bermain peran dan kemudian segera mungkin diberikan umpan balik beserta pujian yang bisa juga berasal dari teman lain. Guru BK dapat meminta siswa mengulangi tahap latihan dan umpan balik sampai berhasil. Jika dianggap sudah berhasil dapat meneruskan ke situasi lain dengan tahapan serupa dan setelah dirasa cukup, siswa diminta untuk melakukan generalisasi secara alami di luar lingkungan layanan bimbingan kelompok.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa teknik BST dalam bimbingan kelompok merupakan suatu upaya bantuan melalui kelompok oleh konselor yang dirancang sesuai kebutuhan untuk melakukan pencegahan masalah melalui pemberian informasi tentang karir, pendidikan, pribadi, dan sosial dengan memanfaatkan dinamika kelompok sehingga anggota kelompok mampu mengembangkan sikap, wawasan, keterampilan, dan membuat keputusan tepat melalui melatih individu keterampilan perilaku baru yang terdiri atas pemberian instruksi, permodelan, pelatihan, dan umpan balik yang sistematis untuk membantu individu memperoleh keterampilan perilaku seperti keterampilan terkait pekerjaan atau keterampilan sosial dengan bermain peran.

Guru BK mengidentifikasi stimulus yang mendukung dan stimulus yang mengganggu. Guru BK mengatur semirip mungkin dengan situasi nyata yang dialami siswa, kemudian dilanjutkan dengan memberikan instruksi

spesifik dan memberikan permodelan khusus penelitian ini tentang keterampilan sosial. Siswa diminta sesegera mungkin mempraktikkan keterampilan target bisa melalui permainan peran dan langsung diberikan umpan balik yang disertai penguatan. Setelah berhasil, guru bimbingan dan konseling dapat meminta siswa untuk mempraktikkan keterampilan di luar *setting* bimbingan kelompok. Penelitian ini tidak sampai pada tahap *in-situ training*. Memperhatikan uraian tersebut, peneliti tertarik menggunakan teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial siswa yang menunjang proses interaksi sosial sehingga berdampak pada hasil belajar yang lebih maksimal.

2. Keterampilan Sosial Siswa

a. Pengertian Keterampilan Sosial Siswa

Takdir dari Tuhan bahwa manusia satu dengan manusia yang lain tidak dapat hidup sendiri yang berarti saling membantu, saling berbagi, dan saling memberikan kasih sayang. Penting bagi individu memiliki keterampilan sosial dalam rangka untuk hidup bermasyarakat. Termasuk siswa di sekolah yang masih memiliki masa depan yang panjang memerlukan keterampilan sosial untuk menjalani berbagai macam tugas perkembangan berikutnya. Melalui pendidikan di sekolah berbagai hal yang dimiliki siswa termasuk keterampilan sosial akan ditingkatkan dan dikembangkan menjadi lebih matang dan baik.

Cartledge dan Milburn (1995: 19) menjelaskan bahwa keterampilan sosial merupakan strategi yang dimiliki seseorang untuk untuk melakukan

perbuatan positif seperti memecahkan masalah sehingga memberikan kemudahan dalam beradaptasi atau melakukan penyesuaian dengan lingkungan masyarakat. Pendapat dari Cartledge dan Milburn menjelaskan bahwasanya individu dalam melakukan penyesuaian sosial memerlukan kemampuan khusus berupa keterampilan sosial. Semakin positif perilaku seseorang dengan orang lain, semakin tinggi pula keterampilan sosial yang dimiliki orang tersebut.

Keterampilan sosial dapat didefinisikan dalam konteks pembelajaran sosial dan emosional dalam mengenali dan mengelola emosi diri, mengembangkan kepedulian dan kepedulian terhadap orang lain, membangun hubungan positif, membuat keputusan yang bertanggung jawab, dan menangani situasi yang menantang secara konstruktif dan etis (Zins et al., 2004: 6). Individu yang memiliki keterampilan sosial dapat diamati melalui dua sudut pandang. Sudut pandang pertama adalah memahami diri dengan mengelola emosi diri ketika melakukan hubungan sosial. Sudut pandang kedua adalah melakukan pembelajaran secara sosial dengan peduli, hubungan yang positif, bertanggung jawab, dan menyelesaikan konflik. Pendapat dari Steedly et al. (2008: 1) menjelaskan bahwa keterampilan sosial membantu diri pribadi menavigasi interaksi sehari-hari seperti bertukar memberi salam dan mengadakan percakapan, memulai persahabatan dan menjaganya, serta meminta bantuan dan mengajar orang lain. Melalui keterampilan sosial seseorang akan lebih mudah mengontrol perilaku dalam berhubungan dengan orang lain.

Keterampilan sosial dimaknai sebagai keterampilan yang dibutuhkan setiap individu untuk hidup bermasyarakat yang memiliki berbagai budaya, bersifat demokrasi, dan penuh kompetisi serta tantangan (Widoyoko, 2011: 213-214). Terampil secara sosial dibutuhkan setiap orang dalam lingkungan yang memiliki kebebasan berpendapat dan beragam latar belakang budaya untuk membuka peluang saling membantu dan bekerjasama memenuhi kebutuhan hidup. Selanjutnya, keterampilan sosial merupakan keterampilan hidup seseorang yang senantiasa melekat bila dilatih dan dikembangkan terdiri dari keterampilan dalam komunikasi, keterampilan dalam menulis, dan keterampilan dalam empati dan mengendalikan konflik (Widoretno et al., 2015: 318-319). Keterampilan sosial senantiasa menjadi kebutuhan utama mengingat perkembangan zaman yang semakin mengedepankan jaringan antar teman untuk terus bisa bersaing sehingga perlu meningkatkan kemampuan komunikasi, menulis, dan menyelesaikan konflik.

Keterampilan sosial merupakan keterampilan yang memberikan dorongan pada anak maupun remaja untuk berinteraksi dengan orang lain sehingga diterima secara sosial untuk melakukan belajar dan bermain dalam rangka menjaga dan mengembangkan relasi persahabatan (Kauffman & Kinnealey, 2015: 2). Aktivitas belajar dan bermain siswa akan terus berkembang, maka perlu menumbuhkan atau meningkatkan keterampilan sosial yang sudah dimiliki. Keterampilan sosial juga dimaknai sebagai kumpulan dari perilaku yang dipelajari oleh individu sehingga mampu menciptakan hubungan yang berdampak dengan orang lain dan terhindar

dari reaksi sosial yang tidak sehat (Agran et al., 2016: 112; Gresham, 2016: 320).

Menambahkan teori sebelumnya, pendapat dari Daraee, Salehi, dan Fakhr (2016: 513) menjelaskan bahwa keterampilan sosial adalah perilaku yang berpotensi membuat individu melakukan interaksi dengan lingkungan sekitar atau orang lain serta menjauhkan diri dari berbagai respon yang tidak diinginkan. Seseorang yang memiliki keterampilan sosial senantiasa mempelajari perilaku dalam melakukan interaksi dengan orang lain agar terhindar dari respon sosial yang merugikan. Listyaningrum (2016: 1485) menjelaskan bahwa keterampilan sosial sebagai keterampilan utama yang wajib dimiliki individu untuk memunculkan komunikasi verbal dan non-verbal dalam rangka membina hubungan baik kepada orang lain di lingkungan sekitar secara efektif. Individu dalam melakukan hubungan sosial memerlukan keterampilan dalam berkomunikasi secara verbal atau non-verbal agar mampu menyampaikan maksud dan tujuan serta terhindar dari kesalahpahaman.

Menurut Bierman et al. (2017: 5), menjelaskan bahwasanya keterampilan sosial merupakan perilaku tertentu dan rutinitas yang teruji secara budaya seperti sopan santun dan mencakup pula kemahiran sosial yang tidak nampak seperti kemampuan untuk berperilaku sensitif secara sosial dan sesuai dengan budaya. Budaya suatu daerah tertentu memiliki pengaruh terhadap keterampilan sosial seseorang dalam berperilaku dan berinteraksi dengan orang lain. Hal ini dikarenakan budaya menjadi ukuran

pantas dan tidaknya dalam melakukan interaksi antar individu. Sementara itu ahli lain, Howard dan Gutworth (2020: 3) menjelaskan bahwa keterampilan sosial adalah kumpulan berbagai macam atribut yang mencakup pengetahuan, keterampilan, kemampuan, dan karakteristik lainnya yang memfasilitasi interaksi antar individu satu dengan individu yang lainnya. Interaksi sosial seseorang secara positif ditentukan oleh pengetahuan sosial yang mencukupi, keterampilan dalam membangun hubungan, kemampuan dalam menjaga hubungan, dan karakteristik individu yang mampu mengelola emosi.

Peneliti sependapat dengan teori yang disampaikan Zins et al. (2004) dan Howard dan Gutworth (2020) yang memiliki persamaan bahwa keterampilan sosial memiliki dua hal penting, yaitu memahami diri yang berkaitan dengan kemampuan mengelola emosi diri dan pengetahuan mengenai perilaku prososial serta melakukan belajar sosial mengenai membangun hubungan yang saling menguntungkan.

Berdasarkan beberapa definisi yang telah dikemukakan ahli, dapat disimpulkan bahwasanya keterampilan sosial siswa merupakan suatu strategi atau keterampilan yang dipelajari siswa untuk menciptakan dan mempertahankan hubungan atau interaksi positif dengan orang lain melalui komunikasi *verbal* dan *non-verbal* secara efektif sehingga diterima secara sosial dan terhindar dari respon sosial yang tidak diinginkan dalam *setting* berbagai budaya bersifat demokrasi yang penuh kompetisi dan tantangan.

b. Arti Penting Keterampilan Sosial bagi Siswa

Siswa SMA umumnya termasuk ke dalam kategori usia remaja. Fase remaja merupakan suatu periode siklus hidup yang ditandai oleh perubahan secara fisik, psikologis, dan perluasan serta modifikasi hubungan interpersonal (Leme et al., 2016: 595). Pada fase remaja proses interaksi sosial yang dilakukan semakin bertambah luas dan kompleks daripada fase sebelumnya. Hal ini dikarenakan pada fase remaja lebih nyaman melakukan interaksi dengan teman sebaya daripada dengan orang tua sendiri karena mendapatkan berbagai macam kebutuhan yang belum tentu didapatkan dari lingkungan keluarga. Santrock (2018: 498) berpendapat bahwa teman sebaya memiliki peran penting bagi remaja seperti memberikan sumber informasi dan perbandingan tentang kondisi lingkungan dan menerima umpan balik tentang kemampuan mereka dari kelompok. Ditambahkan oleh Berk (2018: 420-426) bahwasanya siswa dalam mengembangkan kemampuan sosial melibatkan keluarga yang terdiri atas orang tua dan saudara kandung serta hubungan teman sebaya terdiri atas sahabat, kelompok kecil (*clique*), dan interaksi lawan jenis.

Upaya membangun relasi dengan orang lain yang dilakukan oleh siswa tentunya membutuhkan suatu keterampilan sosial. Teman sebaya atau orang lain tentu mempunyai aturan hidup, kebiasaan, bahkan pola pikir yang berbeda dikarenakan latar belakang budaya yang berbeda. Siswa dalam menghadapi kondisi sosial yang berbeda ini perlu menumbuhkan kapasitas intelektual, keterampilan sosial, dan perasaan yang berbeda tentang diri dan

orang lain (Mistry & Dutta, 2015: 369). Memiliki dan mengembangkan keterampilan sosial merupakan keharusan bagi siswa dalam rangka membantu dalam melaksanakan proses belajar secara nyaman dan menjalani tugas perkembangan saat ini maupun selanjutnya.

Johnson dan Johnson (1999: 201-210) menyampaikan bahwa terdapat beberapa alasan penting untuk memiliki keterampilan sosial bagi siswa, yang meliputi:

1) Perkembangan kepribadian dan identitas

Alasan pertama adalah perkembangan kepribadian dan identitas karena kebanyakan dari identitas masyarakat dibentuk dari hubungannya dengan orang lain. Hasil dari berinteraksi dengan orang lain, individu mempunyai pemahaman yang lebih baik tentang diri sendiri. Individu yang kurang dalam memahami diri dalam keterampilan interpersonalnya dapat mengubah bahkan memutuskan hubungan dengan orang lain dan cenderung untuk mengembangkan pandangan yang tidak akurat dan tepat tentang dirinya.

2) Mengembangkan kemampuan kerja, produktivitas, dan kesuksesan karir

Keterampilan sosial memiliki dampak bagi individu terutama dalam mengembangkan kemampuan kerja, produktivitas seseorang, dan kesuksesan karir, yang semuanya merupakan keterampilan umum yang dibutuhkan dalam dunia kerja nyata. Keterampilan sosial penting dalam dunia karir karena dapat dijadikan acuan untuk mendapatkan

gaji kerja yang tinggi, mengajak orang lain untuk bekerjasama dalam pekerjaan, memimpin orang lain, mengatasi situasi yang kompleks, dan membantu memecahkan permasalahan orang lain yang berkaitan dengan aktivitas kerja. Keterampilan sosial cenderung meningkatkan pengembangan pribadi, pemahaman yang lebih baik, produktivitas, kemampuan kerja dan kesuksesan karier (Sharma, 2016: 223).

3) Meningkatkan kualitas hidup

Meningkatkan kualitas hidup individu merupakan hasil dari adanya keterampilan sosial. Individu membutuhkan dukungan, hubungan yang baik, dekat, dan intim dengan individu lainnya. Melalui hubungan dan dukungan orang lain tersebut individu akan lebih bersemangat dan memiliki optimisme dalam menjalani hidup. Sesuai dengan penelitian Taheri, et.al (2018: 10) terdapat korelasi langsung antara keterampilan komunikasi dan skor optimisme terhadap kehidupan.

4) Meningkatkan kesehatan fisik

Hubungan yang positif, harmonis dan saling memberikan dukungan banyak mempengaruhi kesehatan fisik seseorang. Menjalin hubungan yang berkualitas berkaitan erat dengan hidup yang panjang dan dapat pulih dengan cepat dari sakit. Hasil penelitian Segrin (2017) menemukan bahwa keterampilan sosial yang buruk dikaitkan dengan kesehatan mental dan fisik yang buruk melalui peningkatan stres dan peningkatan kesepian. Temuan tersebut mengungkapkan bahwa

defisit keterampilan sosial terkait dengan masalah kesehatan fisik dan mental yang lemah. Sedangkan keterampilan sosial yang tinggi memperkuat kesehatan fisik dan mental.

5) Meningkatkan kesehatan psikologis

Peningkatan kesehatan psikologis banyak dipengaruhi oleh hubungan positif dan dukungan dari orang lain. Ketidakmampuan mengembangkan dan mempertahankan hubungan yang positif dan mendapat dukungan sosial dapat mengarah pada depresi, kecemasan, dan kesepian. Individu dengan keterampilan sosial yang rendah kemungkinan rentan terhadap perkembangan tekanan psikologis karena individu tersebut kurang mendapat perlindungan berupa dukungan sosial (Segrin, McNelis, & Swiatkowski, 2015: 122). Penelitian tersebut membuktikan bahwa keterampilan sosial berupa kemampuan membangun interaksi sosial positif dapat memaksimalkan peluang memperoleh dukungan sosial untuk mengurangi distress psikologis.

6) Kemampuan mengatasi stress

Mampu menghadapi stress adalah hasil lain yang sama-sama pentingnya siswa memiliki keterampilan sosial. Interaksi sosial yang saling mendukung membuat berkurangnya kecemasan akademik yang dialami dan mengurangi jumlah penderita stress karena tuntutan akademik. Hubungan yang positif antar individu dapat membantu dalam mengatasi stress dengan memberikan perhatian, informasi,

dukungan, dan masukan positif. Kompetensi komunikasi secara positif terkait dengan kepuasan dukungan sosial yang pada gilirannya berhubungan negatif dengan gejala depresi maupun stress (Wright et al., 2010: 375).

Rumusan pendapat tentang arti penting keterampilan sosial yang disampaikan Johnson dan Johnson di atas untuk mengembangkan kemampuan kerja, produktivitas, dan kesuksesan karir, perkembangan kepribadian dan identitas, meningkatkan kesehatan secara fisik, meningkatkan kualitas hidup, meningkatkan kesehatan psikologis dan kemampuan mengatasi masalah. Pendapat tersebut menjelaskan bahwa keterampilan sosial memiliki makna penting bagi remaja. Dikatakan penting karena pada fase remaja sedang mengalami berbagai macam tugas perkembangan yang lebih kompleks menuju masa dewasa.

Penelitian Hair, Jager, dan Garrett (2002: 2-3), melaporkan bahwa remaja yang memiliki keterampilan sosial yang kuat dalam bidang resolusi konflik, keintiman emosional, dan perilaku prososial lebih memungkinkan diterima secara sosial oleh teman sebaya, mengembangkan persahabatan, mempertahankan hubungan yang lebih kuat dengan orang tua dan teman, dipandang memiliki kemampuan memecahkan masalah yang efektif, menumbuhkan minat belajar yang lebih besar di sekolah, dan memiliki hasil lebih baik dalam bidang akademik. Penting bagi siswa memiliki keterampilan sosial di lingkungan sekolah guna mendapatkan penerimaan sosial dari teman belajar dan bermain, dorongan moril dari orang tua,

mampu mengatasi hambatan yang bersifat akademik, dan merasakan kenyamanan dalam menuntut ilmu yang berakibat atau berimplikasi pada peningkatan prestasi akademik.

Keterampilan sosial menurut Bierman et al. (2017: 5), terdiri dari perilaku proaktif seperti inisiasi yang ramah, perilaku kooperatif, keterampilan komunikasi dan keterampilan pengaturan diri misalnya regulasi emosi, kontrol impuls, serta manajemen kemarahan. Lebih lanjut menurut Cartledge dan Milburn (1995: 56) menyampaikan bahwa siswa yang memiliki kemampuan sosial tinggi, maka intensitas perilaku agresif tersebut akan rendah. Sependapat dengan teori sebelumnya, Rizeki (2012: 177) bahwa terdapat hubungan korelasi negatif dan signifikan antara keterampilan sosial dengan perilaku agresif pada remaja. Remaja yang memiliki keterampilan sosial yang tinggi cenderung rendah perilaku agresifnya. Sebaliknya bila remaja memiliki keterampilan sosial rendah cenderung tinggi perilaku agresifnya. Dapat dikatakan bahwa dengan memiliki keterampilan sosial siswa mampu mengembangkan regulasi emosi, kontrol impuls, serta manajemen kemarahan, dan mengendalikan perilaku yang termasuk menekan perilaku agresif seperti tawuran antar pelajar.

Teori ketergantungan sosial mengidentifikasi keterampilan sosial sebagai salah satu dari lima variabel yang memediasi kolaborasi karena membantu anggota kelompok menyelesaikan konflik dan membuat kolaborasi lebih efektif (Johnson & Johnson, 2009: 366). Penggunaan

keterampilan sosial yang tepat memungkinkan siswa berkomunikasi secara akurat dan menyelesaikan konflik secara konstruktif, dan karenanya berdampak pada kolaborasi yang positif. Melalui kolaborasi, siswa belajar lebih memahami dan mengerti orang lain dengan menekan ego pribadi sehingga dapat meminimalisir terjadinya konflik dalam hubungan sosial.

Siswa yang tidak mengembangkan keterampilan sosial akan mengalami hambatan dalam membangun hubungan interaksi dengan orang lain atau teman sebaya dan kesulitan dalam pencapaian prestasi akademik. Defisit keterampilan sosial berkaitan erat dengan penyesuaian sosial yang buruk, masalah kesehatan mental, kenakalan, dan rendahnya kesadaran diri (Johns, Crowley, & Guetzloe, 2005: 1). Selain itu, keterampilan sosial juga memiliki keterkaitan dengan prestasi belajar siswa di sekolah. Hasil penelitian oleh Durlak et al. (2011: 405) melaporkan bahwa siswa yang mengambil bagian dalam pembelajaran sosial dan emosional dari program SEL (*social and emotional learning*) mengalami peningkatan dalam nilai dan tes standar. Berdasarkan beberapa tinjauan penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa keterampilan sosial memainkan peran penting bagi siswa dalam prestasi akademik dan penyesuaian di sekolah.

Menarik kesimpulan yang sudah disampaikan beberapa ahli di atas bahwa keterampilan sosial penting karena memungkinkan individu atau siswa untuk berinteraksi dengan cara yang dapat diterima dengan baik di masyarakat. Keterampilan sosial meningkatkan kualitas hidup dengan membuat hubungan sangat kuat dan dekat, yang pada gilirannya mengarah

pada kesehatan psikologis dan fisik yang baik, yang membantu siswa atau remaja dalam melakukan penyesuaian yang lebih baik di sekolah dan dalam kelompok teman sebaya mereka. Keterampilan sosial juga sangat diperlukan untuk kehidupan profesional yang baik. Keterampilan sosial yang kuat membantu memfasilitasi interaksi interpersonal yang mengarah pada hasil kerja yang efisien terutama dalam prestasi akademik. Keterampilan sosial merupakan kebutuhan dasar dari sifat kepribadian seseorang yang sangat menentukan keberhasilan dalam sebagian besar perjalanan kehidupan.

c. Aspek Keterampilan Sosial Siswa

Keterampilan sosial memiliki unsur-unsur yang saling berkaitan satu dengan lain. Unsur atau sering disebut aspek inilah yang menjadi acuan orang lain dan diri sendiri untuk mengukur seberapa besar keterampilan sosial yang dimiliki. Siswa dalam mengoperasionalkan keterampilan sosial yang dinilai dan diamati guru dapat dipantau dari tiga aspek utama berupa kerjasama, kontrol diri, dan pernyataan tegas (Gresham & Elliott, 1990). Guru dapat melihat beberapa aspek untuk mengukur sejauh mana keterampilan sosial siswa di lingkungan sekolah melalui seberapa sering siswa melakukan kerjasama dengan teman guru, warga sekolah, dan orang lain baik dalam kegiatan belajar maupun aktivitas bermain. Guru dapat melihat perilaku siswa yang menunjukkan seberapa kuat dalam mengendalikan diri sehingga tidak merugikan lingkungan sekitar. Perilaku

siswa yang dapat diamati selanjutnya adalah seberapa asertif dalam menolak aktivitas yang tidak sesuai kebutuhannya.

Selanjutnya, Ulubey (2018: 64) mengklasifikasikan berbagai macam aspek keterampilan sosial pada siswa terdiri atas keterampilan *verbal*, keterampilan *non-verbal*, dan keterampilan motorik. Ada tiga aspek yang perlu diperhatikan siswa dalam melakukan proses sosialisasi baik di sekolah maupun di luar sekolah. Menurut teori di atas, kemampuan verbal digunakan siswa untuk menyampaikan maksud dan tujuan ke orang lain. Keterampilan non-verbal berguna bagi setiap individu untuk memahami maksud, keadaan, dan tujuan orang lain. Kemampuan motorik menekankan pada kemampuan siswa untuk berperilaku positif dan menguntungkan dengan orang lain.

Lebih lanjut, berdasarkan beberapa penelitian yang dilakukan oleh Riggio, Tucker, dan Coffaro (1989: 95), Riggio dan Reichard (2008: 171), Lee, Huh, dan Reigeluth (2015: 12), Van Straten, Peter, dan Kühne (2020:3), dan Sternberg dan Kostić (2020: 333-353) mengidentifikasi aspek-aspek keterampilan sosial menjadi enam. Berikut penjelasan dari aspek sosial tersebut.

1) *Emotional Expressiveness*

Keterampilan seseorang untuk berkomunikasi *non-verbal* terutama dalam mengirimkan pesan emosional, ekspresi sikap *non-verbal*, dominasi, dan orientasi interpersonal. Orang yang memiliki semangat

yang tinggi ditunjukkan dengan sikap memotivasi, memberikan pengaruh, dan memberikan penghargaan positif.

2) *Emotional Sensitivity*

Keterampilan seseorang dalam aktivitas menerima dan menafsirkan komunikasi emosional dan *non-verbal* dari orang lain. Ciri orang yang memiliki karakteristik ini adalah mudah simpatik dengan orang lain di sekitar.

3) *Emotional Control*

Keterampilan individu dalam mengendalikan dan mengatur penampilan emosional dan *non-verbal* diri sendiri, terutama menyampaikan atau menutupi emosi sesuai petunjuk keadaan.

4) *Social Expressiveness*

Keterampilan pada individu dalam menyampaikan ekspresi verbal dan kemampuan untuk melibatkan orang lain dalam interaksi sosial. Orang dengan karakter ini akan mudah dalam memulai komunikasi atau berbicara dengan orang lain.

5) *Social Sensitivity*

Keterampilan seseorang dalam menafsirkan komunikasi verbal orang lain; kemampuan untuk memahami situasi sosial, norma sosial, dan peran sosial.

6) *Social Control*

Keterampilan seseorang dalam memainkan peran sosial dan presentasi diri sosial. Ciri khas orang yang memiliki *social control* berupa bersikap dan berperilaku bijaksana.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek keterampilan sosial ekspresivitas terdiri dari dimensi emosional dan sosial. Ekspresif emosional mengacu pada kemampuan untuk mengekspresikan emosi, sikap, dan isyarat orientasi antarpribadi secara spontan dan akurat. Ekspresivitas sosial memahami keterampilan berbicara atau komunikasi secara umum dan kemampuan untuk melibatkan mitra interaksi.

Pendapat lain yang dikemukakan oleh Caldarella (1995: 33-37) membagi aspek keterampilan sosial menjadi lima, yaitu hubungan dengan teman sebaya, manajemen diri, kecakapan dalam bidang akademik, kecakapan dalam bekerjasama, dan kecakapan dalam menyatakan ketegasan atau asertif. Lebih lanjut, Caldarella dan Merrell (1997: 264) menjelaskan bahwa aspek yang menyusun keterampilan sosial remaja ada lima yaitu, pola perilaku membangun relasi dengan teman sebaya atau *peer relationship behaviors*, perilaku siswa yang berkaitan dengan akademis atau *academic related behaviors*, perilaku siswa tentang manajemen diri atau *self-management behaviors*, perilaku asertif siswa atau *assertion behaviors*, dan perilaku kepatuhan siswa atau *compliance behaviors*. Pendapat Caldarella dan Merrell tersebut sedikit mengalami perbedaan istilah dari pendapat Calderella tahun 1995 terutama dalam aspek penyesuaian atau adaptasi yang berbeda dengan teori sesudahnya yaitu kepatuhan. Meski demikian, secara

makna memiliki kesamaan yaitu dalam rangka menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar siswa.

Menguatkan teori sebelumnya dari Caldarella dan Merrell, beberapa penelitian lain dari Bremer dan Smith (2004: 3); Gonen, Aydos, dan Erturk (2012: 5282); Raimundo et al. (2012: 1476); Caldarella et al. (2017: 1); Matson (2009: 4); Ulubey (2018: 64); dan Whitcomb (2018: 379), menjelaskan beberapa aspek yang terdapat dalam keterampilan sosial sebagai berikut.

1) Kecakapan menjalin hubungan dengan teman

Perilaku positif remaja yang mencerminkan saling berinteraksi dengan orang lain baik di lingkungan bermain dan di lingkungan belajar. *Peer-relationship* terdiri dari interaksi sosial, prososial, interpersonal, perilaku sosial yang disukai teman sebaya, empati, partisipasi sosial, kepemimpinan sosial, penguatan teman sebaya, umum, dan teman bergaul. Selain itu, hubungan dengan teman sebaya melibatkan perilaku teman sebaya yang positif, seperti memberikan pujian, menawarkan bantuan, dan mengundang orang lain untuk bermain.

2) Manajemen terhadap diri sendiri

Perilaku remaja yang ditunjukkan dengan mampu mengelola diri dengan baik, mematuhi norma, mampu mengendalikan emosi amarah, berkompromi dengan orang lain jika perlu, berkompromi dalam konflik, mengabaikan gangguan dari luar, dan menerima nasehat dari

orang lain. *Self Management* terdiri dari kontrol diri/konvensi sosial, kemandirian sosial, kompetensi sosial, tanggung jawab sosial, aturan, toleransi frustrasi. Selain itu, manajemen diri ditunjukkan dengan mengendalikan temperamen, mengikuti aturan, dan berkompromi.

3) Kecakapan dalam akademik

Perilaku remaja yang ditunjukkan dengan mampu bertanggung jawab terhadap tugas akademik dilihat dari mematuhi arahan dari guru, menyelesaikan tugas secara mandiri, menyelesaikan tugas sesuai kemampuan, dan menggunakan waktu luang dengan tepat. Kecakapan akademik terdiri atas penyesuaian sekolah, menghormati aturan sosial di sekolah, orientasi tugas, tanggung jawab akademik, kepatuhan di kelas, siswa yang baik. Selain itu, kegiatan akademik berupa perilaku yang berkaitan dengan menjadi produktif dan mandiri di ruang kelas seperti menyelesaikan tugas secara mandiri, menyelesaikan tugas individu tepat waktu, dan mendengarkan atau memperhatikan arahan dari guru.

4) Keterampilan kepatuhan

Perilaku remaja yang ditunjukkan dengan mematuhi aturan, senang berbagi dengan orang lain, tidak mengganggu orang lain, dan menyelesaikan tugas. Keterampilan kepatuhan terdiri dari kerjasama sosial, kompetensi, dan melakukan kerjasama dalam hal kepatuhan. Selain itu, keterampilan kepatuhan melibatkan perilaku yang terkait

dengan mematuhi aturan sosial seperti menggunakan waktu luang dan berbagi secara tepat.

5) Pernyataan tegas atau asertif

Perilaku remaja yang ditunjukkan dengan berperilaku tegas jika tidak sesuai kebutuhan, mengatakan atau melakukan hal-hal baik untuk diri sendiri dengan rasa percaya diri, berani memulai percakapan dengan orang lain, mengundang teman untuk bermain, mengundang orang lain, dan berani mempertanyakan aturan yang tidak adil. Perilaku asertif terdiri dari berhubungan sosial secara tegas, inisiasi sosial, penggerak sosial, dan berani dalam melakukan sesuatu. Selain itu, aspek keterampilan asertif terkait perilaku seperti memulai pembicaraan, mengakui atau menyatakan pujian, dan memulai berteman.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat dirangkum bahwa keterampilan sosial memiliki lima aspek yang perlu diperhatikan oleh pendidik dalam lingkungan sekolah untuk melihat perkembangan hubungan sosial siswa. Lima aspek tersebut terdiri dari kemampuan membangun hubungan dengan teman sebaya, kemampuan dalam mengelola diri, kemampuan dalam perilaku akademik, memiliki kepatuhan terhadap norma, dan memiliki asertivitas. Dari lima aspek tersebut dapat diringkas menjadi tiga bentuk berupa kemampuan melakukan interaksi dengan orang lain berupa kemampuan dalam melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan sekitar,

kemampuan dalam mengelola diri atau mengatasi konflik diri, dan mengelola lingkungan dengan meminimalkan konflik dengan orang lain.

Keterampilan sosial seseorang menurut Cartledge & Milburn (1995:17), dikelompokkan menjadi empat aspek yang terdiri atas *interpersonal behavior*, *environmental behavior*, *self-related behavior*, dan *task-related behavior*. Memperkuat argumen sebelumnya, Merrell dan Gimpel (1998: 36), Gooding (2010: 5), dan Amin dan Oweini (2013: 112-115) menjelaskan bahwa keterampilan sosial terdiri atas aspek perilaku interpersonal, perilaku yang berkaitan dengan lingkungan, perilaku yang berhubungan dengan diri sendiri, dan perilaku yang berhubungan dengan tugas akademik. Berikut penjelasan dari keempat aspek keterampilan sosial tersebut.

- 1) Aspek interaksi dengan orang lain (*interpersonal*) merupakan bentuk tingkah laku individu secara sosial dalam rangka mengadakan interaksi dengan orang lain, misalnya kemampuan untuk menjauh dari teman untuk menghindari memukul ketika marah. Bentuk perilaku yang muncul mendapat kewenangan, mengatasi konflik masalah, mendapat perhatian, ramah menyapa orang lain, membantu orang lain, mengawali pembicaraan, bertindak sesuai aturan, bersikap positif dengan orang lain, bermain dengan dengan tidak formal, mampu membedakan barang milik sendiri dan orang lain.
- 2) Aspek lingkungan (*environmental*) merupakan bentuk tingkah laku individu secara sosial untuk memahami dan memberi perlakuan kepada

lingkungan sekitar yang dimunculkan karena adanya pengaruh pandangan orang lain di sekitarnya berlandaskan dengan norma yang dianut pada lingkungan tertentu. Misalnya ditunjukkan dengan perilaku siswa mampu memasuki ruang kelas dan duduk tanpa mengganggu menggunakan benda dan mengganggu orang lain. Bentuk perilaku seperti peduli dengan lingkungan, menangani keadaan darurat, dan berbuat untuk lingkungan.

- 3) Aspek berkaitan dengan diri sendiri (*self-related*) merupakan bentuk tingkah laku individu secara sosial yang dimunculkan karena adanya pertimbangan dan penghayatan dalam diri individu, misalnya ditunjukkan dengan kemampuan untuk melakukan tugas baru dengan sikap positif. Bentuk perilakunya berupa menerima konsekuensi atas perilaku, perilaku etis sesuai norma yang berlaku, mengungkapkan perasaan, sikap positif terhadap diri sendiri, perilaku bertanggung jawab, dan merawat diri sendiri.
- 4) Aspek perilaku yang berkaitan dengan tugas (*task-related*) merupakan bentuk tingkah laku sosial individu yang didorong karena adanya kewajiban tugas yang harus dilakukan untuk mendapatkan penghargaan secara sosial. Hal tersebut dapat juga berkaitan dengan memberikan respon terhadap tugas akademik yang diberikan, misalnya ditunjukkan dengan kemampuan untuk mengikuti arahan verbal guru. Bentuk perilakunya berupa mengajukan dan menjawab pertanyaan, perilaku hangat menerima, diskusi di kelas, menyelesaikan tugas,

mengikuti arahan, terlibat kegiatan kelompok, kerja secara mandiri, perilaku terhadap tugas yang diberikan, dan kualitas pekerjaan

Dari pendapat Cartledge dan Milburn dapat ditarik kesimpulan bahwa keterampilan sosial individu dapat dilihat melalui pola hubungan sosial dengan orang lain yang meliputi kemampuan untuk mengadakan dan mengenal orang lain, berusaha mengenal atau memahami serta memperlakukan lingkungan, mengenal dan memperlakukan diri sendiri dengan sikap positif, dan menumbuhkembangkan respon positif terhadap tugas akademik.

Berdasarkan pendapat berbagai ahli di atas, peneliti sependapat dengan aspek-aspek keterampilan sosial yang dikemukakan oleh Cartledge dan Milburn yang sudah memuat sejumlah aspek-aspek yang dijelaskan dalam teori lain sehingga dinilai lebih komprehensif dan mewakili untuk dijadikan landasan untuk mengukur keterampilan sosial siswa dalam lingkup sekolah. Empat aspek keterampilan sosial yang harus dimiliki siswa terdiri atas aspek perilaku interpersonal (*interpersonal behavior*), perilaku yang berkaitan dengan lingkungan (*environmental behavior*), perilaku yang berhubungan dengan diri sendiri (*self-related behavior*), dan perilaku yang berhubungan dengan tugas akademik (*task-related behavior*).

d. Faktor yang Mempengaruhi Keterampilan Sosial Siswa

Keterampilan sosial yang dimiliki siswa dapat berkategori tinggi dan berkategori rendah. Tinggi dan rendahnya keterampilan sosial ditentukan oleh berbagai macam faktor-faktor yang mempengaruhi. Faktor-faktor yang

mempengaruhi keterampilan sosial menurut Cartledge dan Milburn (1995: 55) ada beberapa, yaitu

- 1) Defisit kemampuan kognitif dan perilaku (*cognitive and behavioral skill deficit*). Individu yang memiliki hambatan pada kemampuan kognitif maupun perilaku akan mengalami kesulitan untuk melakukan interaksi sosial atau berhubungan dengan orang lain.
- 2) Umur, faktor umur dalam pemahaman masyarakat menunjukkan bahwa kematangan secara sosial sering terjadi pada usia lebih tua daripada sebelumnya. Hal itu berarti bahwa semakin tinggi usia individu, dapat dikatakan semakin tinggi pula keterampilan sosial individu.
- 3) Jenis kelamin sering disebut juga gender sangat memiliki pengaruh terhadap keterampilan sosial individu. Hardiyanti, Kiram, dan Syahniar (2014: 112) menjelaskan bahwa ada perbedaan yang signifikan tingkat kemampuan hubungan sosial laki-laki-dan perempuan dilihat berdasar rata-rata remaja laki-laki menunjukkan tingkat hubungan sosial lebih tinggi dari pada tingkat hubungan sosial perempuan.
- 4) Tingkat perkembangan memiliki peranan terhadap perkembangan sosial individu. Semakin bertambah usia semakin bertambah tugas perkembangan individu yang berakibat pada semakin kompleksnya interaksi sosial dengan orang lain. Anak-anak akan mengalami perkembangan sosial lebih kompleks dari pada masa bayi. Remaja

lebih luas dalam melakukan interaksi dengan teman daripada masa kanak-kanak dan seterusnya.

- 5) Lingkungan sosial dapat memicu atau mendorong individu memperoleh kesempatan untuk berlatih atau bahkan mempraktikkan kemampuan sosial secara langsung. Lingkungan sosial memiliki beberapa unsur seperti konteks budaya, situasi spesifik, dan interaksi dengan teman sebaya. Budaya yang berbeda membuat individu berusaha melakukan penyesuaian dan memahami karakter orang lain. Situasi tersebut menuntut kemampuan individu untuk bersikap fleksibel dengan kata lain kondisi berbeda memerlukan perilaku yang berbeda. Teman sebaya merupakan faktor pendorong berkembangnya keterampilan sosial remaja. Remaja berusaha sedemikian rupa agar diterima di kelompoknya.

Pendapat yang disampaikan oleh Cartledge dan Milburn menjelaskan bahwa terdapat lima faktor utama yang memiliki pengaruh terhadap keterampilan sosial remaja yang dapat diringkas menjadi dua faktor saja. Faktor internal merupakan segala sesuatu yang memicu dari dalam diri individu yang meliputi kemampuan kognitif dan perilaku defisit, usia, jenis kelamin atau gender, dan tingkat perkembangan individu. Faktor eksternal adalah segala sesuatu yang memicu dari luar atau lingkungan sekitar individu seperti lingkungan sosial berupa budaya, situasi yang spesifik, dan teman.

Pendapat lain, tentang faktor keterampilan sosial pada anak dan remaja menurut Matson (2009: 189-192) terdiri dari: faktor biologis atau genetik, neurofisiologis, dan kecenderungan sebelum melahirkan, faktor karakteristik individu yang meliputi temperamen, sifat tanpa perasaan emosional, kecerdasan verbal rendah faktor psikologis *komorb* atau kelainan perilaku, dan faktor psikososial yang meliputi keluarga, teman sebaya, dan tetangga atau masyarakat. Berikut penjelasan setiap faktornya:

- 1) *Pertama*, faktor biologis berupa genetik memiliki peranan besar dalam mempengaruhi perilaku individu. Arseneault et.al (2003: 832) melaporkan bahwa ada kontribusi genetik yang kuat untuk perilaku bermasalah pada anak bahkan pada usia remaja. Faktor *neurofisiologis* atau sistem saraf merupakan faktor penentu ketika berhubungan sosial. Hal ini terkait dengan hormon *serotonin* syaraf (pemberi rasa nyaman atau senang) dan *neurotransmitter* (senyawa yang berfungsi untuk mengatur impuls akan diteruskan atau tidak). Faktor kecenderungan sebelum melahirkan sangat menentukan terhadap perkembangan perilaku sosial anak dan remaja. Paparan alkohol, ganja, atau tembakau selama periode *prenatal* membuat janin pada risiko yang jauh lebih tinggi untuk mengembangkan perilaku gangguan di masa depan.
- 2) Faktor kedua adalah kepribadian masing-masing individu. Temperamen memiliki pengaruh bagi anak dan remaja dalam mengembangkan hubungan sosial. Anak yang mengalami kesulitan emosi memiliki risiko yang lebih besar untuk mengembangkan masalah perilaku sosial dan

agresi di masa depan. Temperamen dan masalah perilaku sosial pada anak dan remaja disebabkan faktor psikososial, seperti praktik pengasuhan dalam keluarga yang tidak harmonis. Sifat tanpa perasaan emosional memiliki peranan dalam kemampuan sosial seseorang. Anak-anak yang menunjukkan sifat tanpa perasaan emosional seperti kurang empati dan memiliki rasa bersalah lebih mungkin mengembangkan perilaku bermasalah di masa kecil yang berlanjut hingga dewasa sehingga berpengaruh pada interaksi sosial. Kecerdasan verbal rendah memiliki pengaruh dalam perkembangan keterampilan sosial siswa karena kemampuan dalam komunikasi dapat memperluas interaksi sosial, namun sebaliknya komunikasi yang kurang menyulitkan dalam membangun hubungan sosial. Kelainan perilaku pada individu berdampak pada kemampuan dalam membangun hubungan dengan orang lain.

- 3) Faktor ketiga adalah psikososial yang mempengaruhi keterampilan sosial anak dan remaja. Keluarga yang memiliki pengasuhan yang positif seperti menghabiskan waktu bermain bersama dapat mengurangi risiko masalah perilaku sosial dari waktu ke waktu. Orang tua yang menunjukkan perilaku antisosial sangat memungkinkan anak akan mengembangkan perilaku antisosial. Teman sebaya dapat mempengaruhi pola interaksi sosial remaja menjadi positif atau negatif. Berkembangnya masalah perilaku sosial terkait dengan penolakan dari teman sebaya dan adanya hubungan sosialisasi dengan teman sebaya

yang memiliki masalah perilaku. Lingkungan masyarakat yang baik mengajarkan remaja untuk berhubungan secara sehat, sedangkan lingkungan buruk mengajarkan perilaku interaksi negatif.

Berdasarkan pendapat Matson di atas, dapat disimpulkan bahwa perkembangan keterampilan sosial seseorang dapat dipengaruhi oleh dua faktor. Pertama berkaitan dengan faktor yang berasal dari dalam individu berupa faktor biologis dan faktor karakteristik individu. Kedua berkaitan faktor yang berasal dari luar individu akibat dari proses interaksi dengan orang lain berupa faktor psikososial.

Thalib (2013:160-161) menyampaikan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi keterampilan sosial pada remaja yang meliputi: lingkungan, keluarga, kepribadian, rekreasi, interaksi dengan lawan jenis, pendidikan atau sekolah, persahabatan dan solidaritas kelompok, dan lapangan kerja.

1) Keluarga

Faktor keluarga sangat menentukan keterampilan sosial remaja karena dibesarkan dalam keluarga yang tidak harmonis, mengekang, kurang akan kepuasan psikis akan cenderung mengalami kesulitan dalam bersosialisasi. Sebaliknya, jika di dalam keluarga mendapatkan kasih sayang, keharmonisan, dan demokratis membantu anak untuk belajar dari orang tua sehingga mampu mengembangkan hubungan sosial. Komunikasi antara anak dengan orang tua yang sering membuat semua konflik mudah diatasi. Anak yang tumbuh di rumah dengan

hukuman dan kekerasan keluarga lebih cenderung menggunakan agresi untuk menyelesaikan masalah mereka sendiri (Patterson, 1997: 193). Komunikasi yang jarang bahkan tidak pernah karena cuek atau terlalu otoriter antara anak dengan orang tua justru menimbulkan banyak permasalahan yang berakibat pada hancurnya hubungan sosial dalam keluarga. Jika interaksi di keluarga rusak kemungkinan anak akan mengalami kesulitan berhubungan dengan orang lain.

2) Lingkungan sosial

Individu harus sejak dini mengenali lingkungan sosial selain keluarga. Perlu penekanan dari orang terdekat seperti keluarga bahwa setiap individu tidak bisa hidup sendiri dan senantiasa memerlukan bantuan orang lain. Orang tua mengajarkan pada anak atau remaja untuk mampu mengenali diri dan lingkungan. Mengenali diri baik kelebihan dan kekurangan diri dapat membantu remaja dalam mengontrol sikap dan perilaku terhadap orang lain secara normal. Mengenali lingkungan sangat diperlukan kaitannya dalam memahami karakteristik orang lain sehingga mampu melakukan hubungan sosial yang sehat dan menyesuaikan diri.

3) Kepribadian

Kepribadian seseorang tidak dapat dinilai dari penampilan. Kepribadian dapat dilihat dari cara berinteraksi, bereaksi, dan berkomunikasi dengan orang lain. Pribadi yang baik ditunjukkan dengan berusaha mengurangi konflik saat berinteraksi, bereaksi, dan

berkomunikasi dengan orang lain. Mengurangi konflik bermakna berhati-hati atau melakukan sesuatu dengan berpikir secara jernih agar tidak melukai orang lain. Orang tua perlu memberikan pemahaman pada anak atau remaja tentang nilai-nilai yang menghargai dan menghormati orang lain tanpa melihat fisik dan penampilan seseorang.

4) Rekreasi

Kebutuhan rasa nyaman dan terhindar dari tekanan kehidupan atau psikis diperlukan oleh setiap orang. Untuk mencapai semua hal tersebut diperlukan hiburan atau kebutuhan rekreasi. Melalui rekreasi seseorang menjadi rileks secara fisik dan psikis yang memiliki dampak pada proses sosialisasi menjadi lebih bermakna dan lebih positif. Sebaliknya ketika kondisi fisik dan psikis mengalami tekanan, proses sosialisasi dengan orang lain terhambat.

5) Interaksi dengan lawan jenis

Remaja dalam pergaulannya tidak hanya sebatas pada teman yang memiliki jenis kelamin serupa. Melakukan interaksi dengan lawan jenis lebih memudahkan remaja dalam memahami peranan kehidupan masing-masing sesuai gender. Memahami peranan merupakan dasar setiap pasangan untuk hidup berkeluarga secara harmonis.

6) Pendidikan atau sekolah

Setiap sekolah atau lembaga pendidikan memiliki tujuan yang sama, yaitu mengembangkan berbagai macam keterampilan pada siswa termasuk keterampilan sosial. Melalui mata pelajaran, ekstrakurikuler,

dan bahkan layanan bimbingan dan konseling melatih bagaimana siswa membina hubungan baik dengan orang lain baik pada teman, guru, tetangga, dan orang tua. Kewajiban keluarga terutama orang tua untuk membantu anak dalam mengembangkan keterampilan sosial di rumah dan sekolah.

7) Persahabatan dan Solidaritas Kelompok

Interaksi remaja semakin luas dari masa sebelumnya, terutama pergaulan dengan teman dan kelompoknya. Teman dan kelompok seringkali mempengaruhi bahkan menentukan pola pikir remaja dalam bertindak. Urusan kelompok atau teman terkadang dianggap lebih penting daripada urusan keluarga. Peran orang tua terkait interaksi dengan teman atau kelompok sebaiknya tetap mendukung selama memiliki dampak positif pada remaja. Orang tua juga perlu melakukan pengawasan agar remaja memiliki interaksi atau pergaulan yang bermanfaat untuk perkembangan sosialnya.

8) Lapangan Kerja

Bekerja merupakan salah satu cara manusia untuk memenuhi kebutuhan hidup. Remaja dianggap sebagai usia produktif sehingga harus memiliki rencana masa depan termasuk menyiapkan karir atau bekerja. Dengan demikian tentu dibutuhkan berbagai macam keterampilan sosial dalam melakukan pekerjaan dengan orang lain yang tentunya bisa didapat selama dibangku sekolah dan lingkungan sosial.

Pendapat Thalib di atas, dapat disimpulkan bahwa keterampilan sosial dipengaruhi oleh beberapa faktor penting yang terdiri lingkungan, keluarga, kepribadian, rekreasi, interaksi dengan lawan jenis, pendidikan atau sekolah, persahabatan dan solidaritas kelompok, dan lapangan kerja. Keluarga merupakan faktor penting yang memiliki pengaruh terhadap keterampilan sosial anak atau remaja karena nilai-nilai yang diajarkan dalam keluarga secara langsung atau tidak menjadi model dalam melakukan hubungan dengan orang lain. Pribadi yang baik dilihat dari cara berinteraksi dengan orang lain bukan berdasarkan penampilan. Rekreasi membuat rileks kondisi fisik dan psikis yang berdampak pada terjalinnya hubungan positif dengan orang lain.

Memahami peran lawan jenis berarti belajar untuk membangun komunikasi, kerjasama, dan hubungan secara luas yang bermanfaat sebagai bekal hidup berkeluarga. Pendidikan yang baik menjamin perkembangan keterampilan sosial siswa atau remaja karena dalam setiap aktivitas di sekolah melibatkan unsur kerjasama dengan teman, guru, dan warga sekolah. Kelompok atau teman sebaya juga merupakan penentu perkembangan sosial remaja. Semakin banyak bergaul dengan teman akan mempertajam aspek sosial remaja seperti peduli, simpati, empati, dan bahkan tempat berbagi. Mengembangkan keterampilan sosial sangat berguna untuk mendapatkan lapangan pekerjaan karena kita bekerja perlu kerjasama dan komunikasi.

Dari ketiga teori tersebut, peneliti sependapat dengan gagasan yang dikemukakan oleh Thalib dikarenakan teori yang disampaikan lebih komprehensif mengungkap faktor eksternal dan internal. Menurut Matson dalam bukunya dijelaskan bahwa faktor internal dalam diri individu juga lebih banyak ditentukan faktor eksternal berupa psikososial. Berdasarkan pendapat ahli di atas, ditemukan beberapa kesamaan yang ada sehingga dapat dirumuskan secara sederhana bahwa berbagai macam faktor yang mempengaruhi keterampilan sosial siswa terbagi menjadi dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor yang mempengaruhi keterampilan sosial siswa terdiri dari lingkungan, keluarga, kepribadian, rekreasi, interaksi dengan lawan jenis, pendidikan atau sekolah, persahabatan dan solidaritas kelompok, dan lapangan kerja.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Diperlukan kajian penelitian yang relevan untuk membedakan penelitian ini dengan penelitian yang lain. Berikut beberapa penelitian yang memiliki relevansi dengan topik teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok dan keterampilan sosial siswa.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Elder, Edelstein, dan Narick (1979) menunjukkan hasil bahwa pelatihan melalui teknik *behavioral skills training* dapat mengajarkan remaja agresif untuk meningkatkan keterampilan sosialnya dalam upaya mengurangi perilaku agresif di lingkungannya. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan peneliti ada pada teknik BST untuk meningkatkan keterampilan sosial pada remaja. Persamaan kedua

penelitian selanjutnya pada subyek yang terlibat, yakni berusia remaja. Perbedaan penelitian tersebut terletak pada spesifik mengurangi perilaku agresif, melibatkan pelatih BST sebanyak 2 orang, dan penelitian dilakukan di luar sekolah.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Warzak dan Page (1990) menunjukkan hasil bahwa melalui teknik BST dengan prosedur intruksi dasar pemikiran, pemodelan, latihan perilaku, umpan balik, dan penguatan efektif untuk mengajari dan melatih remaja perempuan yang aktif secara seksual cara menolak rayuan seksual yang tidak diinginkan dari remaja pria. Persamaan dalam penelitian ini dengan yang sedang dilakukan peneliti terletak pada prosedur BST yang digunakan untuk melatih keterampilan tertentu. Persamaan selanjutnya pada keterampilan yang diajarkan yakni keterampilan penolakan atau asertif yang merupakan bagian dari keterampilan sosial dalam aspek interpersonal. Perbedaan terdapat pada subyek penelitian ini adalah remaja putri, sedangkan penelitian remaja putra dan putri siswa SMA.
3. Penelitian oleh Stewart et al. (2007) pada remaja menunjukkan hasil bahwa teknik *behavioral skills training* yang dipelajari oleh anggota keluarga untuk melatih keterampilan sosial pada anak yang mengalami kecanggungan dalam bersosialisasi atau *asperger* terbukti efektif dapat meningkatkan keterampilan sosial anak menggunakan prosedur instruksi, permodelan, latihan, dan umpan balik. Penelitian tersebut memiliki persamaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti pada teknik BST yang digunakan untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa. Perbedaan terletak pada pemberi treatment dalam penelitian ini

adalah anggota keluarga yang dilatih program BST, sedangkan penelitian yang dilakukan treatment diberikan oleh ahli bimbingan dan konseling.

4. Penelitian yang dilakukan Nasution (2015) terhadap 5 remaja berusia 11 sampai 14 tahun menunjukkan hasil bahwa *behavioral skills training* berkontribusi efektif untuk meningkatkan asertivitas remaja korban perundungan. Penelitian tersebut mengajarkan BST melalui empat tahapan berupa instruksi dengan menyampaikan teknik asertivitas, melakukan *modelling* dengan video tentang teknik asertif, melaksanakan *role play* tentang teknik asertivitas, dan memberikan umpan balik setelah praktik langsung. Persamaan dalam penelitian ini terdapat pada teknik BST yang digunakan melalui empat prosedur intruksi, *modelling*, *role playing*, dan umpan balik. Persamaan selanjutnya pada penelitian tersebut teknik BST digunakan untuk meningkatkan asertivitas yang merupakan bagian dari keterampilan sosial, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti BST digunakan untuk meningkatkan keterampilan sosial. Perbedaan yang ada terletak pada subyek pada penelitian tersebut untuk remaja umum sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti pada siswa SMA.
5. Penelitian yang dilaksanakan oleh Houvouras dan Harvey (2014) menunjukkan hasil bahwa teknik BST dengan prosedur instruksi, *modelling*, *rehearsal*, umpan balik, dan dilanjutkan dengan *in situ training* dapat digunakan untuk melatih 3 remaja laki-laki keterampilan menghindari korek api berupa menghindari pemantik api yang dinonaktifkan, meninggalkan area pelatihan, dan melaporkan pemantik api kepada orang dewasa. Persamaan penelitian dengan penelitian yang dilakukan peneliti pada teknik BST yang digunakan dan

subyek yang diberi pelatihan adalah siswa di sekolah. Perbedaan penelitian ini pada teknik BST dilakukan sebanyak dua sesi, sedangkan penelitian yang dilakukan sebatas satu sesi setiap *treatment*. Penelitian ini dilakukan sampai tahap *in situ training*, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti tidak sampai *in situ training*.

6. Penelitian Kumalasari dan Kurniawati (2018: 81) pada remaja menunjukkan bahwa *behavioral skills training* efektif dalam meningkatkan keterampilan keselamatan pribadi subjek dengan skor 97% dari skor maksimum. Penelitian tersebut memiliki kesamaan dalam teknik yang digunakan yaitu *behavioral skills training*. Persamaan selanjutnya pada tujuan penelitian, yaitu meningkatkan keterampilan keselamatan pribadi yang merupakan bagian dari aspek keterampilan sosial yang sama dengan penelitian yang dilakukan peneliti berupa meningkatkan keterampilan sosial. Namun, terdapat perbedaan, yakni subyek penelitian adalah remaja yang mengalami *down syndrome* dan cacat intelektual ringan dengan IQ = 55 dalam skala Binet, sedangkan dalam penelitian yang dilakukan peneliti subyeknya adalah siswa usia SMA yang memiliki IQ normal.
7. Himle dan Wright (2014: 549) melakukan penelitian dengan tujuan mengurangi cedera serius dan kematian pada anak saat terjadi kecelakaan kendaraan melalui pelatihan keterampilan perilaku (BST) dalam memasang penahan keselamatan penumpang anak atau *Child Passenger Safety Restraints* (CPSRs). Hasilnya diketahui bahwa melalui pelatihan teknik *behavioral skills training* semua peserta dapat memasang CPSRs menghadap ke belakang tanpa kesalahan.

Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti, yaitu sama-sama menggunakan teknik BST untuk melatih keterampilan. Persamaan dalam penelitian yakni pada tujuan penelitian tersebut untuk melatih keselamatan diri yang merupakan bagian dari aspek keterampilan sosial yakni aspek perilaku terhadap lingkungan, dan penelitian yang dilakukan peneliti untuk melatih keterampilan sosial. Perbedaan ada pada metode penelitian terutama subyeknya adalah anak-anak sedangkan di penelitian ini adalah siswa SMA.

8. Penelitian dilakukan oleh Dikson dan Vargo (2017: 407) kepada 32 siswa TK berusia 5 hingga 6 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok siswa TK menunjukkan peningkatan dalam langkah-langkah yang benar untuk melakukan keterampilan mengunci dan penurunan tingkat kebisingan penguncian ketika menghadapi orang bersenjata di sekolah setelah diberikan pelatihan BST. Persamaan penelitian ini dengan yang dilakukan peneliti adalah pada penggunaan teknik BST melalui prosedur instruksi, *modelling*, *rehearsal*, dan *feedback*. Persamaan selanjutnya, yakni tujuan penelitian tersebut untuk meningkatkan keterampilan dan penurunan tingkat kebisingan penguncian berbasis pada keselamatan individu yang merupakan bagian dari aspek perilaku terhadap lingkungan dalam keterampilan sosial. Penelitian yang dilakukan peneliti memiliki kesamaan untuk meningkatkan keterampilan sosial. Perbedaannya pada penelitian di atas subyeknya adalah siswa TK, sedangkan penelitian yang dilakukan subyeknya adalah siswa SMA.

9. Gökel dan Dağlı (2017: 7365) melakukan penelitian pada remaja militer di Siprus. Penelitian tersebut memberikan hasil bahwa terdapat perbedaan signifikan antara skor *pre-test* dari kelompok tes sebelum pelaksanaan program pelatihan keterampilan sosial dan skor *post-test* setelah pelaksanaan program pelatihan keterampilan sosial. Berdasarkan data, disimpulkan bahwa program pelatihan keterampilan sosial memiliki dampak positif pada peningkatan keterampilan sosial peserta. Penelitian tersebut memiliki persamaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti dalam hal meningkatkan keterampilan sosial. Terdapat perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan peneliti dalam subyek penelitian, yakni remaja militer sedangkan penelitian yang dilakukan adalah siswa SMA. Perbedaan selanjutnya, pada teknik yang dipakai adalah *Social Skills Training (SST)* sedangkan dalam penelitian yang dilakukan menggunakan BST. Meski demikian, prosedur teknik SST dan BST memiliki kemiripan berupa instruksi, permodelan, latihan, dan umpan balik. Perbedaannya pada teknik BST lebih luas dalam melatih keterampilan perilaku apapun yang diharapkan, sedangkan SST khusus untuk melatih keterampilan sosial.
10. Penelitian yang dilaksanakan oleh Handari (2018: 45) menunjukkan hasil bahwa melalui teknik bermain peran terbukti efektif dapat meningkatkan keterampilan social siswa. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah sama-sama memiliki tujuan untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa. Teknik yang digunakan dalam penelitian tersebut menggunakan bermain peran yang merupakan bagian penting dari prosedur

BST berupa latihan bermain peran sehingga memiliki kesamaan dengan salah satu prosedur yang dilakukan peneliti dalam teknik BST. Penelitian tersebut memiliki perbedaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti dalam hal teknik intervensi berupa *role playing*, subyek penelitian adalah anak-anak, dan tempat penelitian di Samarinda. Penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan teknik BST, subyeknya adalah remaja, dan berlokasi di Yogyakarta.

11. Tetono, Kuntoro, dan Savitri (2017) meneliti dengan tujuan untuk menguji keefektifan penerapan *Social Skills Training* (SST) untuk meningkatkan keterampilan sosial remaja yang mengalami masalah *peer relationship*. Hasil penelitian menunjukkan teknik SST efektif meningkatkan keterampilan sosial pada remaja yang mengalami masalah *peer relationship* dengan melibatkan guru dan teman untuk menilai dan mengevaluasi keterampilan sosial. Persamaan penelitian yang dilakukan yakni untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa. Subyek yang dilibatkan adalah remaja usia sekolah. Teknik yang dipakai adalah teknik SST sedangkan dalam penelitian yang dilakukan menggunakan BST. Meski demikian, prosedur teknik SST dan BST memiliki kemiripan berupa instruksi, permodelan, latihan, dan umpan balik. Perbedaannya pada teknik BST lebih luas dalam melatih keterampilan perilaku apapun yang diharapkan, sedangkan SST khusus untuk melatih keterampilan sosial.

12. Penelitian yang dilakukan oleh Aksoy dan Baran (2010: 663) bertujuan untuk mengkaji studi yang menerapkan keterampilan sosial untuk anak prasekolah. Hasil dari penelitian tersebut menyatakan bahwa program pendidikan

keterampilan sosial lebih efektif daripada keterampilan seperti ketegasan, agresivitas, adaptasi sosial untuk anak pra sekolah. Persamaan dalam penelitian ini adalah pada variabel yang diteliti yakni pelatihan perilaku keterampilan sosial. Perbedaan terdapat tujuan pada tujuan penelitian yaitu melihat efektivitas program keterampilan sosial dengan program lain serta subyek yaitu anak pra sekolah di Turkey dan luar Turkey.

C. Kerangka Pikir

Berbagai macam permasalahan perilaku remaja sampai saat ini masih menghiasi media cetak dan elektronik. Masalah perilaku banyak didominasi oleh remaja usia sekolah berupa melakukan pelanggaran hukum. Remaja usia sekolah mengalami permasalahan perilaku yang berujung melanggar hukum disebabkan karena keterampilan sosial yang rendah. Rendahnya keterampilan sosial adalah penyebab utama permasalahan yang menghambat kemajuan akademik siswa, seperti ketidakmampuan belajar khusus, *attention deficit hyperactivity disorder* (ADHD), retardasi mental, dan gangguan emosional. Di sisi lain, siswa dihadapkan dengan tugas perkembangan yang semakin kompleks salah satunya berkaitan dengan interaksi sosial. Fase remaja merupakan suatu siklus hidup yang ditandai oleh perubahan secara fisik, psikologis, dan perluasan serta modifikasi hubungan interpersonal. Oleh karena itu, guru bimbingan dan konseling perlu membantu siswa mempelajari dan melatih keterampilan sosial merupakan pendekatan proaktif untuk meminimalkan dampak dari permasalahan sosial yang muncul sehingga menunjang keberhasilan sosial sekaligus akademik.

Keterampilan sosial pada siswa dapat dimunculkan atau dikembangkan salah satunya melalui bantuan lembaga sekolah. Intervensi berbasis sekolah sangat bervariasi, mulai dari melibatkan seluruh sekolah dalam kampanye anti intimidasi hingga memberikan pelatihan keterampilan sosial secara individual atau berkelompok. Pelatihan keterampilan perilaku sosial dapat diberikan pada siswa melalui layanan bimbingan dan konseling. Salah satu strategi layanan yang relevan dengan dinamika kelompok adalah layanan bimbingan kelompok. Tujuan dari layanan bimbingan kelompok adalah membantu siswa untuk mengembangkan kemampuan belajar dan memaksimalkan kemampuan interaksi sosialnya. Tahapan yang dilakukan dalam pemberian layanan bimbingan kelompok berupa tahap persiapan, tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan inti, dan tahap pengakhiran. Layanan bimbingan kelompok ini menggunakan teknik *behavioral skills training* (BST). Teknik BST dalam bimbingan kelompok menjadi alternatif solusi yang dapat diberikan pada siswa agar secara efektif mampu mengembangkan dan meningkatkan kemampuan melakukan hubungan dengan orang lain secara sehat atau *social skills*.

Penerapan teknik BST untuk siswa yang dibantu pelatih atau guru bimbingan dan konseling harus melewati empat prosedur utama yang terdiri dari instruksi, permodelan, pelatihan, dan pemberian umpan balik yang kemudian dipraktikan di lingkungan nyata. Banyak ahli juga menekankan bahwa untuk memberikan keefektifan teknik BST, setiap langkah intervensi sebaiknya disertai dengan pemberian penguatan positif dari pelatih.

Instruction atau pemberian instruksi merupakan stimulus gambaran tepat perilaku dan petunjuk perilaku yang harus dilakukan berupa langkah-langkah sederhana melakukan keterampilan sosial target. Pemberian instruksi akan mempermudah siswa dalam melakukan pelatihan keterampilan sosial yang tepat baik di dalam maupun luar sesi pelatihan. *Modelling* atau pemberian model merupakan stimulus yang diberikan pelatih pada siswa berupa model video keterampilan sosial. Permodelan dilakukan untuk memperkuat dan memperjelas instruksi yang sudah diberikan dengan melibatkan unsur perhatian, pengendalian, reproduksi motorik, dan penguatan pada siswa sehingga memberikan pandangan untuk meniru dalam mempraktikkan keterampilan sosial target dengan benar melalui pengamatan perilaku keterampilan sosial orang lain dalam bentuk video.

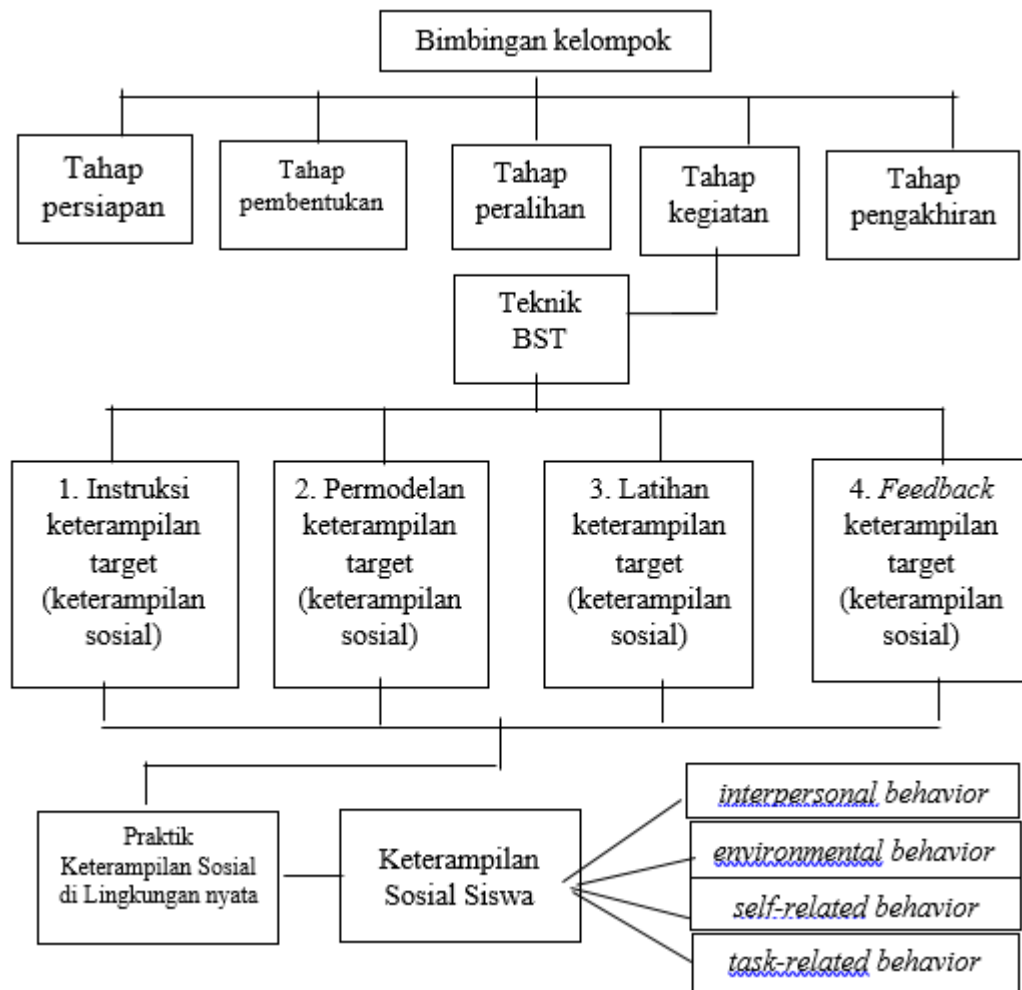
Rehearsal atau latihan dengan bermain peran merupakan sebuah bentuk respon siswa setelah mendapat stimulus berupa instruksi dan *modelling* yang sudah dipahami sebelumnya. Latihan merupakan tahapan terpenting dalam BST karena memberikan kesempatan siswa untuk mempraktikkan keterampilan sosial secara langsung di depan teman lain. Siswa diminta untuk terus mengulang latihan keterampilan sosial target sesuai dengan instruksi dan *modelling* sampai benar-benar menguasai dan tepat. Semakin sering latihan diulangi akan semakin menguasai keterampilan sosial target. *Feedback* atau umpan balik yang diberikan pelatih atau teman lain ditujukan untuk respon yang dimunculkan siswa pelatihan sudah tepat atau belum. Respon yang benar diberi penguatan positif sehingga siswa akan mengulang keterampilan sosial target. Respon yang belum tepat diminta untuk

mengulang kembali latihan sampai menunjukkan respon yang tepat sehingga perilaku keterampilan sosial dapat menginternalisasi dalam diri siswa.

Adapun prosedur BST yang dilakukan diawali dengan pelatih atau guru bimbingan dan konseling mengidentifikasi dan menetapkan target keterampilan perilaku yang akan dilatih berupa keterampilan sosial, kemudian dilanjutkan dengan memberikan instruksi spesifik pada semua siswa anggota kelompok. Prosedur kedua, guru bimbingan dan konseling memberikan *modelling* kongkrit baik secara langsung atau simbolik tentang perilaku keterampilan sosial pada anggota kelompok pelatihan dan diharuskan semua anggota mengamati secara komprehensif. Prosedur ketiga, setelah anggota kelompok mengamati model yang diberikan, selanjutnya menerapkan dengan mempraktikkan secara langsung dengan *role playing* atau teknik bermain peran sembari guru bimbingan dan konseling memberikan peluang siswa memperkuat perilaku, ada kesempatan untuk menilai dan memperbaiki kesalahan pada praktik perilaku target. Prosedur keempat, semua anggota kelompok mendapatkan *feedback* dari pelatih dan anggota kelompok tentang kinerja siswa dalam pelatihan keterampilan sosial. Guru bimbingan dan konseling atau pelatih memberikan penguatan positif untuk kinerja yang tepat dan memberikan intruksi untuk mengulang pelatihan bila kinerja belum tepat. Setelah sesi pelatihan selesai, semua siswa diminta mempraktikkan keterampilan perilaku yang dilatih di luar sesi pelatihan untuk melakukan generalisir perilaku di lingkungan nyata.

Selanjutnya, keterampilan perilaku siswa yang akan dimunculkan dan dikembangkan adalah keterampilan sosial siswa. Permasalahan pada keterampilan

sosial siswa sebelumnya tidak pernah diberikan intervensi berupa teknik BST oleh guru bimbingan dan konseling. Maka dari itu, memunculkan dan mengembangkan keterampilan sosial akan berdampak pada lancarnya belajar di sekolah, peneliti memberikan intervensi teknik BST dalam layanan bimbingan kelompok. Intervensi BST dalam bimbingan kelompok berpedoman dengan aspek-aspek keterampilan sosial yang terdiri dari perilaku interpersonal (*interpersonal behavior*), perilaku yang berkaitan dengan lingkungan (*environmental behavior*), perilaku yang berhubungan dengan diri sendiri (*self-related behavior*), dan perilaku yang berhubungan dengan tugas akademik (*task-related behavior*). Berkembangnya kemampuan keterampilan sosial siswa setelah diberikan intervensi teknik BST akan memberikan kemudahan bagi siswa dalam membangun hubungan sosial yang berdampak positif pada keberhasilan secara sosial bahkan akademik di sekolah. Berikut gambar kerangka berpikir pada penelitian ini.



Gambar 2. Kerangka berpikir

D. Hipotesis Penelitian

Mengacu pada permasalahan, kajian teori, dan kerangka berpikir yang telah dijelaskan bahwa hipotesis dalam penelitian ini adalah teknik *behavioral skills training* (BST) dalam bimbingan kelompok efektif peningkatan terhadap keterampilan sosial siswa kelas XI di SMA Negeri 10 Yogyakarta.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Penelitian ini menggunakan jenis eksperimen yang bertujuan untuk melihat dan mencari pengaruh pemberian perlakuan tertentu dalam kondisi yang terkontrol (Sugiyono, 2014: 72). Pendapat lain yang senada menjelaskan bahwa eksperimen merupakan suatu cara untuk mengidentifikasi hubungan kausal atau sebab akibat diantara dua faktor yang sengaja dimunculkan oleh peneliti dengan mengurangi atau mengeliminasi faktor dari luar yang mengganggu dan mengamati keadaan efek perubahan variabel secara terstruktur (Arikunto, 2013: 9; Johnson & Christensen, 2016: 93). Alasan peneliti memilih penelitian eksperimen karena untuk melihat pengaruh pada sampel setelah mendapatkan *treatment*.

Penelitian eksperimen yang digunakan adalah model *true experimental design*. Bentuk desain yang dipilih dalam penelitian eksperimen ini adalah desain *pretest-posttest control group design*. Desain penelitian *pretest-posttest control group* merupakan desain yang memilih dua kelompok yakni kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang dipilih secara acak melalui undian, kemudian diberikan *pretest* untuk mengetahui kondisi awal dilanjutkan pemberian *treatment* pada kelompok eksperimen, kemudian diberikan *posttest* untuk mengetahui dampak dari pemberian *treatment*, dan terakhir kedua kelompok eksperimen dan kontrol dibandingkan (Sugiyono, 2014: 113-116). Pendapat lain dari Creswell (2012: 309) menyatakan bahwa peneliti mengumpulkan skor *pretest* untuk membandingkan

skor tes awal dan akhir kemudian menghubungkan skor *pretest* kelompok kontrol dan eksperimen untuk melihat kesamaan secara statistik, selanjutnya peneliti memberikan *treatment* dan mengumpulkan skor rata-rata pada *posttest* untuk membandingkan dua skor kelompok *posttest*. Berikut desain eksperimen *pretest-posttest control group design* menurut Sugiyono (2015: 114) dalam penelitian ini.

Tabel 1. Skema *Pretest-Posttest Control Group Design*

Seleksi	Kelompok	<i>Pre-Test</i>	Perlakuan	<i>Post-Test</i>
Random	Eksperimen (E)	O1	X	O2
Random	Kontrol (K)	O3	-	O4

Keterangan

- E = Kelompok eksperimen
- K = Kelompok kontrol
- X = Pemberian *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok
- = Tidak diberi perlakuan
- O1 = *pretest* kelompok eksperimen
- O3 = *pretest* kelompok kontrol
- O2 = *posttest* kelompok eksperimen
- O4 = *posttest* kelompok kontrol

Alur di atas dapat dijelaskan bahwa *treatment behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok diberikan pada kelompok eksperimen, sedangkan kelompok kontrol tidak mendapatkan *treatment*. *Pretest* O1 dan O2 dilakukan pada dua kelompok untuk melihat keadaan awal sebelum *treatment*. *Posttest* O2 dan O4 diberikan pada kedua kelompok, namun yang membedakan O2 adalah hasil *posttest* setelah diberikan *treatment* BST dalam bimbingan kelompok, sedangkan O4 adalah hasil *posttest* tanpa diberikan *treatment* BST dalam bimbingan kelompok. Adapun pelaksanaan eksperimen dilakukan dengan tahapan berikut.

1. Tahap Sebelum Eksperimen

Tahap awal, peneliti menentukan sampel dari populasi. Setelah itu, memilih sampel yang dijadikan kelompok kontrol dan kelompok eksperimen menggunakan teknik *simple random sampling* dengan mengocok undian seluruh kelas XI SMAN 10 Yogyakarta yang berjumlah 209 siswa. Tahap persiapan ini peneliti menyiapkan laptop, presensi, dan *link zoom*. Peneliti membuat pedoman pelaksanaan teknik BST dalam layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan keterampilan sosial siswa. Pelatih menjelaskan rencana dan tujuan melakukan teknik BST dalam bimbingan kelompok melalui daring pada kelompok eksperimen. Pelatih membagi kelompok eksperimen menjadi 5 kelompok pelatihan dan menyiapkan teks drama bermain peran sesuai video *modelling* keterampilan sosial target pada setiap kelompok dan membagikan *link* aplikasi *zoom* pada semua siswa. Hal ini dilakukan karena siswa masih belajar dari rumah masing-masing akibat pandemi Covid 19.

2. Tahap Eksperimen

Setelah menentukan kelompok kontrol dan kelompok eksperimen, peneliti memberikan tes awal atau disebut sebagai *pretest* yang bertujuan untuk mengetahui tingkatan awal dari keterampilan sosial siswa. Setelah itu memberikan *treatment* teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok menggunakan pemberian instruksi, *modelling*, latihan dengan bermain peran (*role-playing*), dan pemberian *feedback* yang dilanjutkan praktik di luar sesi pelatihan. Perlakuan diberikan hanya untuk kelompok eksperimen, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan *treatment* teknik BST. Setelah

pemberian *treatment*, peneliti melakukan *posttest* pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yang bertujuan untuk mengetahui tingkatan keterampilan sosial setelah diberikan *treatment* layanan bimbingan kelompok teknik BST. Berikut penjabaran setiap tahapan penelitian eksperimen dari tahap *pretest*, *treatment*, dan *posttest*.

a. *Pretest*

Tahapan ini dilakukan sebagai tahapan awal pelaksanaan penelitian eksperimen yang bertujuan untuk mengetahui siswa yang akan diberikan *treatment* yang terdiri atas beberapa kegiatan yakni:

- a) Peneliti menyiapkan instrumen skala keterampilan sosial siswa yang digunakan untuk mengukur keterampilan sosial siswa awal.
- b) Melakukan *pretest* untuk mengukur atau melihat kondisi awal keterampilan sosial siswa sebelum diberikan *treatment* pada kelompok eksperimen dan tanpa *treatment* pada kelompok kontrol. Hasil skor *pretest* kedua kelompok kemudian dihitung dan dianalisis untuk mengetahui kondisi awal keterampilan sosial siswa.

b. Pelaksanaan Eksperimen

Pemberian *treatment* teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok kepada kelompok eksperimen. Pelaksanaan *treatment* dilaksanakan selama 3 minggu, di mana setiap minggunya ada 2 dan 1 kali pertemuan yang setiap pertemuan memerlukan waktu 60 menit. Adapun tahapan pelaksanaan teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok yaitu:

- a. Tahap pembentukan kelompok, yakni peneliti sebagai pelatih dan pimpinan kelompok beserta siswa membentuk kelompok sesuai kebutuhan. Pemimpin dan anggota kelompok mencoba saling mengenal dan memperkenalkan diri sendiri. Pelatih menjelaskan tujuan dan alasan diadakan layanan bimbingan kelompok. Menjelaskan kegiatan secara operasional, prosedur, tanggung jawab dan tugas selama pelaksanaan teknik BST dalam bimbingan kelompok berlangsung. Pelatih kemudian menyiapkan naskah drama keterampilan sosial siswa yang sudah ditentukan dan membuat aturan yang disepakati bersama termasuk memunculkan unsur dinamika kelompok.
- b. Tahap peralihan, yakni pelatih membawa anggota kelompok menuju tahap kegiatan inti sehingga perlu memberikan motivasi, dukungan, dan penekanan tujuan awal sehingga siswa memiliki kesiapan, runtut, dan terarah dalam memahami proses instruksi, *modelling*, latihan, dan pemberian umpan balik. Peserta diberikan keluasaan bertanya mengenai tugas yang belum dipahami.
- c. Tahap inti kegiatan, yaitu membahas dan mengulas topik yang sudah ditentukan oleh pelatih berdasarkan tujuan penelitian yang diperoleh dari analisis skala keterampilan sosial dengan menggunakan prosedur teknik *BST*. Pelatih dalam memberikan instruksi pada siswa harus jelas dan mudah dipahami. Pelatih memberikan permodelan pada siswa sesuai dengan keterampilan perilaku target yaitu melalui video keterampilan sosial target. Siswa diberikan kesempatan untuk bermain

peran tentang keterampilan sosial target sesuai dengan instruksi dan model yang diberikan. Pelaksanaan teknik BST menekankan dinamika kelompok yang ditunjukkan dengan setiap anggota kelompok memberikan umpan balik yang positif pada setiap pemeran. Pelatih memberikan umpan balik yang membangun dan siswa diminta menerapkan keterampilan di luar pelatihan.

- d. Tahap pengakhiran, yakni aktivitas melihat ketercapaian peserta atau anggota kelompok dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, kepuasan anggota kelompok terhadap layanan bimbingan kelompok, dan merumuskan tindak lanjut yang perlu dilakukan.

Selanjutnya, tahapan dalam kegiatan inti berupa *teknik behavioral skills training* terdiri dari beberapa prosedur sebagai berikut.

- a. Instruksi

Pelatih memberikan instruksi *verbal* dan atau tertulis tentang keterampilan sosial target. Instruksi berupa cara bagaimana dalam melakukan keterampilan sosial target yang kemudian diulang oleh siswa untuk melihat pemahaman terhadap instruksi yang diberikan.

- b. Permodelan

Pelatih memberikan model atau contoh perilaku target yang akan dilatihkan secara simbolik menggunakan video keterampilan sosial target. Pelatih memberikan penekanan perilaku model yang akan ditirukan. Permodelan dapat dijabarkan sedetail mungkin jika peserta belum paham.

c. Pelatihan

Pelatih memberikan naskah drama keterampilan sosial target yang sudah disiapkan pada kelompok lain. Peserta diminta mempelajari sejenak naskah drama dan peranannya masing-masing. Peserta lain yang tidak terlibat bermain peran diminta tetap memperhatikan untuk memberikan umpan balik pada peserta drama. Peserta drama diberikan latihan singkat sembari mengingat model yang sudah diberikan sebelumnya, kemudian kelompok peserta melakukan permainan peran sesuai teks, instruksi dan model keterampilan sosial target

d. Umpan balik

Selesai pelatihan, pelatih memberikan masukan atas kinerja siswa dalam bermain peran sesuai dengan instruksi, model, dan tujuan awal disertai memberikan penguatan positif pada peserta. Peserta kelompok lain memberikan umpan balik berupa tanggapan dan saran atas kinerja bermain peran dari kelompok yang tampil. Setiap kelompok menyampaikan hal yang dirasakan atau dicapai, sebab muncul perilaku tertentu, dan rencana tindakan setelah menirukan model dan praktik bermain peran. Pelatih dan peserta menyimpulkan dan merefleksikan kegiatan teknik BST. Pelatih menugaskan semua peserta mempraktikkan kembali keterampilan sosial yang sudah dilatih di lingkungan masing-masing.

c. *Posttest*

Tahap *posttest* ini peneliti memberikan skala keterampilan sosial kembali setelah pemberian *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen dan sekaligus kelompok kontrol yang tidak diberikan *treatment* untuk melihat tingkat keterampilan sosial. Hasil analisis sebelum pemberian *treatment* dan sesudah pemberian *treatment* dibandingkan untuk melihat efektivitas *treatment* BST dalam bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial yang diberikan.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat dilaksanakan penelitian ini adalah di kelas XI SMA Negeri 10 Yogyakarta yang beralamat di jalan Gadean No.5, Ngupasan, Kecamatan Gondomanan, Kota Yogyakarta. Waktu pelaksanaan penelitian ini dimulai dari bulan Agustus sampai bulan Oktober tahun 2020.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas subyek atau obyek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2013: 117). Ditegaskan pendapat lain, bahwa populasi merupakan keseluruhan objek penelitian yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian (Arikunto, 2013:173); (Azwar, 2018: 109). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI di SMA Negeri 10 Yogyakarta sebanyak 209 siswa. Alasan memilih populasi kelas XI karena siswa sudah berinteraksi dengan siswa lain dalam

waktu relatif lama sehingga dapat dilihat keterampilan sosial yang sudah ada. Berikut ini adalah data populasi siswa kelas XI SMA Negeri 10 Yogyakarta.

Tabel 2. Data Siswa Kelas XI SMA Negeri 10 Yogyakarta

No	Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah
		Laki-Laki	Perempuan	
1	XI IPS 1	14	22	36
2	XI IPS 2	12	23	35
3	XI IPA 1	10	24	34
4	XI IPA 2	9	25	34
5	XI IPA 3	18	17	35
6	XI IPA 4	16	19	35
	JUMLAH	79	130	209

2. Sampel

Sampel merupakan sebagian atau wakil dari subyek populasi yang diteliti (Arikunto, 2013:114; Azwar, 2018: 112). Menurut Mulyatiningsih (2012: 10) menjelaskan bahwa sampel adalah cuplikan dari populasi suatu penelitian. Dari beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa sampel merupakan sebagian atau cuplikan dari populasi penelitian yang memiliki karakter yang serupa dengan populasi. Pengambilan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling*. Peneliti mengambil sampel yang memiliki sifat homogen dari populasi secara acak atau memiliki kesempatan yang sama (Margono, 2010: 126; Sugiyono, 2015:122).

Penentuan sampel dilakukan dengan undian secara acak. Hal ini dilakukan untuk meminimalkan ketidakadilan karena semua sampel memperoleh peluang yang sama. Adapun langkah pengundian untuk menentukan sampel sebagai berikut.

- a. Peneliti menulis setiap kelas pada kertas yaitu kelas XI IPS 1, XI IPS 2, XI MIPA 1, XI MIPA 2, XI MIPA 3, dan XI MIPA 4. Kertas kemudian digulung dan dimasukkan dalam botol untuk segera ditutup.
- b. Peneliti mengocok botol kemudian mengeluarkan dua gulungan kertas yang berisi kelas XI. Gulungan pertama tertulis kelas XI MIPA 3 yang kemudian ditetapkan sebagai kelas eksperimen dan gulungan kedua tertulis kelas XI MIPA 1 yang ditetapkan sebagai kelas kontrol.

Asumsi homogen pada kelompok eksperimen kelas XI MIPA 3 dan kelompok kontrol kelas XI MIPA 1 tersebut adalah kedua kelas sama-sama kelas XI, kedua kelas memiliki persamaan peminatan bidang MIPA, kedua kelas memiliki keterampilan sosial yang sama dikarenakan telah melakukan interaksi sosial dengan siswa lain dalam waktu yang sama di sekolah.

D. Variabel Penelitian

Penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel bebas atau *independent* dan variabel terikat atau *dependent*. Menurut Sugiyono (2015: 64) variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi penyebab berubahnya variabel terikat, sedangkan variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena variabel bebas. Variabel bebas pada penelitian ini adalah teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok (X). Variabel terikat pada penelitian ini adalah keterampilan sosial siswa (Y).

1. Definisi operasional

a) Teknik *Behavioral Skills Training* dalam Bimbingan Kelompok

Upaya bantuan melalui kelompok oleh konselor yang dirancang sesuai kebutuhan untuk pencegahan masalah melalui pemberian informasi tentang karir, pendidikan, pribadi, dan sosial dengan memanfaatkan dinamika kelompok sehingga mampu mengembangkan sikap, wawasan, keterampilan, keputusan yang tepat, dan mengubah perilaku ke arah yang lebih baik dengan melatih individu keterampilan perilaku melalui prosedur pemberian instruksi, permodelan, pelatihan, dan umpan balik yang sistematis untuk membantu memperoleh keterampilan perilaku seperti keterampilan terkait pekerjaan atau keterampilan sosial yang dapat disimulasikan melalui bermain peran.

b) Keterampilan Sosial Siswa

Keterampilan sosial adalah suatu strategi atau keterampilan yang dipelajari siswa untuk menciptakan dan mempertahankan interaksi positif dengan orang lain melalui komunikasi *verbal* dan *non-verbal* secara efektif sehingga diterima secara sosial dan terhindar dari respon sosial yang tidak diinginkan dalam *setting* berbagai budaya bersifat demokrasi yang penuh kompetisi dan tantangan. Adapun aspek-aspek dalam keterampilan sosial meliputi perilaku interpersonal (*interpersonal behavior*), perilaku yang berkaitan dengan lingkungan (*environmental behavior*), perilaku yang berhubungan dengan diri sendiri (*self-related behavior*), dan perilaku yang berhubungan dengan tugas akademik (*task-related behavior*).

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan cara mengumpulkan berbagai macam data yang diperuntukkan menjawab rumusan masalah penelitian (Noor, 2011: 138). Teknik pengumpulan data penelitian eksperimen ini menggunakan skala. Skala memuat beberapa pertanyaan atau pernyataan yang disusun untuk mengungkap berbagai aspek yang terdapat pada variabel tertentu melalui respon terhadap pertanyaan atau pernyataan tersebut (Azwar, 2013: 7). Skala yang dikembangkan dan kemudian digunakan dalam penelitian ini adalah skala keterampilan sosial siswa.

Skala yang sudah disusun kemudian disebarakan pada subyek penelitian untuk mengukur tingkatan keterampilan sosial siswa melalui tahapan *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol dan eksperimen. Peneliti meminta siswa untuk memberikan respon atau penilaian pada skala keterampilan sosial yang sudah diberikan sesuai dengan keadaan yang dialami. Skala kemudian dianalisis untuk mengetahui skor tingkat keterampilan sosial siswa.

2. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data adalah fasilitas yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data agar lebih mudah dan hasilnya lebih akurat, lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga mudah dalam mengolah data (Arikunto, 2010: 203). Senada dengan pendapat sebelumnya, instrumen penelitian sebagai suatu alat yang digunakan mengukur variabel, kejadian alam maupun sosial yang diamati (Ardial, 2014: 460; Sugiyono, 2014: 148).

Fenomena atau kejadian yang diamati dalam penelitian ini adalah keterampilan sosial siswa. Upaya untuk mengukur keterampilan sosial siswa, peneliti menggunakan instrumen berupa skala keterampilan sosial siswa.

Jenis skala yang digunakan merupakan skala tertutup dimana responden tinggal memilih item-item yang disusun dalam bentuk pernyataan. Alternatif jawaban yang tersedia dalam skala keterampilan sosial adalah sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS) sampai sangat tidak sesuai (STS). Selain itu, skala ini memuat pernyataan yang bersifat *favorable* dan *unfavorable*. Item pernyataan *favorable*, nilai untuk jawaban Sangat Sesuai (SS) = 4, Sesuai (S) = 3, Tidak Sesuai (TS) = 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) = 1. Pernyataan *unfavorable* dengan bobot nilai jawaban Sangat Sesuai (SS) = 1, Sesuai (S) = 2, Tidak Sesuai (TS) = 3, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) = 4. Berikut ini gambaran tabel pemberian skor jawaban pada skala.

Tabel 3. Skor jawaban pernyataan *favorable* dan *unfavorable* skala keterampilan sosial siswa

Pilihan jawaban	Skor <i>Favorable</i>	Skor <i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

a. Skala Keterampilan Sosial

Prosedur penyusunan instrumen skala pada penelitian ini mengacu pendapat dari Arikunto (2010: 104) yang menjelaskan dasar dari penyusunan skala diawali dari mengidentifikasi variabel yang kemudian diberi definisi operasional, selanjutnya menentukan aspek-aspek pada

variabel, mengidentifikasi sub aspek dan indikator, kemudian menyusun indikator menjadi butir-butir pertanyaan maupun pernyataan dan dilengkapi identitas subyek, instruksi pengisian, dan kata pengantar. Adapun langkah-langkah dalam penyusunan instrumen skala keterampilan sosial siswa adalah sebagai berikut.

1) Mengidentifikasi berbagai variabel dalam penelitian dan merumuskan definisi operasional

Variabel dalam penelitian ini adalah teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok dan keterampilan sosial siswa. Variabel keterampilan sosial siswa yang dijadikan dasar penyusunan skala untuk mengetahui tingkat keterampilan sosial siswa. Variabel teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok berperan sebagai variabel bebas. Selanjutnya merumuskan definisi operasional keterampilan sosial siswa yang mengacu dari teori Cartledge dan Milburn (1995: 17).

Keterampilan sosial siswa merupakan keterampilan yang dipelajari siswa untuk menciptakan dan mempertahankan interaksi positif dengan orang lain melalui komunikasi *verbal* dan *non-verbal* secara efektif sehingga diterima secara sosial dan terhindar dari respon sosial yang tidak diinginkan meliputi perilaku interpersonal (*interpersonal behavior*), perilaku yang berkaitan dengan lingkungan (*environmental behavior*), perilaku yang berhubungan dengan diri

sendiri (*self-related behavior*), dan perilaku yang berhubungan dengan tugas akademik (*task-related behavior*).

2) Mengidentifikasi aspek dalam variabel

Berdasarkan definisi operasional keterampilan sosial siswa, ditemukan beberapa aspek yang menyusunnya meliputi: perilaku interpersonal (*interpersonal behavior*), perilaku yang berkaitan dengan lingkungan (*environmental behavior*), perilaku yang berhubungan dengan diri sendiri (*self-related behavior*), dan perilaku yang berhubungan dengan tugas akademik (*task-related behavior*).

3) Mencari sub aspek

Berikut ini sub aspek yang dikembangkan dari berbagai macam aspek keterampilan sosial meliputi:

- a) Aspek perilaku interaksi dengan orang lain (*interpersonal*) memiliki bentuk perilaku yang muncul berupa: mendapat kewenangan, mengatasi konflik masalah, mendapat perhatian, ramah menyapa orang lain, membantu orang lain, membuat percakapan, bermain secara terorganisir, bersikap positif dengan orang lain, bermain secara informal, mampu membedakan barang milik sendiri dan orang lain.
- b) Aspek perilaku terhadap lingkungan (*environmental*) memiliki bentuk perilaku seperti peduli dengan lingkungan, menangani keadaan darurat, dan berbuat untuk lingkungan.

- c) Aspek perilaku berkaitan terhadap diri sendiri (*self-related*) memiliki bentuk perilaku berupa: menerima konsekuensi atas perilaku, perilaku etis sesuai norma yang berlaku, mengungkapkan perasaan, sikap positif terhadap diri sendiri, perilaku bertanggung jawab, dan merawat diri sendiri.
- d) Aspek perilaku yang berkaitan dengan tugas (*task-related*) memiliki bentuk perilaku berupa: mengajukan dan menjawab pertanyaan, perilaku hangat menerima, diskusi di kelas, menyelesaikan tugas, mengikuti arahan, terlibat kegiatan kelompok, kerja secara mandiri, perilaku terhadap tugas yang diberikan, dan kualitas pekerjaan.

4) Merumuskan setiap indikator menjadi butir-butir pernyataan.

Setelah menemukan sub aspek beserta indikator, tahapan selanjutnya adalah membuat pernyataan-pernyataan yang dibuat menjadi empat alternatif jawaban, yakni sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS) sampai sangat tidak sesuai (STS).

5) Melengkapi instrumen dengan kata pengantar, instruksi pengisian, dan data diri subyek

Tahap terakhir adalah memberikan kata pengantar, instruksi pengisian instrumen, dan identitas subyek. Bahasa yang digunakan harus mudah dipahami dan sesuai karakter subyek. Adapun kisi-kisi instrumen keterampilan sosial siswa penelitian ini sebagai berikut.

Tabel 4. Kisi- Kisi Instrumen Keterampilan Sosial Siswa

No	ASPEK	INDIKATOR	NOMOR ITEM		JUMLAH
			FAVORABLE (F)	UNFAVORABLE (UF)	
1	Perilaku interpersonal (<i>interpersonal behavior</i>)	Menerima otoritas	1, 3	2, 4	4
		Mengatasi konflik yang muncul	5, 6, 7	8, 9, 10	6
		Mendapat perhatian	11, 12	13, 14	4
		Menyapa orang lain	15, 17, 19	16, 18, 20	6
		Membantu orang lain	21,22,25	23, 24, 26	6
		Membuat percakapan	27, 29	28, 30	4
		Bermain secara terorganisir	31, 32	33, 34	4
		Bersikap positif dengan orang lain	35, 36	37, 38	4
		Bermain secara informal	39, 40	41, 42	4
		Kepemilikan barang milik sendiri dan orang lain	43, 44	45, 46	4
2	Perilaku terhadap lingkungan sekitar (<i>environmental behavior</i>)	Peduli dengan lingkungan	47, 48	49, 50	4
		Menangani keadaan darurat	51, 52	53, 54	4
		Mobilitas di lingkungan	55, 56	57, 58	4
3	Perilaku yang berhubungan dengan diri sendiri (<i>self-related behavior</i>)	Menerima konsekuensi	59, 60	61, 62	4
		Perilaku etis	63, 65, 67	64, 66, 68	6
		Mengungkapkan perasaan	69, 70	71, 72	4
		Sikap positif terhadap diri sendiri	73, 74	75, 76	4
		Perilaku bertanggung jawab	77, 78, 81	79, 80, 82	4
		Merawat diri sendiri	83, 84	85, 86	4
4	Perilaku terhadap tugas (<i>task-related behavior</i>)	Mengajukan dan menjawab pertanyaan	87	88	2
		Perilaku menerima	89, 90	91, 92	4
		Dikusi di kelas	93, 94	95, 96	4
		Menyelesaikan tugas	97, 98	99, 100	4
		Mengikuti arahan	101, 102	103, 104	4
		Terlibat kegiatan kelompok	105, 106	107, 108	4
		Kerja secara mandiri	109, 110	111, 112	4
		Perilaku terhadap tugas yang diberikan	113, 114	115, 116	4
		Kualitas pekerjaan	117, 118	119, 120	4
Jumlah Item Pernyataan					120

6) Uji coba

Selanjutnya instrumen skala keterampilan sosial siswa yang sudah jadi diujicobakan di lapangan penelitian.

F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

1. Uji Validitas Instrumen

Instrumen penelitian dapat dikatakan baik bila memenuhi dua hal, yaitu teruji secara validitas dan reliabilitas. Arikunto (2013: 211) menyampaikan bahwa validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Instrumen dikatakan valid bila digunakan untuk mengukur secara tepat apa yang seharusnya diukur. Uji validitas instrumen perlu dilakukan oleh peneliti untuk menyeleksi antara item yang valid dan item yang gugur.

Uji validitas instrumen menggunakan validitas isi dengan berkonsultasi pada *expert judgment*. Validitas isi merupakan analisa secara rasional terhadap daerah yang hendak diukur untuk mengetahui sejauhmana keterwakilan instrumen dengan ciri perilaku yang hendak diukur (Retnawati, 2016: 17). Validitas isi dalam penelitian ini menggunakan indeks *Gregory* dengan melibatkan 2 validator ahli yaitu Dr. Rita Eka Izzaty, S. Psi., M.Si. dan Dr. Budi Astuti, M.Si yang keduanya ahli dalam bidang sosial. Validator ahli dalam melakukan validitas isi dengan melihat kesesuaian antara item pernyataan dengan indikator dan aspek pada variabel serta memberi berbagai saran tentang pemberian makna indikator yang tepat, penggunaan kata baku, menghindari kata negatif, serta bahasa yang sesuai dan mudah dipahami oleh subyek.

Koefisien validitas isi *Gregory* diperoleh dari dua dosen ahli sebesar 0.94 yang bermakna validitas tinggi sehingga instrumen dapat digunakan untuk pengambilan data.

2. Uji Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas mengacu kepada keterpercayaan atau konsistensi hasil ukur, yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran (Azwar, 2015: 111). Reliabilitas merujuk pada kejelasan, stabilitas maupun konsistensi dari nilai skor tes (Johnson & Christensen, 2016: 365). Untuk menguji reliabilitas skala keterampilan sosial dilakukan dengan menggunakan rumus *Cronbach's Alpha*. Koefisien reliabilitas angka berkisar antara 0 sampai dengan 1. Semakin tinggi koefisien mendekati angka 1 bermakna bahwa semakin tinggi derajat reliabilitasnya. Sebaliknya, jika koefisien yang semakin rendah mendekati 0 memiliki makna bahwa semakin rendah reliabilitas yang dimiliki instrumen tersebut. Pengujian reliabilitas dilakukan dengan bantuan *SPSS Statistics 23* diperoleh koefisien reliabilitas keterampilan sosial sebesar 0.961. Hal tersebut dapat diartikan bahwa skala keterampilan sosial reliabel untuk pengambilan data.

Setelah itu, peneliti melakukan seleksi item yang layak dan baik melalui korelasi item total atau sering disebut indeks daya beda item. Item pernyataan yang layak apabila koefisien korelasi atau kriteria $r_{ix} \geq 0.25$. Sebaliknya bila koefisien korelasi atau kriteria $r_{ix} \leq 0.25$, maka item pernyataan tersebut dinyatakan gugur atau diperbaiki (Azwar, 2013: 86). Berdasarkan hasil uji coba

skala keterampilan sosial siswa dari 120 item pernyataan menghasilkan 106 item valid dan 14 item pernyataan gugur.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan mengolah data yang diperoleh dari berbagai macam metode penelitian, sehingga memperoleh berbagai macam informasi yang bermanfaat sesuai harapan dan tujuan penelitian (Sugiyono, 2016: 147). Teknik analisis data pada penelitian ini adalah analisis data kuantitatif. Penelitian ini termasuk dalam eksperimen komparatif karena adanya perbandingan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Berdasarkan asumsi tersebut, peneliti melakukan uji normalitas dan uji homogenitas dilanjutkan menguji hipotesis yang diajukan. Sebelum pengujian hipotesis perlu dilakukan analisis statistik deskriptif. Berikut penjabaran teknik analisis data dalam penelitian ini.

1. Analisis Statistik Deskriptif

Analisis statistik deskriptif dalam penelitian ini dengan menganalisis kategorisasi skor. Kategori skor untuk memudahkan membaca pengukuran, peneliti menetapkan kategorisasi jenjang (ordinal) untuk menempatkan skor instrumen keterampilan sosial siswa menjadi beberapa tingkatan, yakni sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Pemberian kategorisasi memudahkan peneliti dalam menempatkan subyek dalam kelompok yang posisinya berjenjang menurut rangkaian berdasar atribut psikologis yang telah diukur (Azwar, 2013: 146-147). Berikut cara mengetahui kategorisasi skor keterampilan sosial siswa.

- a) Menentukan skor tertinggi dan terendah

$$\text{Skor tertinggi} = 4 \times \text{jumlah item}$$

$$= 4 \times 106 = 424$$

$$\text{Skor terendah} = 1 \times \text{jumlah item}$$

$$= 1 \times 106 = 106$$

b) Menghitung rentang / range

$$\text{range} = \text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}$$

$$= 424 - 106 = 318$$

c) Menghitung mean ideal (M) = $\frac{1}{2}$ (skor tertinggi + skor terendah)

$$= \frac{1}{2} (424 + 106) = 265$$

d) Menghitung standar deviasi (SD) = range : 6 atau $\frac{1}{6}$ (skor tertinggi – skor terendah)

$$\text{SD} = \frac{1}{6} (424 - 106) = 53$$

Hasil perhitungan dimasukkan dengan menggunakan rumus berikut :

$$X < M - 1,5SD \quad : \text{Sangat rendah}$$

$$M - 1,5SD < X < M - 0,5SD \quad : \text{Rendah}$$

$$M - 0,5SD < X < M + 0,5SD \quad : \text{Sedang}$$

$$M + 0,5SD < X < M + 1,5SD \quad : \text{Tinggi}$$

$$M + 1,5SD < X \quad : \text{Sangat Tinggi}$$

Keterangan :

X : Skor jawaban responden pada instrumen keterampilan sosial siswa

M : Mean ideal

SD : Standar deviasi

2. Pengujian Hipotesis

a) Uji Normalitas

Uji normalitas data dilakukan untuk menguji apakah sebaran data penelitian berdistribusi normal atau tidak, termasuk skor *pretest* dan *posttest* kedua kelompok dalam penelitian ini. Uji Normalitas dilakukan menggunakan bantuan software *SPSS* versi 23.0 *for windows* melalui rumus

uji Kolmogorov-Smirnov dengan taraf signifikansi 0,05. Asumsi data berdistribusi normal dapat dilihat jika nilai *2-tailed significance* memiliki nilai lebih besar dari 0,05 sedangkan data tidak berdistribusi normal jika nilai *2-tailed significance* memiliki nilai kurang dari 0,05.

b) Uji Homogenitas

Uji Homogenitas perlu dilakukan untuk mengetahui data penelitian yang diambil homogen atau memiliki varian yang sama. Pengujian homogenitas menggunakan Uji *Levene's* melalui bantuan *software* SPSS versi 23.0 dengan taraf signifikansi 0,05 atau 5%. Data penelitian dapat dikatakan homogen jika taraf signifikasinya di atas atau $\geq 0,05$, sedangkan dikatakan tidak homogen jika taraf signifikansinya kurang atau $\leq 0,05$.

c) Uji Paired Sampel

Uji Paired dilakukan untuk menganalisa adanya perbedaan rata-rata dua sampel pada data berpasangan. Uji ini peneliti menggunakan uji Wilcoxon untuk menganalisis pengaruh *treatment* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berupa teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok. Uji Wilcoxon memakai sistem komputerisasi menggunakan bantuan SPSS versi 23 *for windows* dengan taraf signifikansi 5% atau 0,05. Asumsi pemberian perlakuan dikatakan (H_a) ada perbedaan keterampilan sosial siswa sebelum dan sesudah pemberian *treatment* BST dalam bimbingan kelompok atau memiliki pengaruh yang signifikan jika taraf signifikasinya ≤ 0.05 , sedangkan (H_o) tidak ada perbedaan keterampilan sosial siswa sebelum dan sesudah pemberian *treatment* BST

dalam bimbingan kelompok atau tidak memiliki pengaruh signifikan jika taraf signifikansinya ≥ 0.05 .

d) Uji *Independent Sampel*

Peneliti dalam membuktikan hipotesis yang sudah dirumuskan perlu melakukan uji *independent sampel* data kelompok *pretest* dan *posstest* pada kelompok eksperimen dan kontrol. Jenis uji yang dipilih untuk menguji hipotesis alternatif (H_a) dan hipotesis nol (H_o) dalam penelitian ini menggunakan uji *Mann Whitney*. Peneliti dalam melakukan uji *Mann Whitney* menggunakan aplikasi *SPSS for Windows 23.0 Version*. Taraf signifikansi yang diberlakukan sebesar 0.05 atau 5 %. Peneliti menentukan hipotesis H_o , yakni teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok tidak efektif terhadap peningkatan tingkat keterampilan sosial dan H_a yakni teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok efektif terhadap peningkatan tingkat keterampilan sosial. Berikut rumusan hipotesis yang akan diuji kebenarannya:

H_a : (Sig) ≤ 0.05 berarti H_a diterima dan H_o ditolak.

H_o : (Sig) ≤ 0.05 berarti H_o diterima dan H_a ditolak

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Deskripsi Proses Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen model *true experimental* dengan desain *pretest-posttest control group*. Penelitian dilaksanakan mulai tanggal 18 Agustus 2020 sampai 23 Oktober 2020 di SMA Negeri 10 Yogyakarta. Peneliti membuat instrumen skala keterampilan sosial siswa dengan berkonsultasi kepada dua validator ahli yaitu Ibu Dr. Rita Eka Izzaty, M.Si dan Dr. Budi Astuti, M.Si yang kemudian dihitung perolehan skor *Gregory* sebesar 0,94 yang bermakna memiliki validitas tinggi. Setelah validasi instrumen selesai, peneliti membuat skala keterampilan sosial dalam bentuk *googleform* dikarenakan seluruh siswa masih belajar dari rumah masing-masing. Peneliti kemudian memberikan skala keterampilan sosial kepada seluruh siswa kelas XI SMA Negeri 10 Yogyakarta karena populasi penelitian ini adalah siswa kelas XI yang berjumlah 209 siswa.

Setelah itu, peneliti membentuk kelompok eksperimen dan kontrol menggunakan teknik *simple random sampling*. Teknik sampel ini dilakukan dengan mengundi secara acak enam kelas dari XI IPS dan XI MIPA sehingga diperoleh satu kelas XI MIPA 3 sebagai kelompok eksperimen yang berjumlah 35 siswa dan kelas XI MIPA 1 sebagai kelompok kontrol yang berjumlah 34 siswa. Peneliti melakukan uji coba instrumen keterampilan sosial siswa pada seluruh siswa kelas XI untuk mengetahui validitas dan reliabilitas instrumen

pengumpulan data. Instrumen yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya digunakan untuk melakukan *pretest*. Peneliti menganalisis *pretest* yang sudah diberikan pada kelompok eksperimen dan kontrol untuk mengetahui tingkat keterampilan sosial siswa awal. Peneliti kemudian memberikan *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok sebanyak 5 kali pertemuan dan di akhir setelah melakukan *treatment* mengerjakan *posttest* untuk mengukur kembali tingkat keterampilan sosial siswa.

Sebelum pelaksanaan *treatment*, peneliti membuat pedoman pelaksanaan teknik BST dalam layanan bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial siswa. Pedoman pelaksanaan *treatment* BST terdiri dari latar belakang, tujuan teknik BST, prosedur teknik BST, peserta BST, pelaksanaan BST dalam bimbingan kelompok, rencana pelaksanaan layanan (RPL) bimbingan kelompok, materi layanan keterampilan sosial target, video keterampilan sosial target, dan naskah drama keterampilan sosial target. Materi layanan dirumuskan berdasarkan unsur-unsur pada skala keterampilan sosial dan hasil *need assessment*. Selanjutnya, naskah drama keterampilan sosial target sebelum diberikan siswa, peneliti memvalidasikan isi dan alur drama yang dibuat berdasarkan video dan materi keterampilan sosial target pada guru Bahasa Indonesia yang kemudian terdapat beberapa masukan atau koreksi penulisan dan penggunaan istilah asing.

Berdasarkan masukan dari Guru BK dan wali kelas XI MIPA 3 pada tanggal 30 September 2020, peneliti melakukan pertemuan awal sebelum melakukan *treatment* melalui aplikasi *zoom meeting* dikarenakan siswa masih

belajar dari rumah masing-masing akibat adanya pandemi Covid 19. Pertemuan awal sebelum *treatment* dilakukan untuk saling berkenalan atau membangun *rappor* antara pelatih dengan siswa. Setelah itu, dilanjutkan dengan menginformasikan rencana pelaksanaan teknik BST dalam bimbingan kelompok terhadap peningkatan keterampilan sosial siswa termasuk menjelaskan arti teknik BST dalam bimbingan kelompok, tujuan dilakukan bimbingan kelompok teknik BST, prosedur pelaksanaan, menyepakati waktu pelaksanaan berdasarkan izin pihak sekolah, media *online* yang digunakan, dan perlengkapan yang perlu disiapkan siswa.

a. *Pretest* Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Pretest keterampilan sosial pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dilaksanakan tanggal 18 Agustus 2020 dan tanggal 19 Agustus 2020. Hasil perhitungan skor *pretest* keterampilan sosial kelompok eksperimen menunjukkan nilai tertinggi sebesar 400 sedangkan skor terendah adalah 281. *Median* kelompok eksperimen diperoleh sebesar 321, *modus* kelompok eksperimen sebesar 321, dan *standar deviasi* kelompok eksperimen sebesar 27.146. Adapun hasil perhitungan skor *pretest* keterampilan sosial kelompok kontrol menunjukkan nilai tertinggi sebesar 401 sedangkan skor terendah adalah 278. *Median* kelompok kontrol diperoleh sebesar 318, *modus* kelompok kontrol sebesar 316, dan *standar deviasi* kelompok kontrol sebesar 33. Selanjutnya data keterampilan sosial

siswa kelompok eksperimen dan kontrol dikategorikan menjadi 5 kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah.

Pengkategorisasian data keterampilan sosial siswa kelompok kontrol tanpa diberikan *treatment* dan siswa kelompok eksperimen sebelum diberikan *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok dilakukan, menggunakan skala keterampilan sosial siswa sebanyak 106 item dengan 4 alternatif jawaban dengan alternatif penilaian tertinggi adalah 4 dan alternatif penilaian terendah adalah 1. Berdasar rumusan alternatif jawaban dari terendah hingga tertinggi, diketahui bahwa skor jawaban terendah dari skala keterampilan sosial adalah 106 dan skor jawaban tertinggi adalah 424. Diketahui rerata ideal kelompok kontrol sebesar 265 dan standar deviasi sebesar 53. Berpedoman perhitungan tersebut, dapat dirumuskan tabel distribusi *pretest* keterampilan sosial siswa kelompok kontrol sebagai berikut.

Tabel 5. Kategorisasi data *pretest* keterampilan sosial siswa kelompok kontrol dan kelompok eksperimen

No	Kategori	Interval Skor	Kelompok Kontrol		Kelompok Eksperimen	
			Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Tinggi	$345 < X$	7	24%	8	23%
2	Tinggi	$292 < X \leq 345$	20	69%	25	71%
3	Sedang	$239 < X \leq 292$	2	7%	2	6%
4	Rendah	$186 < X \leq 239$	0	0	0	0
5	Sangat Rendah	$X \leq 186$	0	0	0	0
Jumlah			29	100%	35	100%

Berdasarkan tabel 5 ketegorisasi data *pretest* keterampilan sosial siswa, menunjukkan bahwa keterampilan sosial siswa kelompok kontrol

berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 7 siswa (24%), berada pada kategori tinggi sebanyak 20 siswa (69%), berada pada kategori sedang sebanyak 2 siswa (7%), serta berada pada kategori rendah dan sangat rendah sebanyak 0 siswa. Hasil tersebut diperoleh dari *pretest* keterampilan sosial siswa kepada 29 siswa. Semula jumlah siswa kelas XI MIPA ada 34 siswa, namun 5 siswa tidak mengikuti *pretest* sehingga yang dianalisis sebanyak 29 siswa.

Berdasarkan tabel 5 kategorisasi data *pretest*, menunjukkan bahwa keterampilan sosial siswa kelompok eksperimen sebelum diberikan *treatment* berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 8 siswa (23%), berada pada kategori tinggi sebanyak 25 siswa (71%), berada pada kategori sedang sebanyak 2 siswa (6%), serta berada pada kategori rendah dan sangat rendah sebanyak 0 siswa. Hasil tersebut diperoleh dari *pretest* keterampilan sosial siswa kepada 35 siswa.

Setelah mengetahui hasil distribusi keterampilan sosial siswa kelompok eksperimen dan kontrol selanjutnya peneliti menghitung hasil rata-rata *pretest* keterampilan sosial siswa kelompok kontrol dan kelompok eksperimen setelah diberikan skala keterampilan sosial dan penghitungan skor rerata dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 6. Rerata *Pretest* Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Kontrol dan Eksperimen

Kelompok Kontrol	Kelompok Eksperimen
329,620	326,686

Memperhatikan tabel 6 rerata *pretest*, dapat dijabarkan bahwa nilai rerata *pretest* keterampilan sosial siswa kelompok kontrol sebesar 329,620 dari 29 siswa. Selanjutnya, nilai rerata *pretest* keterampilan sosial siswa kelompok eksperimen sebesar 326,686 dari 35 siswa. Adapun persentase dari setiap rerata *pretest* keterampilan sosial siswa pada kelompok kontrol dan eksperimen dapat dilihat pada lampiran halaman 282.

Diketahui persentase perbandingan nilai rerata *pretest* keterampilan sosial siswa kelompok kontrol sebesar 50% dan persentase nilai rerata *pretest* keterampilan sosial siswa kelompok eksperimen sebesar 50%. Dapat diartikan bahwa persentase nilai rerata keterampilan sosial kelompok kontrol sama dengan nilai rerata *pretest* kelompok eksperimen. Meskipun demikian, secara angka nilai rerata kelompok kontrol lebih tinggi daripada kelompok eksperimen.

Melihat kondisi siswa berdasarkan hasil kategorisasi keterampilan sosial siswa, maka peneliti akan melakukan *treatment*. *Treatment* hanya diberikan pada kelompok eksperimen sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan *treatment*. Bentuk *treatment* yang diberikan berupa teknik BST dalam bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial siswa pada kelas XI MIPA 3. Peneliti membagi siswa menjadi 5 kelompok pelatihan sesuai dengan perilaku keterampilan sosial target yang akan dicapai.

b. Pelaksanaan *Behavioral Skills Training* dalam Bimbingan Kelompok Terhadap Keterampilan Sosial Siswa pada Kelompok Eksperimen

Tahap pelaksanaan ini, peneliti memberikan *treatment* pada kelompok eksperimen yaitu kelas XI MIPA 3 yang memiliki jumlah 35 siswa dengan memberikan teknik BST dalam bimbingan kelompok, sedangkan pada kelompok kontrol tidak diberikan *treatment*. Pelaksanaan *treatment* dilakukan sebanyak 5 kali pertemuan. Setiap pertemuan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik BST dilakukan dengan memanfaatkan *zoom meeting* berdasarkan waktu yang disepakati dengan pihak sekolah. Pelaksanaan bimbingan kelompok ini dilakukan secara daring karena kondisi pandemi Covid 19 yang belum memungkinkan peneliti bertemu siswa. Adapun proses pelaksanaan pemberian *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen sebagai berikut.

1) Pertemuan pertama

a) Tahap persiapan

Pelaksanaan *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok diberikan peneliti atau pelatih pada kelompok eksperimen kelas XI MIPA 3 sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan *treatment*. *Treatment* pertama dilakukan pada hari rabu 30 September 2020 di ruang bimbingan dan konseling SMA Negeri 10 Yogyakarta melalui *zoom meeting*. Peneliti menyiapkan peralatan dan perlengkapan yang meliputi laptop, koneksi internet, aplikasi *zoom meeting*, materi

layanan, video pendek, dan naskah drama tentang berbicara bergantian, dan presensi kelas XI MIPA 3. Peneliti memastikan siswa sudah bergabung melalui *zoom meeting* pada hari itu. Melihat kondisi siswa masih belajar dari rumah, peneliti sudah membagikan naskah drama beserta peran masing-masing pada kelompok yang akan berlatih bermain peran sebelum pertemuan untuk memudahkan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok melalui daring.

b) Tahap pembentukan kelompok

Setelah semua siswa bergabung dalam *zoom meeting*, peneliti atau pelatih membuka kegiatan bimbingan kelompok dengan mengucapkan salam, berdoa, dan dilanjutkan dengan menanyakan kabar. Pelatih mengucapkan terimakasih pada siswa XI MIPA 3 atas kesediaannya mengikuti bimbingan kelompok. Pelatih mempresensi kehadiran siswa. Setelah itu, menjelaskan kegiatan teknik BST dalam bimbingan kelompok meliputi: pengertian, tujuan, dan prosedur pelaksanaan secara singkat tentang keterampilan sosial target hari ini. Pelatih membentuk kelompok pada pertemuan pertama yang terdiri dari 4 siswa.

Pelatih dan siswa membuat dan menyepakati aturan selama layanan berlangsung yaitu menekankan tugas dan tanggung jawab seperti setiap siswa terbuka dalam menyampaikan permasalahan, siswa yang tidak berlatih agar memperhatikan, menghargai teman lain, memberikan tanggapan positif, dan tidak menyebarkan rahasia

kelompok sedangkan bagi siswa yang sedang berlatih agar melakukannya secara totalitas, dan mengaktifkan kamera aplikasi *zoom* untuk melihat ekspresi yang dimunculkan. Pelatih dan siswa menyepakati kontrak waktu melaksanakan bimbingan kelompok yaitu 60 menit. Semua siswa antusias karena baru pertama kali mengikuti bimbingan kelompok teknik BST.

c) Tahap peralihan

Tahap peralihan ini semua siswa dijelaskan tentang kegiatan yang akan dilakukan selanjutnya. Pelatih menekankan kembali peran dan tanggungjawab setiap anggota siswa dalam kegiatan layanan BST dalam bimbingan kelompok. Setiap siswa diberikan keluasan bertanya mengenai tugas yang belum dipahami. Siswa dipersilakan menceritakan permasalahan sosial ketika berbicara dengan orang lain yang dialami jika ada. Selanjutnya, siswa diberikan keluasan bertanya mengenai tugas yang belum dipahami. Peneliti atau pelatih menanyakan terkait kesiapan diri dan fokus dalam mengikuti kegiatan BST dalam bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial siswa. Terdapat kendala yang sering muncul dalam tahap ini seperti beberapa siswa mendadak keluar dari *zoom* dikarenakan *gadget* yang dipakai mengalami *trouble*. Setelah semua siswa siap pelatih mengajak siswa untuk memasuki tahap kegiatan inti.

d) Tahap inti kegiatan BST

Peneliti pada tahap kegiatan ini memberikan layanan teknik *behavioral skills training* (BST) dalam bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial siswa. Materi pelatihan yang diberikan pada siswa adalah keterampilan sosial target yaitu tentang berbicara secara bergantian. Adapun prosedur teknik BST dalam bimbingan kelompok sebagai berikut.

1) Instruksi

Instruksi diberikan langsung oleh pelatih kepada siswa pelatihan untuk memberikan gambaran tepat bagaimana melaksanakan tugas perilaku keterampilan sosial target secara tertulis. Pelatih menentukan keterampilan sosial target yang akan dilatih yaitu tips berbicara secara bergantian. Pelatih memberikan alasan tentang pentingnya berbicara secara bergantian dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, pelatih memberi materi menggunakan *power point* (PPT) tentang berbicara secara bergantian. Pelatih meminta semua siswa mengulangi instruksi yang sudah diberikan untuk memastikan siswa memperhatikan dan memahami materi layanan.

2) *Modelling*

Pelatih memberikan model video berbicara secara bergantian kepada semua siswa terutama siswa yang akan berlatih. Model video yang diberikan dengan mempertimbangkan situasi nyata yang dialami siswa. Pelatih memastikan semua siswa mengamati

dan memperhatikan secara komprehensif disertai penguatan positif. Jika ada siswa yang berbicara saat pemutaran video, pelatih langsung menegur dan mengingatkan aturan yang sudah disepakati. Pelatih memberikan penekanan dalam video tentang perilaku model yang akan ditirukan dalam tahap pelatihan.

3) Pelatihan

Pelatih meminta kelompok pertama yang akan melaksanakan pelatihan bermain peran yang berjudul “*gantian dong*” untuk mempersiapkan diri. Pelatih memberikan naskah drama untuk kelompok di luar kelompok pemain peran pertama. Setiap siswa yang bermain peran mengecek kembali kondisi audio dan kamera sebelum memulai pelatihan. Setelah siap, pelatih mempersilakan kelompok pertama untuk pemanasan singkat sembari mengingat model yang sudah diberikan sebelumnya. Siswa lain yang tidak terlibat bermain peran diminta tetap memperhatikan yang berguna untuk memberikan umpan balik pada kelompok pertama. Setelah pemanasan dirasa cukup, kelompok siswa yang berlatih bermain peran segera mempraktikkan drama sesuai teks drama, instruksi, dan model keterampilan sosial tentang berbicara secara bergantian.

4) Umpan balik

Pelatih dengan segera memberikan umpan balik setelah selesai pelatihan atas kinerja bermain peran sekaligus memberikan penguatan positif. Umpan balik suportif yang diberikan pelatih

berupa memuji kelompok pertama sudah mampu memerankan masing-masing karakter yang ada dalam naskah drama sesuai dengan instruksi dan model video. Umpan balik korektif yang diberikan pelatih berupa meminta 2 siswa yang intonasinya dan gestur masih kurang untuk mengulangi dialog dalam naskah sampai diperoleh intonasi dan gestur yang tepat. Siswa kelompok lain memberikan umpan balik positif berupa pujian atas keberanian kelompok pertama dalam bermain peran.

Setiap kelompok menyampaikan hal yang dicapai dalam layanan yaitu siswa terkadang masih suka memotong pembicaraan orang lain tanpa sadar sehingga perlu diubah agar tidak menyakiti orang lain. Hal tersebut muncul karena rasa egois dalam berbicara. Siswa memiliki rencana untuk menjadi seperti lampu *traffic light* yang saatnya menjadi lampu merah berarti diam mendengarkan orang lain berbicara dan menjadi hijau yang bermakna berbicara setelah orang lain selesai. Pelatih dan semua siswa menyimpulkan dan merefleksikan kegiatan bimbingan kelompok. Siswa diberikan tugas untuk mempraktikkan keterampilan yang dilatih dalam situasi kehidupan nyata. Setelah mempraktikkan di luar sesi pelatihan, siswa mendiskusikan pengalamannya di sesi BST berikutnya.

e) Tahap pengakhiran

Pelatih memberikan penguatan terhadap strategi yang sudah ditemukan dalam kelompok. Perwakilan kelompok siswa memberikan kesan,

pesan, dan hasil dari kegiatan layanan bimbingan kelompok yang berlangsung. Pelatih dapat menentukan tindak lanjut berupa konseling individual atau kelompok jika diperlukan. Pelatih memberikan gambaran umum rencana layanan bimbingan kelompok selanjutnya. Kegiatan ditutup dengan salam dan berdoa bersama.

2) Pertemuan kedua

a) Tahap persiapan

Peneliti atau pelatih memilih kelompok eksperimen untuk diberikan *treatment*, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan *treatment*. *Treatment* kedua dilakukan pada hari Jumat 2 Oktober 2020 melalui *zoom meeting*. Peneliti menyiapkan peralatan dan perlengkapan yang diperlukan meliputi laptop, koneksi internet, aplikasi *zoom meeting*, materi layanan, video pendek cara berkompromi, naskah drama tentang cara berkompromi menghadapi masalah, dan presensi kelas XI MIPA 3. Peneliti memastikan siswa kelas XI MIPA 3 sudah bergabung melalui *zoom meeting* pada hari itu. Melihat kondisi siswa masih belajar dari rumah masing-masing, peneliti sudah membagikan naskah drama beserta peran masing-masing pada kelompok yang akan berlatih bermain peran sebelum pertemuan untuk memudahkan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok melalui daring.

b) Tahap pembentukan kelompok

Setelah semua siswa bergabung dalam *zoom meeting*, peneliti atau pelatih membuka kegiatan bimbingan kelompok dengan mengucapkan salam, berdoa, dan dilanjutkan dengan menanyakan kabar. Pelatih mengucapkan terimakasih pada siswa XI MIPA 3 atas kesediannya mengikuti bimbingan kelompok hari ini. Pelatih mempresensi kehadiran siswa. Siswa diminta menyampaikan dan mendiskusikan pengalaman mempraktikkan keterampilan sosial sebelumnya di lingkungan nyata dan menerima umpan balik dari siswa lain dan pelatih.

Setelah itu, pelatih menjelaskan kegiatan teknik BST dalam bimbingan kelompok meliputi: pengertian, tujuan, dan prosedur pelaksanaan secara singkat tentang keterampilan sosial target hari ini. Pelatih membentuk kelompok pada pertemuan kedua ini yang terdiri dari 5 siswa. Pelatih dan siswa membuat dan menyepakati aturan selama layanan berlangsung yaitu menekankan tugas dan tanggung jawab setiap siswa seperti terbuka dalam menyampaikan permasalahan, siswa yang tidak berlatih agar memperhatikan, menghargai teman lain, memberikan tanggapan positif, dan tidak menyebarkan rahasia kelompok sedangkan bagi siswa yang sedang berlatih agar melakukannya secara totalitas, dan mengaktifkan kamera aplikasi *zoom* untuk melihat ekspresi yang dimunculkan. Pelatih dan siswa menyepakati kontrak waktu melaksanakan bimbingan kelompok yaitu 60 menit.

c) Tahap peralihan

Tahap peralihan ini semua siswa dijelaskan tentang kegiatan yang dilakukan selanjutnya. Pelatih menekankan kembali peran dan tanggungjawab setiap anggota siswa dalam kegiatan layanan BST dalam bimbingan kelompok. Setiap siswa diberikan keluasan bertanya mengenai tugas yang belum dipahami. Semua siswa dipersilakan menceritakan permasalahan sosial tentang cara mengatasi masalah yang dialami jika ada. Selanjutnya, siswa diberikan keluasan bertanya mengenai tugas yang belum dipahami. Peneliti atau pelatih menanyakan terkait kesiapan diri dan fokus dalam mengikuti kegiatan BST dalam bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial siswa. Terdapat kendala dalam tahap peralihan ini seperti suara dari beberapa siswa yang berlatih mendadak mati dikarenakan pengaturan suara perlu diperbaiki ulang. Setelah semua siswa siap, pelatih mengajak siswa untuk memasuki tahap kegiatan inti.

d) Tahap inti kegiatan BST

Peneliti pada tahap kegiatan ini memberikan layanan teknik *behavioral skills training* (BST) dalam bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial siswa. Materi pelatihan yang diberikan pada siswa adalah keterampilan sosial target yaitu tentang tips berkompromi dalam menghadapi masalah. Adapun prosedur teknik BST dalam bimbingan kelompok sebagai berikut.

1) Instruksi

Instruksi diberikan langsung oleh pelatih kepada siswa pelatihan untuk memberikan gambaran tepat bagaimana melaksanakan tugas perilaku keterampilan sosial target secara tertulis. Pelatih menentukan keterampilan sosial target yang akan dilatih berdasarkan analisis kebutuhan yaitu berkompromi menghadapi masalah. Pelatih memberikan alasan tentang pentingnya berkompromi menghadapi masalah dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, pelatih memberi materi menggunakan *power point* (PPT) tentang berkompromi menghadapi masalah. Pelatih kemudian meminta semua siswa mengulangi instruksi yang sudah diberikan untuk memastikan siswa memperhatikan dan memahami materi layanan.

2) *Modelling*

Pelatih memberikan model video cara berkompromi menghadapi masalah kepada semua siswa terutama siswa yang akan berlatih. Model video yang diberikan dengan mempertimbangkan situasi nyata yang dialami siswa. Pelatih memastikan semua siswa mengamati dan memperhatikan secara komprehensif disertai penguatan positif. Pelatih memberikan penekanan dalam contoh video berkompromi menghadapi masalah tentang langkah-langkah perilaku model yang akan ditirukan dalam tahap pelatihan.

3) Pelatihan

Pelatih meminta kelompok kedua yang akan melaksanakan pelatihan bermain peran yang berjudul “Liburan Akhir Semester” untuk mempersiapkan diri. Pelatih memberikan naskah drama untuk kelompok di luar kelompok pemain peran kedua. Setiap siswa yang bermain peran mengecek kembali kondisi audio dan kamera *zoom* sebelum memulai pelatihan. Setelah siap, pelatih mempersilakan kelompok pertama untuk pemanasan singkat sembari mengingat model video yang sudah diberikan sebelumnya. Siswa lain yang tidak terlibat bermain peran diminta tetap memperhatikan yang berguna untuk memberikan umpan balik pada kelompok pemain peran kedua. Setelah pemanasan dirasa cukup, kelompok siswa yang berlatih bermain peran segera mempraktikkan drama sesuai naskah drama, instruksi, dan model keterampilan sosial tentang cara berkompromi menghadapi masalah.

4) Umpan balik

Pelatih dengan segera memberikan umpan balik atas kinerja bermain peran sekaligus memberikan penguatan positif. Umpan balik suportif yang diberikan pelatih berupa memuji kelompok kedua sudah mampu memerankan masing-masing karakter yang ada dalam naskah drama sesuai dengan instruksi dan model video. Umpan balik korektif yang diberikan pelatih berupa mengingatkan pada salah satu siswa untuk konsentrasi dalam praktik agar tidak ketinggalan dialog. Pelatih selanjutnya meminta kelompok untuk

mengulangi dialog yang masih dinilai kurang. Siswa kelompok lain memberikan umpan balik positif berupa pujian atas kinerja kelompok kedua dalam bermain peran.

Setiap kelompok menyampaikan hal yang dicapai dalam layanan yaitu siswa terkadang enggan melakukan kompromi karena gengsi atau merasa benar sehingga perlu diubah agar masalah yang dialami segera terselesaikan. Hal tersebut muncul karena ingin menang sendiri dan merasa benar. Siswa memiliki rencana untuk memahami perasaan orang lain, mendengarkan alasan lawan konflik, mengurangi tuntutan pribadi, dan mengedepankan dikusi ketika menyelesaikan masalah. Pelatih dan semua siswa menyimpulkan dan merefleksikan kegiatan bimbingan kelompok. Siswa diberikan tugas untuk mempraktikkan keterampilan yang dilatih dalam situasi kehidupan nyata. Setelah mempraktikkan di luar sesi pelatihan, siswa mendiskusikan pengalamannya di sesi BST berikutnya.

e) Tahap pengakhiran

Pelatih memberikan penguatan terhadap strategi yang sudah ditemukan dalam kelompok. Perwakilan kelompok siswa memberikan kesan, pesan, dan hasil dari kegiatan layanan bimbingan kelompok yang berlangsung. Pelatih dapat menentukan tindak lanjut berupa konseling individual atau kelompok jika diperlukan. Pelatih

memberikan gambaran umum rencana layanan bimbingan kelompok selanjutnya. Kegiatan ditutup dengan salam dan berdoa bersama.

3) Pertemuan ketiga

a) Tahap persiapan

Peneliti atau pelatih memilih kelompok eksperimen untuk diberikan *treatment*, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan *treatment*. *Treatment* ketiga dilakukan pada hari Jumat 9 Oktober 2020 melalui *zoom meeting*. Peneliti menyiapkan peralatan dan perlengkapan yang diperlukan meliputi laptop, koneksi internet, aplikasi *zoom meeting*, materi layanan, video pendek stop perundungan, naskah drama tentang solusi menghindari menjadi korban, pelaku perundungan, dan hal yang dilakukan ketika melihat perundungan, dan pelatih menyiapkan presensi kelas XI MIPA 3. Peneliti memastikan siswa kelas XI MIPA 3 sudah bergabung melalui *zoom meeting* pada hari itu. Melihat kondisi siswa masih belajar dari rumah masing-masing, peneliti sudah membagikan naskah drama beserta peran masing-masing pada kelompok yang akan berlatih bermain peran sebelum pertemuan untuk memudahkan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok melalui daring.

b) Tahap pembentukan kelompok

Setelah semua siswa bergabung dalam *zoom meeting*, peneliti atau pelatih membuka kegiatan dengan mengucapkan salam, berdoa, dan dilanjutkan dengan menanyakan kabar. Pelatih mengucapkan

terimakasih atas kesediannya mengikuti layanan bimbingan kelompok. Pelatih mempresensi kehadiran siswa. Siswa diminta menyampaikan dan mendiskusikan pengalaman mempraktikan keterampilan sosial sebelumnya di lingkungan nyata dan menerima umpan balik dari siswa lain dan pelatih.

Setelah itu, pelatih menjelaskan kegiatan teknik BST dalam bimbingan kelompok meliputi: pengertian, tujuan, dan prosedur pelaksanaan secara singkat tentang keterampilan sosial target hari ini. Pelatih membentuk kelompok pada pertemuan ketiga yang terdiri dari 10 siswa. Pelatih dan siswa membuat dan menyepakati aturan, yaitu menekankan tugas dan tanggung jawab setiap siswa seperti terbuka dalam menyampaikan permasalahan, siswa yang tidak berlatih BST agar memperhatikan, menghargai teman lain, memberikan tanggapan positif, dan tidak menyebarkan rahasia kelompok sedangkan bagi siswa yang sedang berlatih agar melakukannya secara totalitas, dan mengaktifkan kamera aplikasi *zoom* untuk melihat ekspresi yang dimunculkan. Pelatih dan siswa menyepakati kontrak waktu melaksanakan bimbingan kelompok yaitu 60 menit.

c) Tahap peralihan

Tahap peralihan ini semua siswa dijelaskan tentang kegiatan yang akan dilakukan selanjutnya. Pelatih menekankan kembali peran dan tanggungjawab setiap anggota siswa dalam kegiatan bimbingan kelompok. Setiap siswa diberikan keluasaan bertanya mengenai tugas

yang belum dipahami. Semua siswa dipersilakan menceritakan permasalahan sosial tentang perundungan yang pernah dialami jika ada. Selanjutnya, siswa diberikan keluasaan bertanya mengenai tugas yang belum dipahami. Peneliti atau pelatih menanyakan terkait kesiapan diri dan fokus dalam mengikuti kegiatan BST dalam bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial siswa. Terdapat kendala dalam tahap peralihan ini seperti mic dari beberapa siswa yang berlatih mati dikarenakan pengaturan suara perlu diperbaiki ulang. Ada pemeran yang belum bergabung kemudian digantikan teman lain yang bersedia. Setelah semua siswa siap, pelatih mengajak siswa untuk memasuki tahap kegiatan inti.

d) Tahap inti kegiatan BST

Peneliti pada tahap kegiatan ini memberikan layanan teknik *behavioral skills training* (BST) dalam bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial siswa. Materi pelatihan yang diberikan pada siswa tentang stop perundungan. Adapun prosedur teknik BST dalam bimbingan kelompok sebagai berikut.

1) Instruksi

Instruksi diberikan langsung oleh pelatih kepada siswa pelatihan untuk memberikan gambaran tepat bagaimana melaksanakan tugas perilaku keterampilan sosial target secara tertulis. Pelatih menentukan keterampilan sosial target yang akan dilatih berdasarkan analisis kebutuhan yaitu stop perundungan yang

meliputi solusi menghindari menjadi korban, pelaku perundungan, dan hal yang dilakukan ketika melihat perundungan. Pelatih memberikan alasan tentang pentingnya menghindari menjadi korban, pelaku perundungan, dan hal yang dilakukan ketika melihat perundungan dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, pelatih memberi materi menggunakan *power point* (PPT) tentang stop perundungan. Pelatih kemudian meminta semua siswa mengulangi instruksi yang sudah diberikan untuk memastikan siswa memperhatikan dan memahami materi layanan.

2) *Modelling*

Pelatih memberikan model video dampak perundungan dan solusi menghadapi perundungan kepada semua siswa terutama siswa yang akan berlatih. Model video yang diberikan dengan mempertimbangkan situasi nyata yang dialami siswa. Pelatih memastikan semua siswa mengamati dan memperhatikan secara komprehensif disertai penguatan positif. Pelatih memberikan penekanan dalam video tentang solusi menghadapi perundungan dari sudut pandang korban, pelaku, dan teman yang melihat perundungan yang akan ditirukan dalam tahap pelatihan.

3) *Pelatihan*

Pelatih meminta kelompok ketiga yang akan melaksanakan pelatihan bermain peran yang berjudul “perundung yang beruntung” untuk mempersiapkan diri. Pelatih memberikan naskah drama untuk

kelompok di luar kelompok pemain peran ketiga. Setiap siswa yang bermain peran mengecek kembali kondisi audio dan kamera *zoom* sebelum memulai pelatihan. Setelah siap, pelatih mempersilakan kelompok ketiga untuk pemanasan singkat sembari mengingat model video yang sudah diberikan sebelumnya. Siswa lain yang tidak terlibat bermain peran diminta tetap memperhatikan yang berguna untuk memberikan umpan balik pada kelompok pemain peran ketiga. Setelah pemanasan dirasa cukup, kelompok siswa yang berlatih bermain peran segera mempraktikkan drama sesuai naskah drama, instruksi, dan model keterampilan sosial tentang cara menghindari menjadi korban, pelaku perundungan, dan hal yang dilakukan ketika melihat perundungan.

4) Umpan balik

Pelatih dengan segera memberikan umpan balik atas kinerja bermain peran sekaligus memberikan penguatan positif. Umpan balik suportif yang diberikan pelatih berupa memuji kelompok ketiga sudah mampu memerankan masing-masing karakter yang ada dalam naskah drama sesuai dengan instruksi dan model video. Umpan balik korektif yang diberikan pelatih berupa mengingatkan pada dua siswa untuk mengeluarkan ekspresi yang tepat sesuai dengan dialog. Pelatih meminta dua siswa untuk mengulangi pelatihan yang masih dinilai kurang ekspresif dibantu teman lain. Siswa kelompok lain memberikan umpan balik positif berupa pujian

atas kinerja kelompok ketiga dan memberi saran untuk beberapa pemain peran untuk tidak malu dalam bermain peran.

Setiap kelompok menyampaikan hal yang dicapai dalam layanan yaitu beberapa siswa cuek ketika melihat teman lain mengalami perundungan tetapi enggan menyampaikan ke guru sehingga perlu diubah agar tidak terjadi perundungan terus menerus di kemudian hari. Hal tersebut muncul karena siswa yang melihat perundungan takut melaporkan ke guru. Siswa memiliki rencana dalam menghadapi perundungan seperti berbicara pada pelaku perundungan bahwa perilaku tersebut tidak diterima, menjadi penengah antara pelaku dan korban perundungan, menjauhkan korban pada situasi yang memungkinkan mengalami perundungan, bersedia mendengarkan curhatan korban perundungan, dan membantu melaporkan perundungan ke guru. Pelatih dan semua siswa menyimpulkan dan merefleksikan kegiatan bimbingan kelompok. Siswa diberikan tugas untuk mempraktikkan keterampilan yang dilatih dalam situasi kehidupan nyata. Setelah mempraktikkan di luar sesi pelatihan, siswa mendiskusikan pengalamannya di sesi BST berikutnya.

e) Tahap pengakhiran

Pelatih memberikan penguatan terhadap strategi yang sudah ditemukan dalam kelompok. Perwakilan kelompok siswa memberikan kesan, pesan, dan hasil dari kegiatan layanan bimbingan kelompok

yang berlangsung. Pelatih dapat menentukan tindak lanjut berupa konseling individual atau konseling kelompok jika diperlukan. Pelatih memberikan gambaran umum rencana layanan bimbingan kelompok selanjutnya. Kegiatan ditutup dengan salam dan berdoa bersama.

4) Pertemuan keempat

a) Tahap persiapan

Peneliti atau pelatih memilih kelompok eksperimen untuk diberikan *treatment*, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan *treatment*. *Treatment* keempat dilakukan pada hari Selasa 13 Oktober 2020 melalui *zoom meeting*. Peneliti menyiapkan peralatan dan perlengkapan yang diperlukan meliputi laptop, koneksi internet, aplikasi *zoom meeting*, materi layanan, video pendek, naskah drama tentang tips menyapa orang lain, dan presensi kelas XI MIPA 3. Peneliti memastikan siswa kelas XI MIPA 3 sudah bergabung melalui *zoom meeting* pada hari itu. Melihat kondisi siswa masih belajar dari rumah masing-masing, peneliti sudah membagikan naskah drama beserta peran masing-masing pada kelompok yang akan berlatih bermain peran sebelum pertemuan untuk memudahkan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok melalui daring.

b) Tahap pembentukan kelompok

Setelah semua siswa bergabung dalam *zoom meeting*, peneliti atau pelatih membuka kegiatan dengan mengucapkan salam, berdoa, dan dilanjutkan dengan menanyakan kabar. Pelatih mengucapkan

terimakasih atas kesediannya mengikuti layanan bimbingan kelompok hari ini. Pelatih mempresensi kehadiran siswa. Siswa diminta menyampaikan dan mendiskusikan pengalaman mempraktikkan keterampilan sosial sebelumnya di lingkungan nyata dan menerima umpan balik dari siswa lain dan pelatih.

Setelah itu, pelatih menjelaskan kegiatan teknik BST dalam bimbingan kelompok meliputi: pengertian, tujuan, dan prosedur pelaksanaan secara singkat tentang keterampilan sosial target hari ini. Pelatih membentuk kelompok pada pertemuan keempat yang terdiri dari 10 siswa. Pelatih dan siswa membuat dan menyepakati aturan, yaitu menekankan tugas dan tanggung jawab setiap siswa seperti terbuka dalam menyampaikan permasalahan, siswa yang tidak berlatih BST supaya memperhatikan, menghargai teman lain, memberikan tanggapan positif, dan tidak menyebarkan rahasia kelompok sedangkan bagi siswa yang sedang berlatih agar melakukannya secara totalitas, dan mengaktifkan kamera aplikasi *zoom* untuk melihat ekspresi yang dimunculkan. Pelatih dan siswa menyepakati kontrak waktu melaksanakan bimbingan kelompok yaitu 60 menit.

c) Tahap peralihan

Tahap peralihan ini semua siswa dijelaskan tentang kegiatan yang akan dilakukan selanjutnya. Pelatih menekankan kembali peran dan tanggungjawab setiap anggota siswa dalam kegiatan bimbingan

kelompok. Setiap siswa diberikan keluasaan bertanya mengenai tugas yang belum dipahami. Semua siswa dipersilakan menceritakan permasalahan sosial tentang pengalaman malu atau enggan menyapa orang lain terlebih dahulu yang pernah dialami jika ada. Selanjutnya, siswa diberikan keluasaan bertanya mengenai tugas yang belum dipahami. Peneliti atau pelatih menanyakan terkait kesiapan diri dan fokus dalam mengikuti kegiatan BST dalam bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial siswa. Ada beberapa kendala dalam tahap peralihan ini seperti mic atau suara dari 3 siswa yang berlatih mati dikarenakan jaringan internet siswa bermasalah sehingga perlu menunggu jaringan normal. Tidak semua kamera *zoom* bisa digunakan karena *gadget* beberapa siswa yang berlatih tidak memadai sehingga hanya menampilkan suara tanpa bisa melihat ekspresi wajah. Terdapat 1 pemeran yang tidak bisa mengikuti pelatihan hari ini, kemudian digantikan teman lain yang bersedia. Setelah semua siswa siap, pelatih mengajak siswa untuk memasuki tahap kegiatan inti.

d) Tahap inti kegiatan BST

Peneliti pada tahap kegiatan ini memberikan layanan teknik *behavioral skills training* (BST) dalam bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial siswa. Materi pelatihan yang diberikan pada siswa tentang tips menyapa orang lain. Adapun prosedur teknik BST dalam bimbingan kelompok sebagai berikut.

1) Instruksi

Instruksi diberikan langsung oleh pelatih kepada siswa pelatihan untuk memberikan gambaran tepat bagaimana melaksanakan tugas perilaku keterampilan sosial target secara tertulis. Pelatih menentukan keterampilan sosial target yang akan dilatih berdasarkan analisis kebutuhan yaitu menyapa dan memulai percakapan dengan orang lain. Pelatih memberikan alasan tentang pentingnya dan manfaat yang dirasakan ketika menyapa dan memulai percakapan dengan orang lain dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, pelatih memberi materi menggunakan *power point* (PPT) tentang tips menyapa dan memulai percakapan dengan orang lain. Pelatih meminta semua siswa mengulangi instruksi yang sudah diberikan untuk memastikan siswa memperhatikan dan memahami materi layanan.

2) *Modelling*

Pelatih memberikan model video menyapa dan memulai berbicara pada orang lain kepada semua siswa terutama siswa yang akan berlatih. Model video yang diberikan dengan mempertimbangkan situasi nyata yang dialami siswa. Pelatih memastikan semua siswa mengamati dan memperhatikan secara komprehensif disertai penguatan positif. Pelatih memberikan penekanan dalam video tentang solusi menghadapi perundungan dari sudut pandang korban, pelaku, dan teman yang melihat perundungan yang akan ditirukan dalam tahap pelatihan.

3) Pelatihan

Pelatih meminta kelompok keempat yang akan melaksanakan pelatihan bermain peran yang berjudul “teman baru” untuk mempersiapkan diri. Pelatih memberikan naskah drama untuk kelompok di luar kelompok pemain peran keempat. Setiap siswa yang bermain peran mengecek kembali kondisi audio dan kamera *zoom* sebelum memulai pelatihan. Setelah siap, pelatih mempersilakan kelompok keempat untuk pemanasan singkat sembari mengingat model video yang sudah diberikan sebelumnya. Siswa lain yang tidak terlibat bermain peran diminta tetap memperhatikan yang berguna untuk memberikan umpan balik pada kelompok pemain peran keempat. Setelah pemanasan dirasa cukup, kelompok siswa yang berlatih bermain peran segera mempraktikkan drama sesuai naskah drama, instruksi, dan model keterampilan sosial tentang menyapa dan memulai percakapan dengan orang lain.

4) Umpan balik

Pelatih dengan segera memberikan umpan balik setelah selesai pelatihan atas kinerja bermain peran sekaligus memberikan penguatan positif. Umpan balik suportif yang diberikan pelatih berupa memuji kelompok keempat sudah mampu memerankan masing-masing karakter yang ada dalam naskah drama sesuai dengan instruksi dan model video. Umpan balik korektif yang diberikan pelatih berupa meminta 3 siswa yang belum memunculkan

ekspresi dengan tepat dan intonasinya masih kurang untuk mengulangi pelatihan sesuai naskah drama sampai diperoleh ekspresi dan intonasi yang tepat dengan dibantu teman lain. Siswa kelompok lain memberikan umpan balik positif berupa pujian atas kinerja kelompok keempat dan memberi saran untuk lebih fokus pada beberapa siswa agar tidak terlewat dialog dalam bermain peran.

Setiap kelompok menyampaikan apa yang dicapai dalam layanan yaitu beberapa siswa masih enggan untuk menyapa dan memulai berbicara dengan orang lain yang ternyata dapat menghambat relasi dan memperoleh informasi baru sehingga perlu diubah. Hal tersebut muncul karena rasa malu, tidak percaya diri, dan kebingungan mencari topik pembicaraan. Siswa memiliki komitmen rencana untuk melatih kepercayaan diri, berani memulai menyapa orang lain terlebih dahulu termasuk pada orang yang baru dikenal, bisa memulai membahas hal yang dekat seperti kesukaan atau hobi dan kegiatan sehari-hari untuk memulai pembicaraan. Pelatih dan semua siswa menyimpulkan dan merefleksikan kegiatan bimbingan kelompok. Siswa diberikan tugas untuk mempraktikkan keterampilan yang dilatih dalam situasi kehidupan nyata. Setelah mempraktikkan di luar sesi pelatihan, siswa mendiskusikan pengalamannya di sesi BST berikutnya.

e) Tahap pengakhiran

Pelatih memberikan penguatan terhadap strategi yang sudah ditemukan dalam kelompok. Perwakilan kelompok siswa memberikan kesan, pesan, dan hasil dari kegiatan layanan bimbingan kelompok yang berlangsung. Pelatih dapat menentukan tindak lanjut berupa konseling individual atau konseling kelompok jika diperlukan. Pelatih memberikan gambaran umum rencana layanan bimbingan kelompok selanjutnya. Kegiatan ditutup dengan salam dan berdoa bersama.

5) Pertemuan kelima

a) Tahap persiapan

Peneliti atau pelatih memilih kelompok eksperimen untuk diberikan *treatment*, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan *treatment*. *Treatment* kelima dilakukan pada hari Jumat 16 Oktober 2020 melalui *zoom meeting*. Peneliti menyiapkan peralatan dan perlengkapan yang diperlukan meliputi laptop, koneksi internet, aplikasi *zoom meeting*, materi layanan, video pendek, naskah drama tentang aktif dalam diskusi kelompok, dan presensi kelas XI MIPA 3. Peneliti memastikan siswa kelas XI MIPA 3 sudah bergabung melalui *zoom meeting* pada hari ini. Melihat kondisi siswa masih belajar dari rumah masing-masing, peneliti sudah membagikan naskah drama beserta peran masing-masing pada kelompok yang akan berlatih bermain peran sebelum pertemuan untuk memudahkan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok melalui daring.

b) Tahap pembentukan kelompok

Setelah semua siswa bergabung dalam *zoom meeting*, peneliti atau pelatih membuka kegiatan dengan mengucapkan salam, berdoa, dan dilanjutkan dengan menanyakan kabar. Pelatih mengucapkan terimakasih atas kesediannya mengikuti layanan bimbingan kelompok hari ini. Pelatih mempresensi kehadiran siswa. Siswa diminta menyampaikan dan mendiskusikan pengalaman mempraktikkan keterampilan sosial sebelumnya di lingkungan nyata dan menerima umpan balik dari siswa lain dan pelatih.

Setelah itu, pelatih menjelaskan kegiatan teknik BST dalam bimbingan kelompok meliputi: pengertian, tujuan, dan prosedur secara singkat tentang keterampilan sosial target hari ini. Pelatih membentuk kelompok pada pertemuan kelima yang terdiri dari 5 siswa. Pelatih dan siswa membuat dan menyepakati aturan, yaitu menekankan tugas dan tanggung jawab setiap siswa seperti terbuka dalam menyampaikan permasalahan, siswa yang tidak berlatih BST supaya memperhatikan, menghargai teman lain, memberikan tanggapan positif, dan tidak menyebarkan rahasia kelompok sedangkan bagi siswa yang sedang berlatih agar melakukannya secara totalitas, dan mengaktifkan kamera aplikasi *zoom* untuk melihat ekspresi yang dimunculkan. Pelatih dan siswa menyepakati kontrak waktu melaksanakan bimbingan kelompok yaitu 60 menit.

c) Tahap peralihan

Tahap peralihan ini siswa dijelaskan tentang kegiatan yang akan dilakukan selanjutnya. Pelatih menekankan kembali peran dan tanggungjawab setiap anggota siswa dalam kegiatan bimbingan kelompok. Setiap siswa diberikan keluasan bertanya mengenai tugas yang belum dipahami. Semua siswa dipersilakan menceritakan permasalahan sosial tentang pengalaman pasif dalam diskusi kelompok atau pernah sekelompok dengan orang yang pasif dalam diskusi kelompok jika ada. Selanjutnya, siswa diberikan keluasan bertanya mengenai tugas yang belum dipahami. Peneliti atau pelatih menanyakan terkait kesiapan diri dan fokus dalam mengikuti kegiatan BST dalam bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial. Muncul beberapa kendala dalam tahap peralihan ini seperti satu siswa yang berlatih bermain peran tidak bisa ikut, kamera *zoom* dua siswa yang berlatih tidak bisa terhubung karena terkendala jaringan internet. Siswa yang tidak bisa berlatih digantikan teman lain yang bersedia. Setelah menunggu beberapa menit kamera *zoom* dua siswa tetap tidak bisa digunakan sehingga hanya menampilkan suara tanpa bisa melihat ekspresi wajah. Setelah semua siswa siap, pelatih mengajak siswa untuk memasuki tahap kegiatan inti.

d) Tahap inti kegiatan BST

Pelatih pada tahap kegiatan ini memberikan layanan teknik *behavioral skills training* (BST) dalam bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial siswa. Materi pelatihan yang diberikan pada siswa

tentang tips aktif diskusi kelompok. Adapun prosedur teknik BST dalam bimbingan kelompok sebagai berikut.

1) Instruksi

Instruksi diberikan langsung oleh pelatih kepada siswa pelatihan untuk memberikan gambaran tepat melaksanakan tugas perilaku keterampilan sosial target. Pelatih menentukan keterampilan sosial target yang akan dilatih berdasarkan analisis kebutuhan yaitu aktif diskusi kelompok. Pelatih memberikan alasan tentang tujuan dan manfaat yang dirasakan ketika aktif diskusi kelompok. Selain itu, pelatih memberi materi menggunakan *power point* (PPT) tentang tips aktif dalam diskusi kelompok. Pelatih meminta semua siswa mengulangi instruksi yang sudah diberikan untuk memastikan siswa memperhatikan dan memahami materi layanan.

2) *Modelling*

Pelatih memberikan model video aktif dalam diskusi kelompok kepada semua siswa terutama siswa yang akan berlatih. Model video yang diberikan dengan mempertimbangkan situasi nyata yang dialami siswa. Pelatih memastikan semua siswa mengamati dan memperhatikan secara komprehensif disertai penguatan positif. Pelatih memberikan penekanan perilaku dalam video tentang aktif dalam diskusi kelompok yang akan ditirukan dalam tahap pelatihan.

3) Pelatihan

Pelatih meminta kelompok keempat yang akan melaksanakan pelatihan bermain peran yang berjudul “sosmed kawan atau lawan” untuk mempersiapkan diri. Pelatih memberikan naskah drama untuk kelompok di luar kelompok pemain peran keempat. Setiap siswa yang bermain peran mengecek kembali kondisi audio dan kamera *zoom* sebelum memulai pelatihan. Setelah siap, pelatih mempersilakan kelompok kelima untuk pemanasan singkat sembari mengingat model video yang sudah diberikan sebelumnya. Siswa lain yang tidak terlibat bermain peran diminta tetap memperhatikan yang berguna untuk memberikan umpan balik pada kelompok pemain peran kelima. Setelah pemanasan dirasa cukup, kelompok siswa yang berlatih bermain peran segera mempraktikkan drama sesuai naskah drama, instruksi, dan model keterampilan sosial tentang aktif dalam diskusi kelompok.

4) Umpan balik

Pelatih dengan segera memberikan umpan balik setelah selesai pelatihan atas kinerja bermain peran sekaligus memberikan penguatan positif. Umpan balik suportif yang diberikan pelatih berupa memuji kelompok kelima sudah mampu memerankan masing-masing karakter yang ada dalam naskah drama sesuai dengan instruksi dan model video. Tidak ada umpan balik korektif

yang diberikan pelatih karena siswa yang berlatih sudah memunculkan ekspresi dan intonasi dengan tepat. Siswa kelompok lain memberikan umpan balik positif berupa pujian atas kinerja kelompok kelima.

Setiap kelompok menyampaikan hal yang dirasakan atau dicapai dalam layanan yaitu beberapa siswa terkadang belum aktif atau pasif dalam diskusi kelompok di kelas yang ternyata dapat membuat teman sekelompok tidak nyaman sehingga perlu diubah. Hal tersebut muncul karena tidak percaya diri, rasa malu, dan takut salah dalam menyampaikan pendapat. Siswa memiliki komitmen rencana untuk melatih kepercayaan diri dan percaya pada kemampuan diri, berani menyampaikan pendapat meskipun berbeda dengan alasan yang logis, dan memulai berbicara meskipun sebatas mendukung atau menguatkan pendapat teman lain. Pelatih dan semua siswa menyimpulkan dan merefleksikan kegiatan bimbingan kelompok. Siswa diberikan tugas untuk mempraktikkan keterampilan yang dilatih dalam situasi kehidupan nyata. Setelah mempraktikkan di luar sesi pelatihan, siswa mendiskusikan pengalamannya di sesi BST berikutnya.

e) Tahap pengakhiran

Pelatih memberikan penguatan terhadap strategi yang sudah ditemukan dalam kelompok. Perwakilan kelompok siswa memberikan kesan, pesan, dan hasil dari kegiatan layanan bimbingan kelompok

yang berlangsung. Pelatih dapat menentukan tindak lanjut berupa konseling individual atau kelompok jika diperlukan. Pelatih memberikan gambaran umum rencana layanan bimbingan kelompok selanjutnya. Kegiatan ditutup dengan salam dan berdoa bersama.

c. *Posttest* Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Setelah lima kali pemberian *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok, peneliti kemudian memberikan *posttest* keterampilan sosial pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. *Posttest* kelompok kontrol dilaksanakan pada tanggal 22 Oktober 2020, sedangkan kelompok eksperimen pada tanggal 23 Oktober 2020. Tujuan memberikan *posttest* ini adalah untuk melihat dan membuktikan sejauh mana dampak atau perubahan yang muncul pada kelompok eksperimen setelah diberikan *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok.

Posttest kelompok kelas kontrol adalah data keterampilan sosial siswa tanpa diberikan *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok. Berdasarkan skor *posttest* keterampilan sosial kelompok kontrol tanpa diberikan *treatment* diperoleh nilai tertinggi sebesar 406 sedangkan skor terendah adalah 283. *Median* kelompok kontrol diperoleh sebesar 324, *modus* kelompok kontrol adalah 309, dan *standar deviasi* kelompok kontrol sebesar 34.013. *Posttest* kelompok kelas eksperimen adalah data keterampilan sosial siswa setelah diberikan *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok. Berdasarkan skor *posttest* keterampilan sosial

kelompok eksperimen setelah diberikan *treatment* diperoleh nilai tertinggi sebesar 403 sedangkan skor terendah adalah 285. *Median* kelompok eksperimen diperoleh sebesar 326, *modus* kelompok eksperimen sebesar 323, dan *standar deviasi* kelompok eksperimen sebesar 26,685. Selanjutnya, data keterampilan sosial siswa kelompok eksperimen dan kontrol dikategorikan menjadi 5 kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah.

Pengkategorisasian data keterampilan sosial siswa kelompok kontrol tanpa diberikan *treatment* dan kelompok eksperimen setelah diberikan *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok dilakukan menggunakan skala keterampilan sosial siswa sebanyak 106 item dengan 4 alternatif jawaban dengan alternatif penilaian tertinggi adalah 4 dan alternatif penilaian terendah adalah 1. Berdasarkan rumusan alternatif, diketahui bahwa skor jawaban terendah dari skala keterampilan sosial adalah 106 dan skor jawaban tertinggi adalah 424. Diketahui rerata ideal kelompok kontrol sebesar 265 dan standar deviasinya sebesar 53. Berpedoman perhitungan tersebut, dapat dirumuskan tabel distribusi *posttest* keterampilan sosial siswa kelompok kontrol sebagai berikut.

Tabel 7. Kategorisasi data *posttest* keterampilan sosial siswa kelompok kontrol dan kelompok eksperimen

No.	Kategori	Interval Skor	Kelompok Kontrol		Kelompok Eksperimen	
			Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Tinggi	$345 < X$	10	34%	10	29%
2	Tinggi	$292 < X \leq 345$	17	59%	24	68%
3	Sedang	$239 < X \leq 292$	2	7%	1	3%
4	Rendah	$186 < X \leq 239$	0	0	0	0

5	Sangat Rendah	$X \leq 186$	0	0	0	0
Jumlah			29	100%	35	100%

Berdasarkan tabel 7 kategorisasi data *posttest* keterampilan sosial siswa, dapat dijelaskan bahwa keterampilan sosial siswa kelompok kontrol tanpa diberikan *treatment* berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 10 siswa (34%), berada pada kategori tinggi sebanyak 17 siswa (59%), berada pada kategori sedang sebanyak 2 siswa (7%), serta berada pada kategori rendah dan sangat rendah sebanyak 0 siswa. Hasil tersebut diperoleh dari *posttest* keterampilan sosial siswa kepada kelas XI MIPA 1 sebanyak 29 siswa.

Berdasarkan tabel 7 kategorisasi data *posttest* keterampilan sosial siswa, dapat dijelaskan bahwa keterampilan sosial siswa kelompok eksperimen setelah diberikan *treatment* menggunakan teknik BST dalam bimbingan kelompok berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 10 siswa (29%), berada pada kategori tinggi sebanyak 24 siswa (68%), berada pada kategori sedang sebanyak 1 siswa (3%), serta berada kategori rendah dan sangat rendah sebanyak 0 siswa. Hasil tersebut diperoleh dari *posttest* keterampilan sosial siswa kepada kelas XI MIPA 3 sebanyak 35 siswa.

Setelah mengetahui hasil distribusi keterampilan sosial siswa kelompok eksperimen dan kontrol, selanjutnya peneliti menghitung hasil rerata *posttest* keterampilan sosial siswa kelompok kontrol dan kelompok eksperimen setelah diberikan skala keterampilan sosial yang dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 8. Rerata *Posttest* Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Kontrol dan Eksperimen

Kelompok Kontrol	Kelompok Eksperimen
332,275	333,514

Memperhatikan tabel 8. rerata *posttest*, dapat dijabarkan bahwa nilai rerata *posttest* keterampilan sosial siswa kelompok kontrol sebesar 332,275 dari 29 siswa. Selanjutnya, nilai rerata *posttest* keterampilan sosial siswa kelompok eksperimen sebesar 333,514 dari 35 siswa. Adapun persentase dari setiap rerata *posttest* keterampilan sosial siswa kelompok kontrol dan eksperimen dapat dilihat pada lampiran halaman 282. Dapat diketahui bahwa persentase perbandingan rerata *posttest* keterampilan sosial siswa kelompok kontrol sebesar 50% dan persentase rerata *posttest* keterampilan sosial siswa kelompok eksperimen sebesar 50%. Dapat dimaknai bahwa persentase nilai rerata *posttest* keterampilan sosial kelompok kontrol sama dengan nilai rerata *posttest* kelompok eksperimen. Meski demikian, rerata *posttest* kelompok eksperimen lebih tinggi daripada kelompok kontrol.

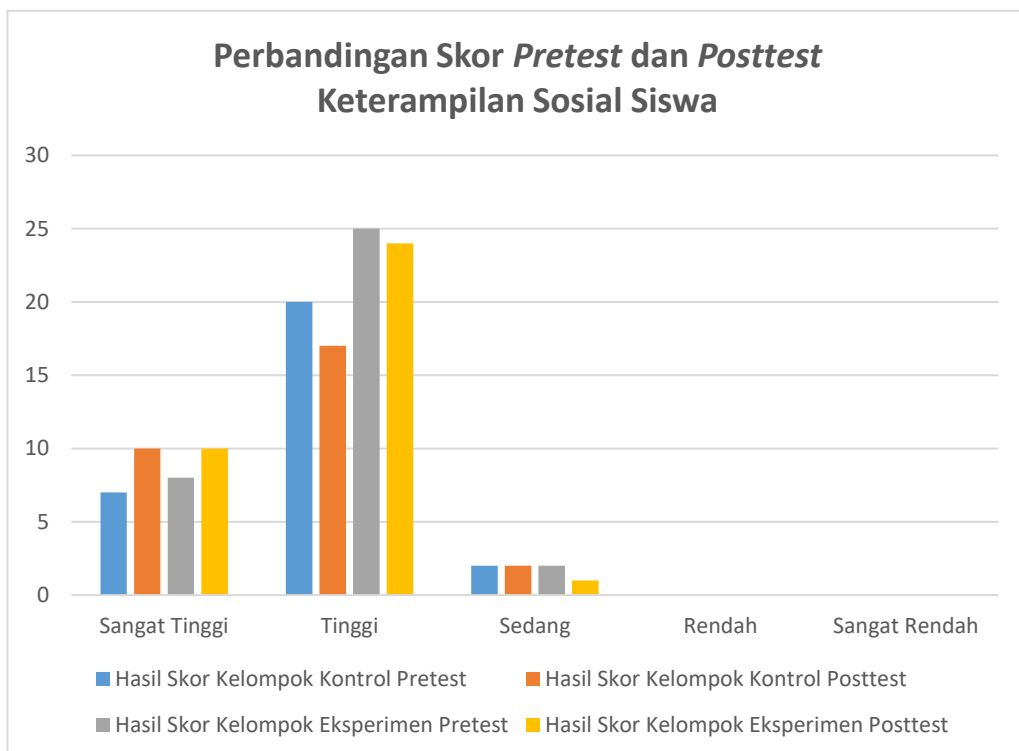
d. Perbandingan Hasil Pengukuran *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Kontrol dan Eksperimen

Berdasarkan hasil pengukuran data *pretest* dan *posttest* keterampilan sosial siswa kelompok kontrol dan eksperimen dapat dicermati pada tabel berikut.

Tabel 9. Perbandingan Skor *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan Sosial Siswa

No.	Kategori	Kelompok Kontrol		Kelompok Eksperimen	
		<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
1	Sangat Tinggi	7	10	8	10
2	Tinggi	20	17	25	24
3	Sedang	2	2	2	1
4	Rendah	0	0	0	0
5	Sangat Rendah	0	0	0	0

Berdasarkan perbandingan skor *pretest* dan *posttest* pada tabel 9, dapat disimpulkan bahwa baik kelompok kontrol dan eksperimen mengalami perubahan peningkatan skor. Perbandingan skor *pretest* keterampilan sosial siswa dan *posttest* keterampilan sosial siswa disajikan pada grafik berikut.



Gambar 3. Histogram Perbandingan Skor *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan Sosial

Berdasarkan gambar 3 tentang perbandingan skor *pretest* dan *posttest* keterampilan sosial bahwa terdapat peningkatan keterampilan sosial siswa pada kelompok kontrol dan eksperimen.

2. Data Deskriptif

a. Kategorisasi skor

Kategorisasi skor untuk menentukan tingkat keterampilan sosial siswa dengan rentang skor sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Setiap siswa dikelompokkan dalam berbagai rentang kategorisasi yang kemudian digunakan peneliti untuk menentukan siswa yang mengalami dan tidak mengalami defisit keterampilan sosial. Dikatakan mengalami defisit keterampilan sosial jika rentang skor siswa dari rendah sampai tinggi. Sedangkan kategori sangat tinggi dimaknai tidak mengalami defisit keterampilan sosial. Berikut cara mengetahui kategorisasi keterampilan sosial siswa.

- 1) Mencari skor maksimal dan minimal

$$\text{Skor } max : 4 \times 106 = 424, \quad \text{Skor } min : 1 \times 106 = 106$$

- 2) Menghitung mean ideal $\frac{1}{2}$ ($\text{Skor } max + \text{Skor } min$) = $\frac{1}{2}$ (424 + 106) = 265

- 3) Menghitung Standar Deviasi

$$\frac{1}{6} (\text{Skor } max - \text{Skor } min) = \frac{1}{6} (424 - 106) = 53, \text{ Dapat dirumuskan kategorisasi skor sebagai berikut.}$$

Tabel 10. Kategorisasi Keterampilan Sosial Siswa

No	Rumus Kategorisasi	Kategori Keterampilan Sosial Siswa	Rentang Skor
1	$X < M - 1,5SD$	Sangat Tinggi	346 <
2	$M - 1,5SD < X < M - 0,5SD$	Tinggi	293 – 345
3	$M - 0,5SD < X < M + 0,5SD$	Sedang	240 – 292
4	$M + 0,5SD < X < M + 1,5SD$	Rendah	187 – 239

5	$M + 1,5SD < X$	Sangat Rendah	≤ 186
---	-----------------	---------------	------------

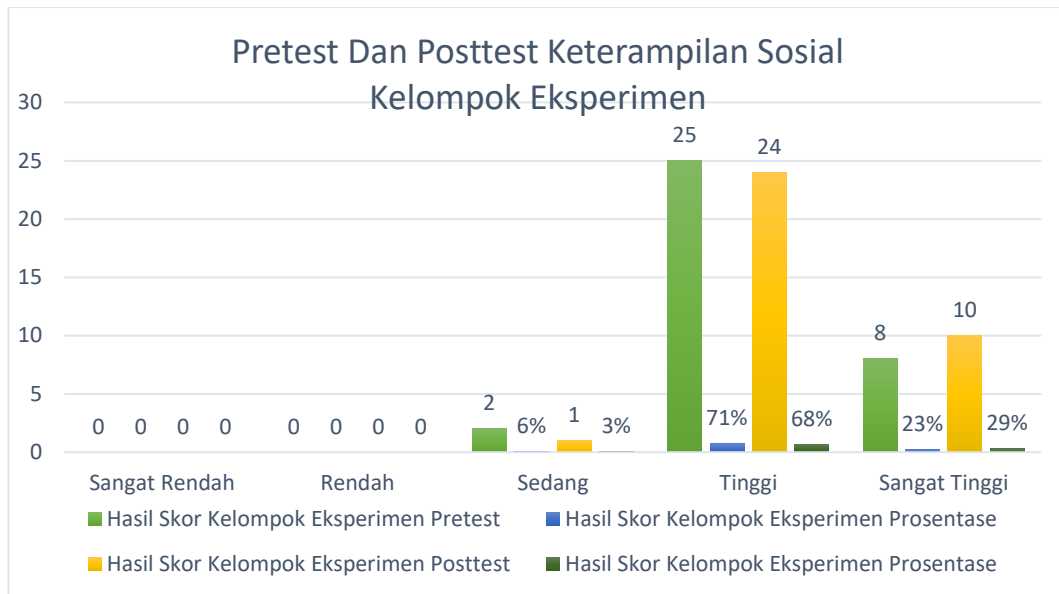
b. Data Deskriptif Hasil *Pre-test* dan *Post-test* Keterampilan Sosial Siswa Kelas XI MIPA 3 (Kelompok Eksperimen)

Berikut ini merupakan tabel deskriptif keterampilan sosial siswa pada kelompok eksperimen

Tabel 11. Hasil *Pretest* dan *Posttests* Keterampilan Sosial Siswa Kelas XI MIPA 3 (Kelompok Ekperimen)

No	Nama	Skor <i>Pretest</i>	Kategori	Skor <i>Posttest</i>	Kategori
1	MRFF	355	Sangat Tinggi	350	Sangat Tinggi
2	RAP	281	Sedang	285	Sedang
3	IFR	316	Tinggi	331	Tinggi
4	MOK	320	Tinggi	316	Tinggi
5	AAP	331	Tinggi	350	Sangat Tinggi
6	MPH	337	Tinggi	326	Tinggi
7	Muh. AMG	370	Sangat Tinggi	380	Sangat Tinggi
8	AMS	301	Tinggi	315	Tinggi
9	CEKC	317	Tinggi	333	Tinggi
10	DRA	339	Tinggi	325	Tinggi
11	HRK	314	Tinggi	323	Tinggi
12	ASA	297	Tinggi	311	Tinggi
13	DDD	309	Tinggi	299	Tinggi
14	QADS	324	Tinggi	315	Tinggi
15	DAK	313	Tinggi	321	Tinggi
16	NRM	400	Sangat Tinggi	403	Sangat Tinggi
17	RCB	321	Tinggi	316	Tinggi
18	BPM	371	Sangat Tinggi	381	Sangat Tinggi
19	AMJ	306	Tinggi	314	Tinggi
20	NKDT	294	Tinggi	309	Tinggi
21	FBK	330	Tinggi	326	Tinggi
22	HID	300	Tinggi	313	Tinggi
23	ENW	315	Tinggi	329	Tinggi
24	MRP	321	Tinggi	337	Tinggi
25	FAP	295	Tinggi	315	Tinggi
26	L	366	Sangat Tinggi	371	Sangat Tinggi
27	FZR	349	Sangat Tinggi	361	Sangat Tinggi
28	AIAW	312	Tinggi	323	Tinggi
29	ARP	333	Tinggi	347	Sangat Tinggi
30	RAPE	368	Sangat Tinggi	381	Sangat Tinggi
31	NAM	325	Tinggi	335	Tinggi
32	MT	333	Tinggi	323	Tinggi
33	SJP	290	Sedang	306	Tinggi
34	RNK	318	Tinggi	334	Tinggi
35	AB	363	Sangat Tinggi	369	Sangat Tinggi
Jumlah Skor		11.434	Jumlah Skor	11.673	Tinggi
Rerata		326.685	Rerata	333,514	

Memperhatikan hasil *pretest* dan *posttests* keterampilan sosial kelompok eksperimen pada tabel 11, jika dibuat grafik adalah sebagai berikut.



Gambar 4. Grafik Histogram *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen

Dapat diketahui dari gambar 4 terdapat siswa yang memiliki berbagai tingkatan keterampilan sosial pada *pretest* kelompok eksperimen yang terbagi dalam beberapa kategori, yaitu 23% sangat tinggi, 71% tinggi, dan 6% sedang. Dapat diketahui tingkatan keterampilan sosial pada *posttest* kelompok eksperimen yang terbagi dalam beberapa kategori, yakni 29% sangat tinggi, 68% tinggi, dan sedang 3%. Rerata *pretest* sebesar 326,685 dan *posttest* 333,514 yang keduanya memiliki kategori tinggi, sehingga dapat disimpulkan *pretest* dan *posttest* keterampilan sosial kelompok eksperimen memiliki kategori tinggi.

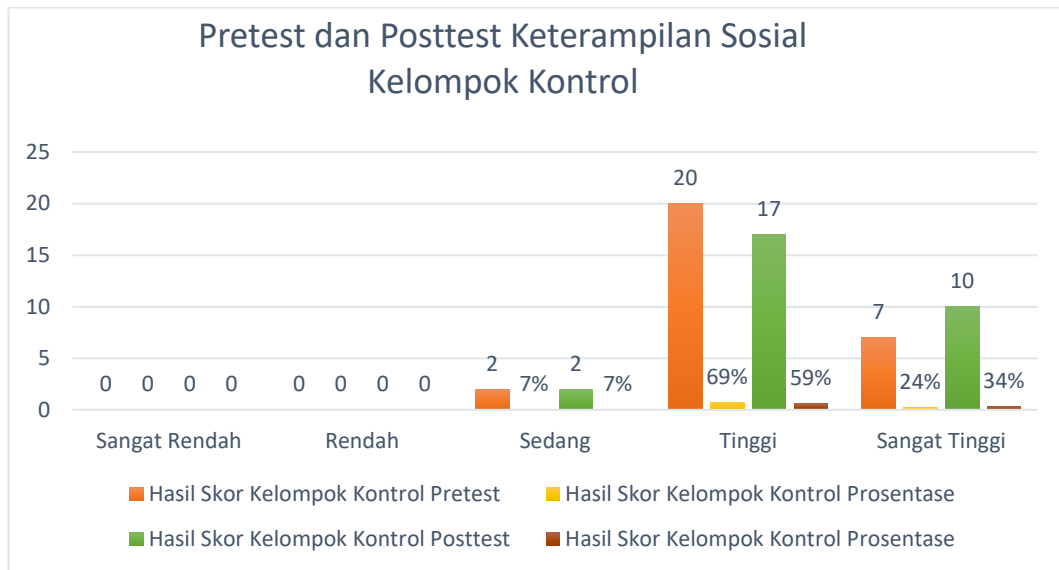
c. **Data Deskriptif Hasil *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan Sosial Siswa Kelas XI MIPA 1 (Kelompok Kontrol)**

Berikut merupakan tabel deskriptif keterampilan sosial siswa kelompok kontrol

Tabel 12. Hasil *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan Sosial Siswa Kelas XI MIPA 1 (Kelompok Kontrol)

No	Nama	Skor Pretest	Kategori	Skor Posttest	Kategori
1	KLMF	373	Sangat Tinggi	371	Sangat Tinggi
2	AFA	344	Tinggi	345	Tinggi
3	NSR	316	Tinggi	306	Tinggi
4	RRA	280	Sedang	294	Tinggi
5	IC W.K	323	Tinggi	347	Sangat Tinggi
6	SZA	401	Sangat Tinggi	406	Sangat Tinggi
7	AMP	309	Tinggi	316	Tinggi
8	FC P.B	310	Tinggi	324	Tinggi
9	JHAS	392	Sangat Tinggi	397	Sangat Tinggi
10	HPJ	330	Tinggi	317	Tinggi
11	VBR	358	Sangat Tinggi	363	Sangat Tinggi
12	DTN	383	Sangat Tinggi	362	Sangat Tinggi
13	AI F RH	337	Tinggi	327	Tinggi
14	ZM	314	Tinggi	303	Tinggi
15	AK	333	Tinggi	350	Sangat Tinggi
16	AIL	359	Sangat Tinggi	370	Sangat Tinggi
17	PA C M	341	Tinggi	357	Sangat Tinggi
18	Muh. NF	305	Tinggi	309	Tinggi
19	AZA	331	Tinggi	337	Tinggi
20	AL M R	318	Tinggi	292	Sedang
21	MMR	294	Tinggi	297	Tinggi
22	NAS	304	Tinggi	315	Tinggi
23	BM	278	Sedang	283	Sedang
24	AS	306	Tinggi	305	Tinggi
25	KF	316	Tinggi	328	Tinggi
26	YAA	312	Tinggi	312	Tinggi
27	LLN	316	Tinggi	309	Tinggi
28	MNR	293	Tinggi	298	Tinggi
29	ZPA	383	Sangat Tinggi	396	Sangat Tinggi
Jumlah Skor		9559	Jumlah Skor	9636	
Rerata		329,620	Rerata	332,275	Tinggi

Memperhatikan hasil *pretest* dan *posttest* keterampilan sosial kelompok kontrol pada tabel 12, jika dibuat grafik adalah sebagai berikut.



Gambar 5. Grafik Histogram *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Kontrol

Dapat diketahui dari histogram *pretest* keterampilan sosial siswa kelompok kontrol pada tabel 5 terdapat siswa yang memiliki berbagai tingkatan keterampilan sosial pada *pretest* kelompok kontrol yang terbagi dalam beberapa kategori, yaitu 24% sangat tinggi, 69% tinggi, dan 7% sedang. Selanjutnya, dapat diketahui tingkatan keterampilan sosial pada *posttest* kelompok kontrol yang terbagi dalam beberapa kategori, yakni 34% sangat tinggi, 59% tinggi, dan sedang 7%. Rerata *pretest* sebesar 329,620 dan *posttest* 332,275 yang keduanya memiliki kategori tinggi, sehingga dapat disimpulkan *pretest* dan *posttest* keterampilan sosial kelompok kontrol memiliki kategori tinggi.

B. Hasil Uji Hipotesis Penelitian

Uji Hipotesis dilakukan untuk membuktikan hipotesis yang diajukan sebelumnya, yakni mengetahui efektivitas teknik *behavioral skills training* dalam

bimbingan kelompok terhadap peningkatan keterampilan sosial siswa kelas XI di SMA Negeri 10 Yogyakarta. Sebelum melakukan uji hipotesis perlu dilakukan uji prasyarat analisis yang meliputi uji normalitas dan uji homogenitas dilanjutkan dengan pengujian hipotesis menggunakan uji *Wilcoxon* dan uji *Mann-Whitney*. Berikut ini adalah hasil uji normalitas dan uji homogenitas.

1. Uji normalitas

Uji normalitas diperlukan untuk melihat sebaran data penelitian *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen dan kontrol berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas menggunakan rumus *Kolmogorov-Smirnov* melalui bantuan program *SPSS for windows 23.0*. Data berdistribusi normal apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 sedangkan nilai signifikansi kurang 0,05 data tidak berdistribusi normal. Berikut hasil uji normalitas baik data *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen dan kontrol sebagai berikut.

Tabel 13. Uji normalitas data *pretest* dan *posttest* keterampilan sosial siswa
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	pretest eksperimen	posttest eksperimen	pretest kontrol	posttest kontrol
N	35	35	29	29
Normal Mean	326.6857	333.5143	329.6207	332.2759
Parameters Std. a,b Deviation	27.14641	26.68594	32.89422	34.01354
Most Absolute	.126	.164	.155	.156
Extreme Positive	.126	.164	.155	.156
Difference Negative	-.081	-.094	-.086	-.084
s				
Test Statistic	.126	.164	.155	.156
Asymp. Sig. (2-tailed)	.177 ^c	.019 ^c	.072 ^c	.069 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan *output* tabel 13 hasil uji normalitas, koefisien uji signifikansi *kolmogorov-smirnov* kelompok *pretest* eksperimen sebesar 0,177, *pretest* kontrol sebesar 0,072, dan *posttest* kontrol sebesar 0,069 yang mana ketiganya lebih besar dari 0,05 sehingga data tersebut berdistribusi normal. Koefisien uji signifikansi *kolmogorov-smirnov* kelompok *posttest* eksperimen sebesar 0,019 yang nilainya kurang dari 0,05 sehingga data tersebut tidak berdistribusi normal. Dapat disimpulkan bahwa kelompok *pretest* eksperimen, *pretest* dan *posttest* kontrol memiliki data yang berdistribusi normal, sedangkan data *posttest* eksperimen tidak berdistribusi normal.

2. Uji homogenitas

Uji homogenitas dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui data *pretest* dan *posttest* keterampilan sosial kelas eksperimen dan kontrol bersifat homogen atau tidak sama (heterogen). Kriteria data dikatakan homogen apabila nilai signifikansinya lebih dari 0.05, sedangkan bersifat tidak homogen jika nilai signifikansinya kurang dari 0.05. Uji homogenitas yang dilakukan menggunakan uji *Levene* dengan program *SPSS for windows 23.0*. Hasil uji homogenitas data *pretest* dan *posttest* pada kelas eksperimen dan kontrol dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 14. Uji Homogenitas Data *Pretest* Keterampilan Sosial Siswa

Test of Homogeneity of Variances			
Pretest Keterampilan Sosial			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.239	1	62	.270

Tabel 15. Uji Homogenitas Data *Posttest* Keterampilan Sosial Siswa

Test of Homogeneity of Variances
Posttest Keterampilan sosial

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
3.313	1	62	.074

Berdasarkan hasil uji homogenitas pada tabel 14 dan tabel 15, diketahui koefisien signifikansi *Levene* data *pretest* keterampilan sosial sebesar 0,270 dan data *posttest* keterampilan sosial sebesar 0,074. Dapat disimpulkan bahwa koefisien signifikansi uji *Levene* data *pretest* dan *posttest* lebih besar dari 0,05 yang bermakna data hasil penelitian *pretest* dan *posttest* tersebut bersifat homogen.

3. Uji *Wilcoxon*

Data yang diperoleh peneliti tidak berdistribusi normal sehingga menggunakan uji *Wilcoxon*. Uji *Wilcoxon* digunakan untuk menganalisis perbedaan dua data sampel berpasangan dengan melihat pengaruh *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok yang diberikan. Kriteria perubahan berupa ada perbedaan keterampilan sosial siswa sebelum dan sesudah pemberian *treatment* BST dalam bimbingan kelompok (H_a) yang dapat diketahui dari nilai signifikansi yang kurang dari 0,05. Sebaliknya, jika signifikansinya lebih dari 0,05 maka diartikan tidak ada perbedaan keterampilan sosial siswa sebelum dan sesudah pemberian *treatment* BST dalam bimbingan kelompok (H_o). Berikut ini hasil uji *Wilcoxon pretest* dan *posttest* pada kelas eksperimen dan kelas kontrol dengan bantuan program *SPSS for windows 23.0*.

Tabel 16. Uji Wilcoxon Data *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen

Test Statistics ^a	
	Posttest Eksperimen - Pretest Eksperimen
Z	-3.476 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Output dari uji Wilcoxon kelompok kelas eksperimen menunjukkan bahwa nilai Z hitung sebesar -3,476 dan nilai signifikansi sebesar 0,001 yang secara besaran lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 ($0,001 < 0,05$) sehingga H_a diterima H_o ditolak. Dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan keterampilan sosial siswa pada sebelum dan setelah *treatment* BST dalam bimbingan kelompok yang diberikan pada kelompok eksperimen. Lebih lanjut berikut ini ranks *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen.

Tabel 17. Ranks Data *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest	Negative Ranks	9 ^a	11.44	103.00
Eksperimen -	Positive Ranks	26 ^b	20.27	527.00
Pretest	Ties	0 ^c		
Eksperimen	Total	35		

a. Posttest Eksperimen < Pretest Eksperimen

b. Posttest Eksperimen > Pretest Eksperimen

c. Posttest Eksperimen = Pretest Eksperimen

Tabel 17 ranks data *pretest* dan *posttest* menjelaskan bahwa dari 35 data, terdapat 9 data yang memiliki ranking negatif dan 26 data memiliki ranking positif. Ranking negatif menunjukkan adanya penurunan dari nilai *pretest* ke nilai *posttest*. Terdapat 9 siswa yang mengalami penurunan skor, rerata penurunan sebesar 11,44 dan jumlah ranking negatif sebesar 103,00. Ranking

positif menunjukkan peningkatan dari nilai *pretest* ke nilai *posttest*. Terdapat 26 siswa mengalami peningkatan skor, rerata peningkatan sebesar 20,27 dan jumlah ranking positif sebesar 527,00. Selanjutnya, terdapat perbedaan nilai rerata *pretest* dan *posttest* yang dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 18. Deskriptif Data pada *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest Eksperimen	35	326.6857	27.14641	281.00	400.00
Posttest Eksperimen	35	333.5143	26.68594	285.00	403.00

Nilai rerata sebelum *treatment* pada kelompok eksperimen sebesar 326,685. Nilai rerata sesudah pemberian *treatment* menjadi 333,514. Dapat dimaknai bahwa terdapat peningkatan rerata keterampilan sosial siswa setelah *treatment* pada kelompok eksperimen. Berdasarkan hasil *output* di atas, dapat diartikan bahwa pemberian *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok efektif terhadap keterampilan sosial siswa pada kelompok eksperimen. Selanjutnya, uji Wilcoxon *pretest* dan *posttest* kelompok kelas kontrol adalah sebagai berikut.

Tabel 19. Uji Wilcoxon Data *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Kontrol

Test Statistics ^a	
	Posttest Kontrol - Pretest Kontrol
Z	-1.493 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.135

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Output dari uji Wilcoxon kelompok kelas kontrol menunjukkan bahwa nilai Z hitung sebesar -1,493 dan signifikansi sebesar 0,135 yang secara besaran lebih besar dari taraf signifikansi 0,05 ($0,135 > 0,05$). Dapat disimpulkan bahwa

tidak terdapat perbedaan keterampilan sosial siswa pada saat diberikan *pretest* dan *posttest* keterampilan sosial pada kelas kontrol. Lebih lanjut berikut ranks *pretest* dan *posttest* kelompok kontrol.

Tabel 20. Ranks Data *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Kontrol

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest Kontrol - Pretest Kontrol	Negative Ranks	9 ^a	15.28	137.50
	Positive Ranks	19 ^b	14.13	268.50
	Ties	1 ^c		
	Total	29		

- a. Posttest Kontrol < Pretest Kontrol
- b. Posttest Kontrol > Pretest Kontrol
- c. Posttest Kontrol = Pretest Kontrol

Tabel 20 tentang *pretest* dan *posttest* kelompok kontrol menjelaskan bahwa dari 29 data, terdapat 9 data yang memiliki ranking negatif dan 19 data memiliki ranking positif dan ties 1. Ranking negatif menunjukkan adanya penurunan dari nilai *pretest* ke nilai *posttest*. Terdapat 9 siswa yang mengalami penurunan skor, rerata penurunan sebesar 15,28, dan jumlah ranking negatif sebesar 137,50. Ranking positif menunjukkan peningkatan dari nilai *pretest* ke nilai *posttest*. Terdapat 19 siswa mengalami peningkatan skor, rerata peningkatan sebesar 14.13, dan jumlah ranking positif sebesar 268,50. Ties merupakan kesamaan nilai *pretest* dan *posttest* dan pada kelas kontrol terdapat 1 siswa. Terdapat perbedaan nilai rerata *pretest* dan *posttest* yang dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 21. Deskriptif Data pada *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Kontrol

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest Kontrol	29	329.6207	32.89422	278.00	401.00
Posttest Kontrol	29	332.2759	34.01354	283.00	406.00

Output table 21 deskriptif data pretest dan posttest kelompok kontrol menunjukkan nilai rerata sebelum *treatment* pada kelompok kontrol sebesar 329.620. Sesudah *treatment* nilai rerata *posttest* menjadi 332,275. Dapat dimaknai bahwa terdapat peningkatan rerata keterampilan sosial siswa setelah *treatment* pada kelompok kontrol. Meski demikian, perbedaan rerata nilai dianggap tidak signifikan sehingga dapat diartikan bahwa perlakuan yang diberikan tidak berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan sosial siswa.

4. Uji *independent sampel* (*Mann-Whitney*)

Pengujian hipotesis selanjutnya menggunakan uji *independent sampel*. Data yang diperoleh tidak berdistribusi normal maka penelitian menggunakan uji *mann-whitney*. Uji *mann-whitney* merupakan salah satu bentuk uji nonparametrik yang ditujukan untuk menganalisis perbedaan posisi peringkat skor sampel bebas (Field, 2018: 402; Setiawati, 2017: 96). Hipotesis yang diajukan adalah ada perbedaan keefektifan yang signifikan antara kelompok eksperimen yang diberikan *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial siswa (H_a). Sedangkan hipotesis (H_o) yang diajukan adalah tidak ada perbedaan keefektifan yang signifikan antara kelompok eksperimen yang diberikan *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan

treatment teknik BST dalam bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial siswa. Adapun kriteria pengambilan keputusan berdasarkan nilai signifikansi atau *asymp.sig. (2-tailed)* lebih kecil dari 0,05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Nilai signifikansi atau *asymp.sig. (2-tailed)* lebih besar dari 0,05 maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Berikut hasil hitung uji *Mann whitney pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Tabel 22. Hasil Uji Mann-Whitney Data *Pretest* Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Test Statistics ^a	
	Pretest Keterampilan Sosial
Mann-Whitney U	499.000
Wilcoxon W	1129.000
Z	-.115
Asymp. Sig. (2-tailed)	.909

a. Grouping Variable: Kelas

Berdasarkan *output* tabel 22 hasil Mann-Whitney data *pretest* diperoleh nilai Z hitung sebesar -0,115 dan *asymp.sig (p)* sebesar 0.909. Dikarenakan *asymp.sig (p)* $0.909 > 0,05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Jadi, kesimpulannya adalah tidak ada perbedaan keefektifan yang signifikan antara kelompok eksperimen sebelum diberikan *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan *treatment* dalam meningkatkan keterampilan sosial siswa. Selanjutnya tabel hasil uji Mann-Whitney data *posttest* keterampilan sosial dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 23. Hasil Uji Mann-Whitney Data *Posttest* Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Test Statistics ^a	
	Posttest Keterampilan sosial
Mann-Whitney U	459.500
Wilcoxon W	894.500
Z	-.648
Asymp. Sig. (2-tailed)	.517

a. Grouping Variable: Kelas

Berdasarkan *output* tabel 23 hasil uji Mann-Whitney data *posttest* diperoleh nilai *Z* hitung sebesar -0,648 dan *asympt.sig (p)* sebesar 0,517. Dikarenakan *asympt.sig (p)* $0,517 > 0,05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Jadi kesimpulannya adalah tidak ada perbedaan keefektifan yang signifikan antara kelompok eksperimen yang diberikan *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan *treatment*. Dapat dimaknai bahwa kelas yang diberikan *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok dengan yang tidak diberikan *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok tidak ada perbedaan yang signifikan.

C. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan secara daring melalui aplikasi *zoom meeting* dikarenakan masih dalam kondisi pandemi Covid 19. Tahap awal, peneliti melakukan *pretest* untuk mengetahui tingkat keterampilan sosial siswa kelas XI sebelum diberikan *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok. Kelompok eksperimen kelas XI MIPA 3 diberikan *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok sedangkan kelompok kontrol kelas XI MIPA 1 tidak diberikan *treatment*. Setelah memberikan *treatment*, peneliti melakukan *posttest* dan kemudian menganalisisnya untuk mengetahui tingkat keterampilan sosial siswa dan efektivitas teknik BST dalam bimbingan kelompok.

Penelitian dilaksanakan dari bulan Agustus sampai Oktober 2020. Sebelum diberikan *treatment*, berdasarkan paparan guru BK dan analisis skala keterampilan sosial siswa ditemukan permasalahan keterampilan sosial di kelas XI MIPA 3

berupa kesulitan bersosialisasi dan interaksi yang tidak sehat. Masalah yang ada belum semuanya teratasi karena guru bimbingan dan konseling tidak ada jam masuk kelas dan layanan yang diberikan belum menggunakan pendekatan behavioristik sehingga peneliti perlu membantu meningkatkan keterampilan sosial siswa kelas XI di SMA Negeri 10 Yogyakarta.

Proses penelitian pertemuan pertama dan kedua menggunakan jam mata pelajaran, sedangkan tiga pertemuan dilaksanakan setelah aktivitas pembelajaran selesai. Setiap pertemuan memerlukan waktu 60 menit. *Treatment* diberikan melalui tahap persiapan, pembentukan kelompok, peralihan, kegiatan inti, dan pengakhiran. Tahap kegiatan inti siswa berlatih 5 materi keterampilan sosial, yakni tips berbicara bergantian dengan orang lain, tips berkompromi menghadapi masalah, menghentikan perundungan dari sudut pelaku, korban, dan teman yang menyaksikan, tips menyapa orang lain, dan tips aktif dalam diskusi kelompok melalui prosedur pemberian instruksi, *modelling*, pelatihan, dan umpan balik kemudian dilanjutkan praktik secara langsung di lingkungan masing-masing siswa.

Hasil analisis deskriptif *pretest* keterampilan sosial siswa kelompok eksperimen diperoleh skor tertinggi sebesar 400 sedangkan nilai terendah sebesar 281. Data *pretest* keterampilan sosial siswa kelompok eksperimen menunjukkan terdapat 8 siswa atau 23% berkategori sangat tinggi, 25 siswa atau 71% berkategori tinggi, 2 siswa atau 6% pada kategori sedang, dan 0 siswa untuk kategori rendah dan sangat rendah. Analisis deskriptif *posttest* keterampilan sosial siswa kelompok eksperimen XI MIPA 3 diperoleh skor tertinggi sebesar 403 sedangkan nilai terendah sebesar 285. Data *posttest* keterampilan sosial siswa kelompok

eksperimen setelah diberikan *treatment* menunjukkan terdapat 10 siswa atau 29% berkategori sangat tinggi, 24 siswa atau 68% berkategori tinggi, 1 siswa atau 3% pada kategori sedang, dan 0 siswa untuk kategori rendah dan sangat rendah. Rerata *pretest* keterampilan sosial siswa kelompok eksperimen sebesar 326,686, sedangkan rerata *posttest* keterampilan sosial siswa kelompok eksperimen sebesar 333, 514. Rerata *pretest* dan *posttest* keterampilan sosial siswa kelompok eksperimen keduanya memiliki kategori tinggi. Rerata *pretest* dan *posttest* keterampilan sosial siswa kelompok eksperimen kelas XI MIPA 3 mengalami kenaikan setelah *treatment* sebesar 6,82.

Hasil analisis deskriptif *pretest* keterampilan sosial siswa kelompok kontrol diperoleh skor tertinggi sebesar 401 sedangkan nilai terendah sebesar 278. Data *pretest* keterampilan sosial siswa kelompok kontrol menunjukkan terdapat 7 siswa atau 24% berkategori sangat tinggi, 20 siswa atau 69% berkategori tinggi, 2 siswa atau 7% pada kategori sedang, dan 0 siswa untuk kategori rendah dan sangat rendah. Analisis deskriptif *posttest* keterampilan sosial siswa kelompok kontrol diperoleh skor tertinggi sebesar 406 sedangkan nilai terendah sebesar 283. Data *posttest* keterampilan sosial siswa kelompok kontrol menunjukkan terdapat 10 siswa atau 34% berkategori sangat tinggi, 17 siswa atau 59% berkategori tinggi, 2 siswa atau 7% pada kategori sedang, dan 0 siswa untuk kategori rendah dan sangat rendah. Rerata *pretest* keterampilan sosial siswa kelompok kontrol sebesar 329,620 sedangkan rerata *posttest* keterampilan sosial siswa kelompok kontrol sebesar 332, 275. Rerata *pretest* dan *posttest* keterampilan sosial siswa kelompok kontrol keduanya memiliki kategori tinggi. Rerata *pretest* dan *posttest* keterampilan sosial

siswa kelompok kontrol kelas XI MIPA 1 mengalami kenaikan tanpa diberikan *treatment* sebesar 2,65.

Memperhatikan hipotesis yang diajukan sebelumnya, yakni teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok efektif terhadap keterampilan sosial siswa kelas XI di SMA Negeri 10 Yogyakarta. Hasil uji *wilcoxon* kelompok kontrol diperoleh *asympt. sig.(2-tailed)* sebesar 0,135 yang lebih besar dari taraf signifikansi 0,05 yang bermakna tidak terdapat perbedaan keterampilan sosial siswa pada saat diberikan *pretest* dan *posttest* pada kelas kontrol. Selanjutnya, uji *wilcoxon* kelompok eksperimen diperoleh nilai Z hitung sebesar -3,476 dan nilai *asympt. sig. (2-tailed)* sebesar 0,001 yang secara besaran lebih kecil dari 0,05. Analisis selanjutnya terdapat 26 siswa mengalami peningkatan skor keterampilan sosial dengan rerata peningkatan sebesar 20,27 dan terdapat 9 siswa yang mengalami penurunan skor keterampilan sosial dengan rerata penurunan sebesar 11,44. Selanjutnya, terdapat perbedaan hasil berupa peningkatan rerata keterampilan sosial siswa pada kelompok eksperimen sebesar 6,828 dari rerata *pretest* sebesar 326,685 meningkat hasil *posttest* menjadi 333,514. Hal tersebut dapat menjelaskan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan keterampilan sosial siswa pada sebelum dan setelah *treatment* BST dalam bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen.

Selanjutnya, menjawab hipotesis penelitian yang diajukan, peneliti menganalisis data keterampilan sosial siswa menggunakan uji *Mann Whitney*. Hasil uji *Mann Whitney pretest* keterampilan sosial siswa menunjukkan hasil nilai Z hitung sebesar -0,115 dan *asympt. sig.(2-tailed)* sebesar 0.909. Dikarenakan *asympt.sig*

(p) 0.909 lebih besar dari taraf signifikansi 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan skor *pretest* keterampilan sosial siswa antara kelompok eksperimen dengan kontrol. Hasil uji *Mann Whitney* data *posttest* keterampilan sosial siswa kelompok eksperimen dan kontrol didapatkan skor Z hitung sebesar -0,648 dan *asympt. sig. (2-tailed)* sebesar 0,517 yang secara besaran lebih besar dari dari taraf signifikansi 0,05. Berdasarkan perhitungan tersebut dapat diartikan bahwa H_a ditolak dan H_o diterima sehingga tidak ada perbedaan keterampilan sosial siswa antara kelompok eksperimen yang diberikan teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok.

Berdasarkan analisis data dapat diketahui bahwa teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok tidak efektif terhadap peningkatan keterampilan sosial siswa kelas XI di SMA Negeri 10 Yogyakarta. Hal tersebut disebabkan oleh berbagai faktor yang mempengaruhi penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen ini menggunakan *setting* lapangan sehingga terdapat faktor atau kondisi yang dapat mempengaruhi hasil penelitian. Penelitian eksperimen memiliki berbagai hal yang dapat mengancam validitas internal (Nahartyo, 2013: 34; Sukmadinata, 2013: 197). Penelitian eksperimen ini ditemukan adanya *history*, yakni peristiwa tertentu bukan bagian dari *treatment* eksperimen yang dialami langsung oleh subyek selama eksperimen dari awal intervensi sampai pengukuran *posttest* yang dapat mempengaruhi efektivitas *treatment* yang diberikan. Pelaksanaan eksperimen berlangsung selama tiga minggu dengan 5 kali *treatment*. Hal tersebut sangat memungkinkan munculnya efek histori karena eksperimen yang

dilakukan relatif lama dan dengan jeda waktu yang banyak. Kondisi pandemi covid 19 juga dapat mempengaruhi secara historis dalam penelitian ini. Sesuai pendapat dari Emzir (2015: 72), menyampaikan bahwa kejadian wabah penyakit dan semisal merupakan contoh historis yang tidak bisa dikendalikan dalam eksperimen.

Penelitian ini mendapat efek dari maturasi, yakni perubahan alami yang dialami subyek secara alami tanpa diberikan intervensi seperti menjadi lebih dewasa, lebih baik, lapar, berpengalaman, dan bijaksana (Shadish, et al., 2002: 57; Darmadi, 2011: 192). Materi keterampilan sosial siswa dapat dipelajari secara otodidak sehingga siswa dapat lebih aktif belajar mandiri dengan lingkungannya seiring bertambahnya kedewasaan. Sesuai dengan pendapat Thalib (2013: 160-161), yang menjelaskan bahwa individu yang telah mampu mengenali diri dan lingkungan sosial dapat mengontrol sikap, perilaku, dan memahami karakteristik orang lain sehingga dapat menyesuaikan diri dan melakukan hubungan sosial yang sehat. Materi keterampilan sosial siswa yang diberikan merupakan perilaku sehari-hari siswa dalam beraktivitas sosial yang dapat dipengaruhi oleh maturitas.

Peneliti mengamati selama proses intervensi ditemukan efek mortalitas. Mortalitas merupakan kegagalan subyek dalam melanjutkan keikutsertaannya dalam proses eksperimen (Nahartyo, 2013: 36). Dari total 35 siswa kelompok eksperimen yang mengikuti *treatment* sebanyak 31 siswa sehingga ada 4 siswa yang tidak pernah mengikuti sesi eksperimen. Empat siswa tersebut memiliki nilai *pretest* yang tinggi dan rendah sehingga berakibat pada hasil *posttest*. Setiap sesi *treatment* sering terjadi gangguan teknis yang menyebabkan beberapa siswa yang

sudah masuk link *zoom* enggan bergabung kembali yang berakibat tidak tersampaikan dengan baik layanan materi keterampilan sosial.

Siswa kelompok eksperimen dan kontrol dalam melaksanakan *pretest* dan *posttest* di rumah masing-masing. Hal tersebut memunculkan efek *testing* yang berdampak pada hasil pengukuran. *Testing* merupakan penambahan kemampuan subyek dalam memahami eksperimen akibat dari subyek telah menempuh *pretest* sehingga memiliki kesiapan lebih baik dalam melakukan *posttest* (Shadish, et al., 2002: 60). Pengisian *posttest* memerlukan waktu hingga 4 hari pada kedua kelompok. Kedua kelompok melakukan *pretest* dan *posttest* di rumah tanpa pengawasan langsung dari peneliti yang memungkinkan siswa mempelajari setiap *pretest* sehingga memiliki kemampuan tinggi dalam mengisi *posttest* yang berdampak pada pengukuran akhir.

Faktor yang sangat mempengaruhi lainnya dalam penelitian ini adalah kondisi pandemi Covid 19 yang membuat peneliti tidak bisa memberikan *treatment* secara langsung pada siswa. Peneliti memberikan *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial siswa sebanyak lima kali melalui daring dengan aplikasi *zoom meeting*. Daring merupakan salah satu metode yang sering digunakan untuk beraktivitas termasuk penelitian selama pandemi covid 19 yang berbasis pada teknologi digital. Melalui daring penelitian mampu dilaksanakan tanpa harus bertemu langsung dengan subyek sehingga memudahkan dalam pengambilan data. Meski demikian, penelitian melalui daring sering mendapat kendala yang dapat mempengaruhi proses dan hasil suatu penelitian. Hal

ini karena teknologi daring berkaitan erat dengan jaringan internet merupakan faktor yang tidak bisa dikendalikan sepenuhnya oleh peneliti.

Selama pemberian *treatment* sering terjadi kendala jaringan internet yang dialami oleh peneliti dan siswa pelatihan. Kendala yang muncul berupa ketidaklancaran proses penelitian seperti siswa sering terpesal keluar dari *zoom* secara mendadak saat pelatihan sehingga harus bergabung ke *zoom* berulang kali. Terkadang suara dari peneliti dan tayangan video *modelling* tertunda sampai ke siswa sehingga respon siswa terlambat. Suara siswa pelatihan putus-putus sehingga mengharuskan siswa keluar *zoom* sebentar kemudian bergabung kembali yang menyebabkan permainan peran tertunda beberapa menit. Selain itu, terdapat beberapa siswa yang kesulitan mengaktifkan kamera *zoom* karena jaringan internet yang dimiliki tidak stabil. Berbagai kendala tersebut menyebabkan proses penyampaian materi berupa instruksi keterampilan sosial siswa target, pemutaran video *modelling*, pelaksanaan latihan, dan umpan balik tidak sepenuhnya lancar. Subyek yang kurang memperhatikan penugasan eksperimennya memiliki pengaruh besar pada ketidakefektifan *treatment* yang diberikan (Nahartyo, 2013: 199). Meski demikian, mayoritas siswa tetap mengikuti pelatihan BST hingga selesai pada setiap pertemuan.

Faktor lain yang mempengaruhi adalah siswa kelompok eksperimen tidak bisa dipantau langsung kesungguhan dalam melaksanakan *treatment* yang diberikan karena peneliti tidak bertemu secara langsung. Terdapat 9 siswa justru mengalami penurunan skor yang cukup besar mulai dari -4 sampai -14. Penurunan skor disebabkan siswa kurang aktif mengikuti layanan bimbingan kelompok

menggunakan teknik BST seperti hanya mengikuti sampai tahap peralihan bahkan ada yang mengikuti 2 kali pelatihan saja. Hal tersebut didukung dengan data presensi yang dilakukan oleh peneliti setiap pertemuan bimbingan kelompok. Selain itu, peningkatan keterampilan sosial beberapa siswa tidak begitu besar. Partisipasi aktif, kemauan, dan kesungguhan subyek dalam setiap sesi *treatment* merupakan kunci efektifitas dari layanan yang diberikan oleh peneliti (Tetono, Kuntoro & Savitri, 2017: 276).

Selain itu, faktor kerjasama dan motivasi siswa dalam mengikuti *treatment* sangat membantu peneliti untuk mencapai tujuan dari setiap materi keterampilan sosial yang dilatihkan melalui teknik BST dalam bimbingan kelompok. Motivasi merupakan faktor terpenting yang dimiliki subyek untuk menentukan keberhasilan suatu *treatment* (Cartledge & Milburn, 1995). Siswa kelompok eksperimen dalam mengikuti setiap sesi teknik BST dalam bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial siswa memiliki motivasi yang bervariasi. Hal ini dapat dilihat dari kehadiran siswa pada pertemuan pertama sebanyak 27 siswa. Kehadiran siswa pada pertemuan kedua sebanyak 30 siswa. Kehadiran siswa pada pertemuan ketiga sebanyak 29 siswa. Kehadiran siswa pada pertemuan keempat dengan pemberian *treatment* tentang tips menyapa orang lain sebanyak 30 siswa. Kehadiran siswa pada pertemuan kelima sebanyak 31 siswa.

Faktor selanjutnya yang dapat mempengaruhi pemberian *treatment* BST dalam bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial siswa adalah keterlibatan lingkungan terutama teman, guru, dan orang tua. Keterlibatan teman, guru, dan orang tua bagi siswa yang mengikuti pelatihan BST untuk membantu siswa

menerapkan strategi keterampilan sosial yang telah diberikan pada sesi *treatment* ke dalam situasi nyata sehari-hari. Sejalan dengan pendapat dari Spence, Donovan, dan Brechman-Toussaint (2000: 713) dan Miltenberger (2016: 234) yang menyampaikan bahwa keterlibatan orang lain di lingkungan siswa sangat penting terutama dalam penilaian perilaku, evaluasi atas perilaku keterampilan sosial yang dimunculkan, dan pemberian umpan balik konstruktif terhadap perilaku yang sudah tepat maupun yang belum tepat. Praktik keterampilan perilaku sosial di luar pelatihan dapat dipraktikkan di sekolah sekaligus diawasi langsung oleh guru yang dapat memberikan umpan balik langsung. Thalib (2013: 160-161) menjelaskan bahwa faktor yang mempengaruhi keterampilan sosial siswa adalah pendidikan atau lingkungan sekolah karena siswa lebih terbantu mengembangkan keterampilan sosial tentang bagaimana membina hubungan baik dengan teman, guru, dan karyawan sekolah melalui mata pelajaran, ekstrakurikuler, dan layanan bimbingan dan konseling. Keterlibatan guru dapat mempengaruhi keefektifan *treatment* yang sudah diberikan karena membantu siswa dalam menggeneralisasi keterampilan sosial yang sudah dilatihkan dalam lingkungan sekolah (Bulkeley, 1991: 117). Keterlibatan guru BK setelah pemberian *treatment* dengan membantu siswa pelatihan melakukan generalisir perilaku atau praktik secara nyata di luar sesi pelatihan di lingkungan sekolah belum sepenuhnya dilakukan karena siswa masih belajar di rumah masing-masing.

Persahabatan dan kelompok teman dapat mempengaruhi pola pikir siswa dalam bertindak termasuk mengembangkan keterampilan sosial atau perilaku bermasalah dengan orang lain (Matson, 2009: 192). Berdasarkan pengalaman

semua siswa dari pertemuan pertama sampai kelima pemberian *treatment* karena kondisi yang masih menerapkan protokol kesehatan menjaga jarak antara satu orang dengan yang lain akibat pandemi covid 19 menyebabkan siswa mengalami kesulitan berinteraksi dan menerapkan strategi keterampilan sosial yang sudah dipelajari secara langsung dengan orang lain atau teman di lingkungan rumah terlebih dengan teman sekelas. Siswa hanya mampu menerapkan keterampilan sosial yang sudah dilatih kepada orang tua dan saudara kandung. Keluarga yang memberikan kasih sayang, keharmonisan, dan demokratis membuat siswa lebih mudah mengembangkan hubungan sosial dengan orang lain, sebaliknya jika keluarga tidak harmonis, tanpa kasih sayang, dan mengekang membuat siswa kesulitan dalam bersosialisasi (Thalib, 2013: 160-161). Siswa telah berusaha mempraktikkan keterampilan sosial yang telah dilatih kepada keluarga dan saudara kandung, namun tidak selalu mendapatkan *feedback* atas keterampilan sosial yang muncul sehingga kurang maksimal dan berdampak pada bervariasinya peningkatan keterampilan sosial yang dirasakan siswa. Hal ini terbukti dengan hasil peningkatan skor *posttest* keterampilan sosial setelah *treatment* terjadi pada 26 siswa dengan skor peningkatan yang bervariasi mulai dari skor terendah 3 sampai skor tertinggi sebesar 20.

Faktor berikutnya yang mempengaruhi keterampilan sosial siswa yang berdampak pada keefektifan *treatment* yang diberikan adalah penguatan terhadap perilaku keterampilan sosial siswa di dalam dan di luar sesi pelatihan. Peneliti dalam setiap *treatment* menyertakan penguatan di setiap prosedur seperti memberikan pujian pada siswa yang memperhatikan dan mengulang instruksi

dengan benar, memperhatikan video *modelling* dan merangkum secara singkat dengan benar, latihan bermain peran dengan benar, dan saling memberikan umpan balik antar siswa anggota pelatihan. Siswa pelatihan juga mendapatkan penguatan dan pujian dari teman lain selama pelatihan BST. Miltenberger (2012: 224) menekankan bahwa untuk meningkatkan generalisasi perilaku keterampilan sosial setelah melalui tahap instruksi, *modelling*, latihan, dan umpan balik selanjutnya perlu mengajak teman, orang tua, dan guru memberikan penguatan ketika siswa menunjukkan keterampilan sosial yang benar di rumah maupun sekolah. Namun, di luar sesi pelatihan siswa belum sepenuhnya mendapatkan penguatan dan pujian perilaku keterampilan sosial dari guru dan teman karena masih terbatas dalam melakukan interaksi.

Berdasarkan paparan di atas, teknik BST dalam bimbingan kelompok tidak efektif terhadap keterampilan sosial siswa kelompok eksperimen ketika dibandingkan dengan kelompok kontrol disebabkan oleh faktor histori, maturitas, mortalitas, *testing*, kendala teknologi dalam pemberian *treatment*, kesungguhan, dan motivasi siswa dalam mengikuti bimbingan kelompok. Selanjutnya, siswa terbatas menerapkan strategi latihan keterampilan sosial di lingkungan nyata sehingga tidak semua mendapatkan umpan balik dan penguatan di luar sesi pelatihan.

Namun demikian, guru bimbingan dan konseling diharapkan tetap mencoba menggunakan teknik BST sebagai salah satu alternatif *treatment* bimbingan kelompok. Hal tersebut dikarenakan terdapat kenaikan skor keterampilan sosial siswa pada kelompok eksperimen setelah diberi *treatment* dari rerata 326,685 naik

menjadi 333,514 yang bermakna ada pengaruh pemberian *treatment* pada kelompok eksperimen. Melihat berbagai faktor yang mempengaruhi efektivitas pemberian *treatment*, guru bimbingan dan konseling dalam menggunakan teknik BST dalam bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial perlu mempertimbangkan beberapa hal diantaranya *treatment* BST sebaiknya diberikan secara langsung atau luring pada siswa untuk mencegah terkendalanya pemberian *treatment* yang mengancam validitas internal. Pelatih perlu menumbuhkan motivasi dan kesungguhan siswa dalam setiap mengikuti bimbingan kelompok, menekankan kerjasama, dan dinamika kelompok. Dalam kondisi normal, pelatih lebih melibatkan teman, guru, dan orang tua untuk membantu menerapkan strategi keterampilan sosial ke dalam situasi nyata dan memberikan umpan balik disertai penguatan atas perilaku keterampilan sosial siswa yang telah dipelajari di rumah atau di sekolah. Materi keterampilan sosial dapat dikembangkan lebih kompleks untuk memberikan pelatihan keterampilan perilaku sosial yang lebih komprehensif.

D. Keterbatasan Penelitian

Peneliti berusaha melaksanakan penelitian sesuai dengan prosedur yang sudah dirancang agar proses penelitian berjalan dengan lancar. Meskipun demikian, peneliti menyadari dalam proses penelitian ini terdapat keterbatasan maupun kekurangan yang dialami. Berikut keterbatasan yang dialami peneliti meliputi:

1. Pelaksanaan *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial siswa terbatas melalui aplikasi *zoom meeting* karena pandemi covid 19 sering mengalami kendala teknis berupa koneksi internet siswa terputus mendadak, siswa keluar mendadak dari *zoom*, suara hilang

mendadak, dan tidak semua siswa bisa mengaktifkan kamera *gadget* berdampak pada kesulitan memberikan instruksi, *modelling*, pelatihan dan umpan balik.

2. Pertemuan peneliti dan siswa yang diberikan *treatment* BST terbatas melalui daring sehingga peneliti kesulitan mengontrol dan mengamati peningkatan keterampilan sosial siswa secara langsung.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan pembahasan dan analisis hasil penelitian maka dapat disimpulkan:

1. Keterampilan sosial siswa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol baik rata-rata *pretest* dan *posttest* berkategori tinggi.
2. Teknik *behavioral skills training* (BST) dalam bimbingan kelompok tidak efektif terhadap peningkatan keterampilan sosial siswa kelas XI di SMA Negeri 10 Yogyakarta.

B. Implikasi

Penelitian ini dilakukan dalam lingkup pendidikan khususnya pada layanan bimbingan dan konseling yang tentunya memiliki implikasi. Adapun implikasi berdasarkan temuan hasil penelitian ini, yakni dapat dijadikan sebagai dasar penelitian selanjutnya tentang teknik *behavioral skills training* (BST) dalam keilmuan bimbingan dan konseling.

C. Saran

Berdasar hasil penelitian yang telah disampaikan sebelumnya, maka saran yang diajukan peneliti sebagai berikut.

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang akan melaksanakan penelitian eksperimen serupa perlu melakukan *treatment* teknik BST dalam bimbingan kelompok dalam kondisi normal atau bertemu langsung dengan subyek untuk menghindari ketidakefektifan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Agran, M., Hughes, C., Thoma, C. A., & Scott, L.A. (2016). Employment social skills: what skills are really valued? *Career Development and Transition for Exceptional Individuals*, 39(2), 111-120. doi:10.1177/2165143414546741
- Aksoy, P., & Baran, G. (2010). Review of studies aimed at bringing social skills for children in preschool period. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 9, 663–669. doi:10.1016/j.sbspro.2010.12.214
- Amin, N. A., & Oweini, A. (2013). Social competence intervention in autistic spectrum disorders (asds)-a case study. *International Journal of Special Education*. 28(3), 104-120. Retrieved from <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1024416.pdf>.
- Amran, S. R., & Widayat, I. W. (2020). Pengaruh behavioral social skill training dalam meningkatkan keterampilan sosial pada anak disabilitas intelektual ringan. *Psikostudia:Jurnal Psikologi*, 9(1), 74-81. doi:10.30872/psikostudia.v9i1.3510.
- Antony, M. M., & Roemer, L. (2011). *Behavior therapy: traditional approaches*. In s. B. Messer & a. S. Gurman (eds.), *essential psychotherapies: theory and practice (3rded.)*. New York: Guilford Press.
- Ardial. (2014). *Paradigma dan model penelitian komunikasi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Manajemen penelitian: edisi revisi*. Jakarta: Rineka Cipta
- _____. (2013). *Prosedur penelitian: suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arseneault, L., Moffitt, T., Caspi, A., Taylor, A., Rijdsdijk, F., Jaffee, S., . . . Measelle, J. (2003). Strong genetic effects on cross-situational antisocial behaviour among 5-year-old children according to mothers, teachers, examiner-observers, and twins's self-reports. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 44(6), 832–848. doi:10.1111/1469-7610.00168
- Azwar, S. (2013). *Penyusunan skala psikologi (2nd.ed.)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- _____. (2015). *Reliabilitas dan validitas (4th.ed.)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- _____. (2018). *Metode penelitian psikologi (2nd.ed.)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Beck, K., & Miltenberger, R. (2009). Evaluation of a commercially available program and in situ training by parents to teach abduction-prevention skills to children. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 42(4), 761–772. doi:10.1901/jaba.2009.42-761

- Berk, L. (2018). *Development through the Lifespan (5thed.)*. Boston: Pearson Education, Inc.
- Bierman, K., Greenberg, M., Cole J., Dodge, K., Lochman, J., & McMahon, R. (2017). *Social and emotional skills training for children: the fast track friendship group manual*. New York: Guilford Publications, Inc.
- Bremer, C. & Smith, J. (2004). Teaching social skills. *Addressing Trends and Developments in Secondary Education Brief and Transition*, 3(5), 1-6. Retrieved from <http://www.ncset.org/publications/viewdesc.asp?id=1749>
- Buck, H. M. (2014). The efficacy of behavior skills training: a literature review. *Department of Behavior Analysis and Therapy in the Graduate School Southern Illinois University Carbondale*. Retrieved from https://opensiuc.lib.siu.edu/gs_rp/563/
- Bulkeley, R. (1991). Social skills training with young adolescent: group and individual approaches in school setting. *Doctoral thesis*. London: Loughborough University. London.
- Caldarella, P. (1995). Common dimensions of social skills of children and adolescents: a review and analysis of the literature. *Tesis*, tidak diterbitkan, Utah State University, Utah. Retrieved from www.semanticscholar.org/paper/Common-Dimensions-of-Social-Skills-of-Children-and-Caldarella/cd062741434e48e79ffd3b2228b6fb8b9190ce1d
- Caldarella, P., & Merrell, K. (1997). Common dimensions of social skills of children and adolescents: a taxonomy of positive behaviors. *School Psychology Review*, 26(2), 264-278. doi:10.1080/02796015.1997.12085865
- Caldarella, P., Larsen, R., Williams, L., Wehby, J., Wills, H., & Kamps, D. (2017). Monitoring academic and social skills in elementary school: a psychometric evaluation of the classroom performance survey. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 19(2), 78-79. doi: 10.1177/1098300716665081
- Cartledge, G., & Milburn, J. F. (1995). *Teaching social skills to children and youth: innovative approaches*. Boston: Allyn & Bacon
- Clayton, M., & Headley, A. (2019). The use of behavioral skills training to improve staff performance of discrete trial training. *Behavioral Interventions*, 34(1), 136-143. doi.org/10.1002/bin.1656
- Corey, G. (2017). *Theory and practice of counseling and psychotherapy, tenth edition*. Boston: Cengage Learning.
- Cornish, U., & Ross, F. (2004). *Social skills training for adolescents with general moderate learning difficulties*. London and New York: Jessica Kingsley Publishers.

- Creswell, J., W. (2012). *Educational research: planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research (4thed.)*. Boston: Pearson Education, Inc.
- Dancho, K. A., Thompson, R. H., & Rhoades, M. M. (2008). Teaching preschool children to avoid poison hazards. *Journal of Applied Behavior Analysis*, *41*, 267– 271. doi: 10.1901/jaba.2008.41-267
- Daraee, M., Salehi, K., & Fakhr, M. (2016). Comparison of social skills between students in ordinary and talented schools. International Conference on Education and Educational Psychology (pp. 512-521). European: Future Academy. doi:10.15405/epsbs.2016.11.52
- Darmadi, H. (2011). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Davis, S., Thomson, K., & Connolly, M. (2019). A component analysis of behavioral skills training with volunteers teaching motor skills to individuals with developmental disabilities. *Behavioral Interventions*, *34*(4), 1–20. doi:10.1002/bin.1688
- Dikson, M, J. & Vargo, K, K. (2017). Training kindergarten students lockdown drill procedures using behavioral skills training. *Journal of Applied Behavior Analysis*, *50*(2):407-412. doi:10.1002/jaba.369.
- DiGennaro, R. F., Blackman, A. L., Erath, T. G., Brand, D., & Novak, M. D. (2018). Guidelines for using behavioral skills training to provide teacher support. *Teaching Exceptional Children*, *50*(6), 373–380. doi:10.1177/0040059918777241
- Dogan, R. K., King, M. L., Fischetti, A. T., Lake, C.M., Mathews, T. L., & Warzak, W. J. (2017). Parent-implemented behavioral skills training of social skills. *Journal of Applied Behavior Analysis*, *50*(4), 805–818. doi:10.1002/jaba.411
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students’ social and emotional learning: a meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, *82*(1), 405–432. doi:10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x
- Elder, J. P., Edelstein, B. A., & Narick, M. M. (1979). Adolescent psychiatric patients: modifying aggressive behavior with social skills training. *Behavior Modification*, *3*(2), 161–178. doi:10.1177/014544557932002
- Emzir. (2015). *Metodologi penelitian pendidikan kuantitatif dan kualitatif*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM spss statistics (5th.ed.)*. London: SAGE Publications Ltd

- Galindo E., Candeias A. A., Pires H. S., Grácio L. & Stück M. (2018). Behavioral skills training in portuguese children with school failure problems. *Frontiers in Psychology*, 9(437), 1-12. doi:10.3389/fpsyg.2018.00437
- Gianoumis, S., Seiverling, L., & Sturmey, P. (2012). The effects of behavior skills training on correct teacher implementation of natural language paradigm teaching skills and child behavior. *Behavioral Interventions*, 27(2), 57–74. doi:10.1002/bin.1334
- Gibson, R. L. & Mitchell, M. H. (2016). *Bimbingan dan konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Gladding, S. T. (2016). *Groups: a counseling specialty (7thed)*. USA: Pearson Education, Inc
- Gökel, Ö., & Dağlı, G. (2017). Effects of social skill training program on social skills of young people. *EURASIA Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 13(11): 7365-7373. doi:10.12973/ejmste/79615
- Gooding, L. F. (2010). The effect of a music therapy based sosial training program on social competence children and adolescents with social skill deficits. (Desertasi doktor, Florida State University, 2010). A Dissertation submitted to the College of Music.
- Gonen, M., Aydos, E. H., & Erturk, H. G. (2012). Social skills in pictured story books. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 46, 5280–5284. doi:10.1016/j.sbspro.2012.06.422
- Gresham, F. M., & Elliott, S. N. (1990). *Social skills rating system manual*. Circle Pines, MI: American Guidance Service.
- Gresham, F. M. (2016). Social skills assessment and intervention for children and youth. *Cambridge Journal of Education*, 46(3), 319-332. doi:10.1080/0305764x.2016.1195788
- Habibah, U., Aisyiyah, N., & Ningrum L., E. (2012). Studi tentang status perkawinan mahasiswa reguler pgsd tegal hubungannya dengan prestasi akademik. *Journal of Elementary Education*, 1(1). Retrieved from <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jee/article/view/307>
- Hair, E., Jager, J., & Garrett, S. (2002). *Helping teens develop healthy social skills and relationships: what the research shows about navigating adolescence*. Washington: Child Trends.
- Hallen, A. (2005). *Bimbingan dan konseling*. Jakarta: Quantum Teaching.
- Handari. (2018). Efektifitas teknik bermain peran untuk meningkatkan keterampilan sosial anak kota samarinda (studi kasus melalui pendekatan konseling anak). *HISBAH: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*. 15(2). 45-65. doi:10.14421/hisbah.2018.152-04

- Hanratty, L., Miltenberger, R., & Florentino, S. (2016). Evaluating the effectiveness of a teaching package utilizing behavioral skills training and in situ training to teach gun safety skills in a preschool classroom. *Journal of Behavioral Education, 25*(3), 310-323. doi:10.1007/s10864-016-9248-1
- Hantono, D., & Pramitasari, D. (2018). Aspek perilaku manusia sebagai makhluk individu dan sosial pada ruang terbuka publik. *Nature National Academic Journal of Architecture, 5*(2), 59-67. doi: 10.24252/nature.v5i2a1
- Hardiyanti, S., Kiram, Y., & Syahniar. (2014). Tingkat kemampuan hubungan sosial di tinjau dari jenis kelamin, latar belakang budaya dan implikasi dalam bimbingan dan konseling. *Konselor, 3*(3), 112-120. doi:10.24036/02014333512-0-00
- Himle, M., & Miltenberger, R. (2004). Preventing unintentional firearm injury in children: the need for behavioral skills training. *Education & Treatment of Children, 27*(2), 161–177. doi:10.2307/42899794
- Himle, M. B., & Wright, K. A. (2014). Behavioral skills training to improve installation and use of child passenger safety restraints. *Journal of Applied Behavior Analysis, 47*(3), 549–559. doi:10.1002/jaba.143
- Houvouras, A. J., & Harvey, M. T. (2014). Establishing fire safety skills using behavioral skills training. *Journal of Applied Behavior Analysis, 47*(2), 420–424. doi:10.1002/jaba.113.
- Howard, M. C. & Gutworth M. B. (2020). A meta-analysis of virtual reality training programs for social skill development. *Computers & Education, 144*, 1-19. doi: 10.1016/j.compedu.2019.103707
- Inah, E. (2013). Peranan komunikasi dalam pendidikan. *Jurnal Al-Ta'dib, 6*(1), 176-188.
- Jahya, Y. (2011). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Kencana
- Johnson, R. B. & Christensen, L. (2016). *Educational research quantitative, qualitative, and mixed approaches sixth (6th.ed)*. USA: SAGE Publications, Inc
- Johns, B., Crowley, E., P., & Guetzloe, E. (2005). The central role of teaching social skills. *Focus on Exceptional Children, 37*(8), 1-8. doi:10.17161/fec.v37i8.6813.
- Johnson, B. M., Miltenberger, R. G., Egemo-Helm, K., Jostad, C. M., Flessner, C., & Gatheridge, B. (2005). Evaluation of behavioral skills training for teaching abduction prevention skills to young children. *Journal of Applied Behavior Analysis, 38*(1), 67–78. doi:10.1901/jaba.2005.26-04.
- Johnson, D., W., & Johnson, R. (1999). *Cooperation and competition: theory and research*. Edina, MN: Interaction Book Co.

- Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (2009). An educational psychology success story: social interdependence theory and cooperative learning. *Educational Researcher*, 38(5), 365–379. doi:10.3102/0013189X09339057.
- Jones, R. T., & Kazdin, A. E. (1980). Teaching children how and when to make emergency telephone calls. *Behavior Therapy*, 11(4), 509–521. doi:10.1016/s0005-7894(80)80067-0
- Jones, R. T., Kazdin, A. E., & Haney, J. I. (1981). Social validation and training of emergency fire safety skills for potential injury prevention and life saving. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 14(3), 249–260. doi:10.1901/jaba.1981.14-249
- Kauffman, N. A., & Kinnealey, M. (2015). Comprehensive social skills taxonomy: development and application. *American Journal of Occupational Therapy*, 69(2), 1-10. doi: 10.5014/ajot.2015.013151
- Köiv, K. (2012). Social skills training as a mean of improving intervention for bullies and victims. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 45, 239–246. doi: 10.1016/j.sbspro.2012.06.560
- Kumalasari, D., & Kurniawati, F. (2018). Behavioral skills training program to improve personal safety skills for a down syndrome adolescent with mild intellectual disability. *Psychological Research on Urban Society*, 1(2), 81-89. doi: 10.7454/proust.v1i2.28
- Lalli, J. S., Browder, D. M., Mace, F. C., & Brown, D. K. (1993). Teacher use of descriptive analysis data to implement interventions to decrease students' problem behaviors. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 26, 227–238. doi:10.1901/jaba.1993.26-227
- Leaf, J. B., Townley-Cochran, D., Taubman, M., Cihon, J. H., Oppenheim-Leaf, M. L., Kassardjian, A.,...Pentz, T. G. (2015). The teaching interaction procedure and behavioral skills training for individuals diagnosed with autism spectrum disorder: a review and commentary. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*, 2(4), 402–413. doi:10.1007/s40489-015-0060-y
- Lee, D., Huh, Y., & Reigeluth, C. M. (2015). Collaboration, intragroup conflict, and social skills in project-based learning. *Instructional Science*, 43(5), 561–590. doi:10.1007/s11251-015-9348-7
- Leme, V. B. R., Fernandes, L. de M., Jovarini, N. V., Achkar, A. M. E., & Del Prette, Z. A. P. (2016). Social skills program for adolescents in vulnerable social contexts. *Psico-USF*, 21(3), 595–608. doi: 10.1590/1413-8271201621031
- Lestari, P. (2012). Fenomena kenakalan remaja di Indonesia. *Humanika*, 12(1), 16-38. doi: 10.21831/hum.v12i1.3649

- Listyaningrum. (2016). Peningkatan keterampilan sosial melalui implementasi Armstrong pada siswa kelas II SD Surokarsan. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*. 15(5), 1483-1494. Retrieved from <http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/pgsd/article/view/2052/0>
- Margono. (2010). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Martin, G., & Pear, J. (2015). *Behavior modification: what it is and how to do it*. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Matson, J. L. (2009). Social behavior and skills in children. *History and Overview*. Springer-Verlag New York. <http://doi.org/10.1007/978-1-4419-0234-4>.
- Menteri Kesehatan Republik Indonesia. (2014). Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25, Tahun 2014, tentang Upaya Kesehatan Anak.
- Menteri Pendidikan dan Kebudayaan. (2013). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor 111, Tahun 2014, tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah
- Merrell, K.W. & Gimpel, G. A. (1998). *Social skill of children and adolescents conceptualization, assessment, treatment*. New Jersey London. Lawrence. Erlbaum Associates
- Miles, N. I., & Wilder, D. A. (2009). The effects of behavioral skills training on caregiver implementation of guided compliance. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 42(2), 405–410. doi: 10.1901/jaba.2009.42-405
- Miltenberger, R. G. (2004). *Behavior modification: principles and procedures (3rd ed.)*. Belmont, CA: Wadsworth/Thomson.
- Miltenberger, G. Raymond. (2012). *Behavior modification principles and procedures (5th ed.)*. USA: Wadsworth Publishing.
- Miltenberger, G. Raymond. (2016). *Behavior modification principles and procedures (6th ed.)* USA: Cengage Learning.
- Mistry, J., & Dutta, R. (2015). Human development and culture. In w. F. Overton & p. C. Molenaar (eds.), *Handbook of Child Psychology and Developmental Science: Vol. 1. Theory and method* (pp. 369–406). Hoboken, NJ: Wiley
- Mulyatiningsih, Endang. (2012). *Metode penelitian terapan bidang pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Nahartyo, E. (2013). *Desain dan implementasi riset eksperimen edisi kedua*. Yogyakarta: UPP STIM YKPN.
- Nasution, D., U. (2015). Efektivitas behaviour skill training untuk meningkatkan asertivitas pada korban bullying. *Tesis*, diterbitkan, Universitas Sumatra Utara.

- Nigro-Bruzzi, D., & Sturmey, P. (2010). The effects of behavioral skills training on mand training by staff and unprompted vocal mands by children. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 43(4), 757–761. doi:10.1901/jaba.2010.43-757
- Nkechi, E., E., Ewomaoghene, E., E., & Egenti, N. (2016). The role of guidance and counselling in effective teaching and learning in schools. *RAY: International Journal of Multidisciplinary Studies*, 1(2), 36-48. Retrieved from [https://chakdahacollege.in.net/upld_journal/upld_jrnl_dcmnt/04-1\(2\)-36-48.pdf](https://chakdahacollege.in.net/upld_journal/upld_jrnl_dcmnt/04-1(2)-36-48.pdf)
- Noor, Juliansyah. (2011). *Metodologi penelitian: skripsi, tesis, disertasi, dan karya ilmiah*. Jakarta: Prenada Media.
- Nuernberger, J. E., Ringdahl, J. E., Vargo, K. K., Crumpecker, A. C., & Gunnarsson, K. F. (2013). Using a behavioral skills training package to teach conversation skills to young adults with autism spectrum disorders. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 7(2), 411-417. doi:10.1016/j.rasd.2012.09.004.
- Nurihsan, A. J. (2017). *Strategi layanan bimbingan dan konseling (Rev.ed)*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Omoniyi, M. B. I (2016). History and development of guidance and counselling: the missing dimension of nigeria school counselling services. *International Journal of Education and Research*, 4 (11), 413-424.
- Parker, J. G., Rubin, K. H., Erath, S. A., Wojslawowicz, J. C., & Buskirk, A. A. (2015). Peer relationships, child development, and adjustment: a developmental psychopathology perspective. *Developmental Psychopathology*, 419–493. doi: 10.1002/9780470939383.ch12
- Parsons, M. B., Rollyson, J. H., & Reid, D. H. (2012). Evidence-based staff training: a guide for practitioners. *Behavior Analysis in Practice*, 5(2), 2–11. doi:10.1007/BF03391819.
- Patterson, G. R. (1997). Performance models for parenting: a social interactional perspective. In J. Grusec & L. Kuczynski (Eds.), *Parenting and the socialization of values: a handbook of contemporary theory* (pp. 193–235). New York, NY: Wiley
- Poche, C., Yoder, P., & Miltenberger, R. (1988). Teaching selfprotection skills to children using television techniques. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 21(3), 253–261. doi:10.1901/jaba.1988.21-253
- Prayitno. (1995). *Layanan bimbingan dan konseling kelompok (dasar dan profil)*. Penerbit: Ghalia Indonesia.
- Presiden Republik Indonesia. (2005). Peraturan Pemerintah RI Nomor 19, Tahun 2005, tentang Standar Nasional Pendidikan. doi:10.1017/CBO9781107415324.004.

- Prinstein, M.J., & Giletta, M. (2016). *Peer relations and developmental psychopathology*. In d. Cicchetti (ed.), *developmental psychopathology*. (3rded.). New York: Wiley
- Primastika, W. (29 Juli 2018). Penyebab kriminalitas anak: kurang kasih sayang dan pengakuan sosial. Tirto.id, Retrieved from <https://tirto.id/penyebab-kriminalitas-anak-kurang-kasih-sayang-pengakuan-sosial-cP3F>
- Pujiani. (2018). Gambaran ketrampilan sosial anak remaja yang mengalami gangguan perilaku. *Jurnal Edunursing*, 2 (1), 35-43. Retrieved from <http://journal.unipdu.ac.id:8080/index.php/edunursing/article/view/1258>
- Purba, D.O. (31 Oktober 2019). Kecanduan game online, 8 pelajar dirawat di rumah sakit jiwa. Retrieved from <https://regional.kompas.com/read/2019/10/31/22112751/kecanduan-game-online-8-pelajar-dirawat-di-rumah-sakit-jiwa>.
- Purnama, F. H. & Raharjo, S. T. (2018). Peran sekolah dan perilaku remaja. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 5(3), 205-213. doi:10.24198/jppm.v5i3.18631
- Puslitdatin. (2019). Penggunaan narkoba di kalangan remaja meningkat. <https://bnn.go.id/penggunaan-narkoba-kalangan-remaja-meningkat/>
- Raimundo, R., Carapito, E., Pereira, A., Marques-Pinto, A., Lima, M. L., & Ribeiro, M. (2012). School social behavior scales: an adaptation study of the Portuguese version of the social competence scale from SSBS-2. *The Spanish journal of psychology*. 15. 1473-1484. doi:10.5209/rev_SJOP.2012.v15.n3.39431.
- Republik Indonesia. (2005). *Undang-Undang RI Nomor 14, Tahun 2005, tentang Guru dan Dosen*.
- Retnawati, H. (2016). *Analisis kuantitatif instrumen penelitian panduan peneliti, mahasiswa, dan psikometrian*. Yogyakarta: Parama Publishing.
- Riggio, R. E., Tucker, J., & Coffaro, D. (1989). Social skills and empathy. *Personality and Individual Differences*, 10(1), 93–99. doi:10.1016/0191-8869(89)90184-0
- Riggio, R. E., & Reichard, R. J. (2008). The emotional and social intelligences of effective leadership. *Journal of Managerial Psychology*, 23(2), 169–185. doi:10.1108/02683940810850808
- Rizeki, Z. P. (2012). Hubungan antara keterampilan sosial dengan perilaku agresif remaja siswa kelas XI SMK Bunda kandung Jakarta selatan. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*. 1(1). 177-182. doi:10.21009/JPPP.011.23

- Saputro, K. Z. (2017). Memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja. *APLIKASIA: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, 17(1), 25-32. doi: 10.14421/aplikasia.v17i1.1362
- Sarokoff, R. A., & Sturmey, P. (2004). The effects of behavioral skills training on staff implementation of discrete-trial training. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 37(4), 535–538. doi: 10.1901/jaba.2004.37-535
- Sartika, W. (2013). Masalah-masalah interaksi sosial siswa dengan teman sebaya di sekolah. *Konselor Jurnal Ilmiah Konseling*, 2 (1), 141-145.
- Sary, Y. N. E. (2017). Perkembangan kognitif dan emosi psikologi masa remaja awal. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 6-12.
- Sakinah, A. (2016). Keseimbangan relasi orang tua–remaja sebagai prediktor kejelasan orientasi masa depan pendidikan. *Psymphatic*, 3(2), 267-286. doi:10.15575/psy.v3i2.986.
- Santrock, J. W. (2018). *A topical approach to life-span development (9th ed.)* New York: McGraw-Hill Education.
- Segrin, C., McNelis, M., & Swiatkowski, P. (2016). Social skills, social support, and psychological distress: a test of the social skills deficit vulnerability model. *Human Communication Research*, 42, 122–137. doi:10.1111/hcre.12070
- Segrin, C. (2017). Indirect effects of social skills on health through stress and loneliness. *Health Communication*, 1–7. doi: 10.1080/10410236.2017.1384434
- Setiawati, F., A. (2017). *Statistika terapan untuk penelitian pendidikan dan sosial*. Yogyakarta: Parama Publishing.
- Shadish, W. R., Cook, T. D., & Campbell, D.T. (2002). *Experimental and quasiexperimental designs: for generalized causal inference*. Boston: Houghton Mifflin Co.
- Sharma, R. (2016). Social skills: their impact on academic achievement and other aspects of life. *International Journal for Innovative Research in Multidisciplinary Field*. 2(7), 219-224. Retrieved from <https://www.ijirmf.com/wp-content/uploads/2016/11/201607049.pdf>
- Shayne, R., & Miltenberger, R. G. (2013). Evaluation of behavioral skills training for teaching functional assessment and treatment selection skills to parents. *Behavioral Interventions*, 28(1), 4–21. doi: 10.1002/bin.1350
- Shnyrenkov, E., & Romanova, E. (2015). The development of social competence in the educational training program specialists in urban construction. *Procedia Engineering*, 117, 331–336. doi: 10.1016/j.proeng.2015.08.169
- Siradj, S. (2012). *Pengantar bimbingan dan konseling*. Surabaya: PT. Revka Petra Media.

- Sjafei, I. (2018). Kompetensi sosial dalam pembelajaran kooperatif bagi mahasiswa lptk. *Ikraith-Humaniora*, 2(2), 116-121. Retrieved from <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/view/116>
- Spence, S. H., Donovan, C., & Brechman-Toussaint, M. (2000). The treatment of childhood social phobia: the effectiveness of a social skills training-based, cognitive-behavioural intervention, with and without parental involvement. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 41(6), 713–726. doi:10.1111/1469-7610.00659
- Spence, S. H. (2003). Social skills training with children and young people: theory, evidence and practice. *Child and Adolescent Mental Health*, 8(2), 84-86. doi:10.1111/1475-3588.00051
- Steadly, K. M., Schwartz, A., Levin, M., & Luke, S. D. (2008). Social skills and academic achievement. *Evidence for Education*, 3(2), 1-8. Retrieved from <http://www.parentcenterhub.org/repository/social-skills/>
- Sternberg R. J. & Kostić, A. (2020). *Social intelligence and nonverbal communication*. Switzerland: Palgrave Macmillan.
- Stewart, K. K., Carr, J. E., & LeBlanc, L. A. (2007). Evaluation of family-implemented behavioral skills training for teaching social skills to a child with asperger's disorder. *Clinical Case Studies*, 6(3), 252–262. doi: 10.1177/1534650106286940.
- Storebo, O. J., Thomsen P. H., & Simonsen, E. (2011). Social skills training for attention deficit hyperactivity disorder (adhd) in children aged 5 to 18 years (review). This is a reprint of a Cochrane review, prepared and maintained by The Cochrane Collaboration and published in The Cochrane Library 2011, 12. The Cochrane Collaboration. Published by JohnWiley & Sons, Ltd
- Studer, J., & Oberman, A. (2006). The use of the asca national model in supervision. *Professional School Counseling*, 10(1), 82-87. doi: 10.1177/2156759X0601000102
- Sudarlan & Rifadin. (2016). Pengaruh kompetensi sosial dan kompetensi kepribadian terhadap kinerja dosen di jurusan akuntansi politeknik negeri Samarinda. *Jurnal Eksis*, 12(1), 3329-3338. Retrieved from <http://e-journal.polnes.ac.id/index.php/eksis/article/view/48>
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan r & d*. Bandung: Alfabeta.
- _____. (2014). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan r&d*. Bandung: Penerbit Alfabeta
- _____. (2015). *Metode penelitian kombinasi (mixed methods)*. Bandung: Alfabeta.

- _____. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan r&d*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi, D. K. (2008). *Pengantar pelaksanaan program bimbingan dan konseling di sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukmadinata, N. S. (2013). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Surya, M. (2003). *Psikologi pembelajaran dan pengajaran*. Bandung: Yayasan Bhakti Winaya.
- Taheri, S., Farzi, S., Tiznobaik, A., Taghinejad, H., Rezaei, N., Suhrabi, Z., Azadi, T., & Shafieian, M. (2018). Optimism, communication skills and its related factors in midwifery students. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 12(6), 10-13. doi: 10.7860/JCDR/2018/33907/11618
- Teunissen, H. A., Spijkerman, R., Cohen, G. L., Prinstein, M. J., Engels, R. C. M. E., & Scholte, R. H. J. (2014). An experimental study on the effects of peer drinking norms on adolescents' drinker prototypes. *Addictive Behaviors*, 39(1), 85–93. doi: 10.1016/j.addbeh.2013.08.034
- Tetono, M. M. D., Kuntoro, I. A., & Savitri, L.S.Y., (2017). The implementation of social skills training (SST) to improve the social skills of an adolescent with peer relationship problems at school. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research (ASSEHR)*, 135, 266-278. doi:10.2991/iciap-17.2018.24
- Thalib, S. B. (2013). *Psikologi pendidikan berbasis analisis empiris aplikatif*. Jakarta: Kencana.
- Thomas, B. R., Lafasakis, M., & Spector, V. (2016). Brief report: using behavioral skills training to teach skateboarding skills to a child with autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 46(12), 3824–3829. doi: 10.1007/s10803-016-2900-8
- Tohirin. (2007). *Bimbingan dan konseling di sekolah dan madrasah berbasis integrasi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Ulubey, Ö. (2018). The effect of creative drama as a method on skills: a meta-analysis study. *Journal of Education and Training Studies*, 6(4), 63-78. doi: 10.11114/jets.v6i4.2968.
- Van Der Hijde, R. (2016). Teaching a mother to use behavioural skills training with her child with autism spectrum disorder. *Thesis*, University of British Columbia. Retrieved from <https://open.library.ubc.ca/cIRcle/collections/ubctheses/24/items/1.030006>

- Van Straten, C. L., Peter, J., & Kühne, R. (2020). Child–robot relationship formation: a narrative review of empirical research. *International Journal of Social Robotics, 12*, 325–344. doi:10.1007/s12369-019-00569-0
- Villalba, J. A. (2006). Incorporating wellness into group work in elementary schools. *Journal for Specialists in Group Work, 32*(1), 31–40. doi:10.1080/01933920600977556
- Wardhani, C., M. (27 Desember 2018). Selama 2018, 13 kasus klitih terjadi di Yogyakarta, dua korban meninggal dunia. *Tribun Jogja*, Retrieved from <https://jogja.tribunnews.com/2018/12/27/selama-2018-13-kasus-klitih-terjadi-di-yogyakarta-dua-korban-meninggal-dunia>.
- Ward-Horner, J., & Sturmey, P. (2012). Component analysis of behavior skills training in functional analysis. *Behavioral Interventions, 27*(2), 75–92. doi:10.1002/bin.1339
- Warzak, W. J., & Page, T. J. (1990). Teaching refusal skills to sexually active adolescents. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 21*(2), 133–139. doi: 10.1016/0005-7916(90)90018-g
- Widoretno, S., Susilo, H., Abdurrajak, Y., & Amin, M. (2015). Keterampilan sosial dalam pembelajaran inkuiri pada pelajaran IPA di SMP. *Seminar Nasional Pendidikan Sains*. Surakarta. Magister Pendidikan Sains. FKIP UNS.
- Widoyoko, E. P. (2011). *Evaluasi program pembelajaran panduan praktis bagi pendidik dan calon pendidik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Whitcomb, S. A. (2018). *Behavioral, social, and emotional assessment of children and adolescents*. New York: Routledge.
- Winkel, W. S., & Hastuti, S. (2004). *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Wirantana, V. W. (2018). The implementation and adoptability of behavioral skills training in a career center. University of the Pacific, Thesis. https://scholarlycommons.pacific.edu/uop_etds/3533
- Woolfolk, A. (2016). *Educational psychology (13thed.)*. London: Pearson Education Limited
- Wright, K. B., Banas, J. A., Bessarabova, E., & Bernard, D. R. (2010). A communication competence approach to examining health care social support, stress, and job burnout. *Health Communication, 25*(4), 375–382. doi:10.1080/10410231003775206
- Yeaton, W. H., & Bailey, J. S. (1978). Teaching pedestrian safety skills to young children: an analysis and one-year follow up. *Journal of Applied Behavior Analysis, 11*(3), 315– 329. doi:10.1901/jaba.1978.11-315

Zins, J., Weissbert, R., Wang, M., & Walberg, H. (2004). *Building academic success on social and emotional learning: what does the research say?* New York: Teachers College Press.

Zsolnai, A. & Kasik, L. (2014). Functioning of social skills from middle childhood to early adolescence in Hungary. *The International Journal of Emotional Education*, 6(2), 54-68. Retrieved from <https://core.ac.uk/download/pdf/46603635.pdf>

LAMPIRAN

Lampiran 1. Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok, Materi, dan Naskah Drama

Treatment ke 1

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

- A Komponen Layanan : Layanan dasar
- B Bidang Layanan : Bidang pribadi-sosial
- C Fungsi Layanan : Pemahaman dan pengembangan
- D Tujuan :
1. Siswa mampu mengadakan interaksi yang tepat dengan orang lain
 2. Siswa mampu berbicara secara bergantian dengan orang lain dalam percakapan
- E Topik : *Berbicara secara bergantian*
- F Sasaran : Siswa kelas XI SMA Negeri 10 Yogyakarta
- G Metode dan Teknik : *Behavioral Skills Training (BST)*
- H Waktu : 60 menit
- I Media/Alat : *Power Point (PPT)*, Video, Aplikasi *zoom* dan naskah drama tentang berbicara secara bergantian dengan judul “Gantian Dong”.
- J Tanggal Pelaksanaan : 30 September 2020
- K Sumber :
1. Nurhan, H. (2020). Hindari, 5 Alasan Logis Jangan Suka Memotong Pembicaraan Orang Lain. Diakses dari <https://www.idntimes.com/life/relationship/tenda-bersajak-nations/memotong-pembicaraan-orang-c1c2 tanggal 21 Juli 2020>.
 2. Ishom, M. (2019). Larangan Memotong Pembicaraan Orang Lain. Diakses dari <https://islam.nu.or.id/post/read/111956/larangan-memotong-pembicaraan-orang-lain> pada tanggal 21 Juli 2020.
 3. Priyadi, S. (2015). Memotong Obrolan, Sopankah?. Diakses dari <https://www.kompasiana.com/sigitsatriopringgondanipriyadi/550090fea33311260d50fbb5/memotong-obrolan-sopankah>
 4. <https://www.boombastis.com/adab-berbicara/49429>
 5. <https://everydayspeech.com/social-skills-videos/>
 6. <https://www.youtube.com/watch?v=3RjRZ9jMfs0&t=25s>
- L Uraian Kegiatan :

No	Waktu	Uraian Kegiatan	Tahapan
1	2 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih memilih kelompok eksperimen untuk diberi perlakuan, sedangkan kelompok kontrol tidak diberi perlakuan. 2. Pelatih atau guru BK menyiapkan peralatan dan perlengkapan layanan berupa laptop, PPT materi, koneksi internet, aplikasi <i>zoom</i>, kertas, video, dan teks drama. 3. Pelatih atau guru BK meminta peserta berkumpul dan mempersiapkan diri di rumah menggunakan aplikasi <i>zoom</i> 	Tahap persiapan

2	13 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih membuka kegiatan dengan salam dan berdoa. 2. Pelatih menyapa peserta, menanyakan kabar, dilanjutkan dengan memperkenalkan diri singkat dan mempresensi siswa 3. Pelatih menjelaskan teknik BST dalam bimbingan kelompok yang meliputi: pengertian, tujuan, dan prosedur pelaksanaan. 4. Pelatih membentuk kelompok sesuai kebutuhan. 5. Pelatih menekankan tugas dan tanggungjawab peserta seperti memperhatikan, menghargai, dan memberi tanggapan positif. 6. Pelatih dan peserta membuat kontrak waktu dan menyusun aturan selama layanan berlangsung 	Tahap pembentukan kelompok
3	5 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta dipersilakan menceritakan permasalahan sosial yang dialami jika ada. 2. <i>Peserta diberikan keluasaan bertanya mengenai tugas yang belum dipahami</i> 3. Pelatih menanyakan kesiapan peserta mengikuti pelatihan BST. Bila peserta siap maka dilanjutkan dalam tahap inti 	Tahap peralihan
4	35 menit	<p>Kegiatan yang dilakukan peserta menggunakan teknik BST dalam bimbingan kelompok</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih menentukan keterampilan sosial target yang akan dilatih yaitu berbicara secara bergantian dengan judul “Gantian Dong”. 2. Pelatih memberikan alasan tentang pentingnya keterampilan yang dilatih. 3. Pelatih memberikan gambaran tepat perilaku yang menjadi target dan menjelaskan bagaimana melaksanakan tugas yang sudah ditentukan 4. Peserta diminta mengulangi instruksi agar diketahui yang memperhatikan dengan benar dan paham. <ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih memberikan contoh model video berbicara secara bergantian 2. Pelatih memastikan peserta mengamati dan memperhatikan secara komprehensif disertai penguatan positif 3. Pelatih memberikan penekanan perilaku model yang akan ditirukan <ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih memberikan naskah drama pada kelompok lain tentang <i>berbicara secara bergantian</i> dengan judul drama “ <i>Gantian Dong!</i>” 2. Peserta diminta mempelajari sejenak naskah drama dan peranannya masing-masing 3. Peserta lain yang tidak terlibat bermain peran diminta tetap memperhatikan untuk memberikan umpan balik pada peserta drama 4. Peserta drama diberikan latihan singkat sembari mengingat model yang sudah diberikan sebelumnya 5. Kemudian, peserta drama memerankan drama sesuai teks dan model. 	<p>Tahap Inti Kegiatan BST</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pemberian instruksi (<i>Instructions</i>) 2. Pemberian Model (<i>Modelling</i>) 3. Pelatihan (<i>Rehearsal</i>)

		<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih memberikan umpan balik atas kinerja bermain peran sekaligus pemberian penguatan. Umpan balik suportif bila sudah tepat dalam mempraktikkan keterampilan target, sedangkan umpan balik korektif dengan memberikan instruksi tentang bagaimana cara melakukan keterampilan sosial secara benar jika ada kesalahan 2. Peserta kelompok lain memberikan umpan balik berupa tanggapan dan saran atas kinerja bermain peran dari kelompok yang tampil 3. Pelatih meminta setiap kelompok untuk menyampaikan apa yang dirasakan atau dicapai, sebab muncul perilaku tertentu, dan rencana tindakan setelah menirukan model dan praktik bermain peran 4. Pelatih dan peserta menyimpulkan dan merefleksikan kegiatan teknik BST 5. Semua peserta diberikan tugas untuk mempraktikkan keterampilan yang dilatih dalam situasi kehidupan nyata. 	4. Umpan Balik (Feedback)
6	5 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih memberikan penguatan terhadap strategi yang ditemukan dalam kelompok 2. Setiap peserta memberikan kesan, pesan, dan hasil dari kegiatan layanan yang berlangsung 3. Tindak lanjut bisa berupa konseling individual atau konseling kelompok jika diperlukan 4. Kegiatan ditutup dengan salam dan berdoa bersama 	Tahap Pengakhiran

M Tindak Lanjut : Konseling individu atau konseling kelompok

N Materi :

Yogyakarta, Agustus 2020

Mengetahui,
Guru BK

Mahasiswa BK,

Dyah Suyuti, S.Pd.

Arif Fajar Romadhon, S.Pd

Materi 1

Berbicara secara Bergantian

A. Adab Berbicara.

Manusia adalah makhluk sosial yang tak bisa hidup tanpa bantuan orang lain. Dalam berhubungan dengan orang lain, dibutuhkan sebuah komunikasi antar satu dengan yang lain agar bisa terjalin ikatan sosial yang baik. Salah satu wujud komunikasi adalah berbicara dengan orang lain atau disebut dengan perbincangan. Ada banyak hal yang perlu diwaspadai dalam perbincangan ini yaitu timbulnya benih-benih permusuhan yang meretakkan persaudaraan. Namun, masih ada orang yang belum mengetahui bahwa dalam perbincangan itu ada adab atau etikanya yang ketika dilanggar akan dianggap tidak memiliki sopan santun bahkan merusakkan hubungan persaudaraan. Bagian dari adab berbicara adalah tidak memotong pembicaraan orang lain yang sedang berbicara dengan kita atau orang lain tanpa ada alasan yang bisa dibenarkan. Setiap orang memiliki hak yang sama untuk didengarkan sehingga hak orang tersebut untuk berbicara sampai selesai dan tidak bisa dipotong begitu saja.

B. Alasan tidak boleh memotong pembicaraan orang lain

Beberapa hal yang menjadi alasan kuat agar kita tidak memotong pembicaraan orang lain diantaranya

1. Menyinggung perasaan orang lain

Salah satu hal yang pasti terjadi ketika sering memotong pembicaraan orang lain adalah muncul rasa tersinggung dari orang lain. Hal itu terjadi karena orang lain akan merasa tidak dihargai dalam menyampaikan percakapan. Jika saat ini anda telah jatuh di dalamnya, cobalah untuk memperbaiki diri agar tak ada kesalahpahaman yang tercipta antara kamu dan lawan bicara.

2. Tidak dihargai oleh orang lain

Sudah disebutkan sebelumnya ketika memotong pembicaraan akan adalah orang lain tersebut merasa tidak dihargai dalam menyampaikan sesuatu. Perlu diingat bahwa dalam kehidupan ini ada unsur timbal balik. Jika anda memperlakukan orang lain dengan buruk, maka tidak menutup kemungkinan pula keburukan akan anda dapatkan berupa orang lain tidak akan menghargai apa yang disampaikan

3. Dijauhi orang lain

Sebagai makhluk sosial tentu kita tidak bisa hidup sendiri dan senantiasa memerlukan bantuan orang lain. Oleh karena itu, kamu dituntut untuk bisa menjaga hubungan baik antar sesama meskipun itu secara terpaksa. Namun orang lain tidak akan segan-segan untuk menjauhi jika anda tak menghargainya. Salah satu aspek tak menghargai yang dimaksud adalah sering memotong pembicaraan orang lain.

4. Dianggap sebagai orang yang tidak asik diajak berbicara

Tidak semua orang merasa cocok jika berkomunikasi dengan seseorang yang berbeda pemikiran. Satu-satunya hal yang harus dilakukan adalah individu harus pandai menyesuaikan etika dalam berbicara di lingkungan sosial saat ini. Memotong pembicaraan akan dianggap tidak asik atau tidak mengenakan oleh orang lain yang berakibat pada enggannya orang lain mengajak berbicara di kemudian hari.

5. Tidak akan mendapatkan informasi lebih lanjut

Salah satu tujuan utama dalam berkomunikasi adalah untuk mendapatkan sebuah informasi. Ketika anda sedang berbicara dengan orang yang penting dalam aktivitas atau pekerjaanmu, jangan sampai sesekali memotong pembicaraannya. Jika hal tersebut dilakukan, maka dia pasti akan malas melanjutkan topik pembicaraan yang berakibat pada diri sendiri yang akan kehilangan informasi penting lainnya.

C. Cara agar terhindar dari menyela pembicaraan orang lain

Beberapa cara agar terhindar dari perilaku menyela pembicaraan orang lain diantaranya:

1. Hendaknya tidak menghentikan pembicaraan seseorang hanya karena kita sudah tahu apa yang akan orang lain ceritakan.

Misalnya seseorang bercerita tentang megahnya bangunan Masjid Istiqlal di Jakarta. Kita tidak berminat mendengarkan cerita itu karena kita sendiri sudah pernah berkunjung ke sana. Lalu kita memintanya berhenti bercerita tentang Masjid Istiqlal. Sikap demikian tidak baik atau tercela karena bisa membuat orang yang bercerita itu menjadi malu dan bahkan mungkin tersinggung.

2. Tidak melakukan penyangkalan secara frontal

Jika seseorang bercerita kepada kita tentang suatu peristiwa tidak persis sama dengan keadaan yang sebenarnya, kita tidak harus melakukan penyangkalan secara frontal. Hal ini berlaku untuk hal-hal yang memang tidak prinsipil. Misalnya, seseorang bercerita tentang sebuah peristiwa kecelakaan lalu lintas yang terjadi di Jalan Sudirman antara sebuah sepeda motor dan sebuah mobil. Lalu ia mengatakan peristiwa itu terjadi pada jam 09.00 pagi. Kebetulan kita juga mengetahui peristiwa itu dan tahu persis pada pukul berapa kecelakaan itu terjadi. Jika kita tahu bahwa peristiwa itu terjadi pada pukul 09.10, kita tidak perlu secara frontal apalagi marah-marah menyangkal soal waktu kejadian sebab secara substansial pukul 09.00 dan pukul 09.10 adalah sama, yakni pagi hari. Apalagi jika orang yang bercerita itu lebih menekankan tentang peristiwanya dan bukan tentang waktu kejadiannya serta tidak ada maksud berbohong, maka hal yang tidak prinsipil ini bisa kita toleransi.

3. Mengajukan izin kepada orang yang sedang berbicara terlebih dahulu dan diberi ijin

Ada kondisi tertentu yang membuat kita melakukan pemotongan pembicaraan orang lain. Meskipun begitu tetap harus memperhatikan etika dan adab yang ada agar tidak menimbulkan prasangka dan sakit hati dari pembicara tersebut. Hal yang mesti dilakukan adalah anda perlu meminta izin terlebih dahulu kepada yang bersangkutan. Izin memotong pembicaraan ini dilakukan jika memang benar-benar mendesak dan kita hendak memotong apa yang sedang dibicarakan orang tersebut saat itu juga. Jika diizinkan, silahkan berbicara tentang apa yang akan anda sampaikan dengan baik, dan seperlunya. Namun jika tidak diizinkan, maka wajib menghormati dan menunggu sampai yang bersangkutan selesai berbicara baru kemudian bergantian berbicara.

Sebagai contoh, seorang murid bermaksud menyela pembicaraan guru karena ada sesuatu yang ingin ditanyakan dengan sebelumnya memohon maaf. Jika guru memberikan ijin, maka apa yang dilakukan murid tersebut tidak salah.

4. Menunggu giliran berbicara setelah orang lain selesai berbicara

Berbicara secara keroyokan saling menguasai juga merupakan hal yang memusingkan. Tidak mungkin seseorang harus mendengarkan 2 atau 3 orang yang berbicara bersama-sama tanpa ada yang mau menunggu orang lain menyelesaikan dulu penyampaian ucapannya. Memang benar ungkapan: Untuk menjadi pembicara yang baik, lebih dahulu kita harus menjadi pendengar yang baik. Jadi berusaha menjadi pendengar dahulu dengan menunggu orang lain selesai menyampaikan sesuatu, kemudian baru anda menyampaikan sesuatu dalam percakapan dengan orang lain.

Naskah Skenario Drama 1

Gantian Dong!

Pemeran:

1. Raka : Santai, mampu mencairkan keadaan
2. Jonathan : Mudah ngambek, Pemaaf, pecinta hewan
3. Samuel : Mendominasi pembicaraan, pecinta hewan

Hari Minggu pagi Raka dan Samuel berlatih futsal bersama dengan teman se komplek. Kurang lebih 3 jam mereka bermain kemudian memutuskan untuk beristirahat sambil membeli minuman dan camilan di warung sebelah lapangan futsal sebelum pulang ke rumah masing-masing.

Raka : Capek juga ternyata (sambil terengah-engah)
Samuel : iya, jam 9 pagi sekarang suhunya sudah panas banget kayak jam 12 siang
Raka : Sam, kamu mau pesan camilan apa sekalian aku ambilin, mumpung sudah cuci tangan?
Samuel : Bakwan 2, tahu isi 3, sama tempe mendoannya 3. Makasih Raka
Raka : Yaelah banyak banget. Kamu belum sarapan pagi tadi?
Samuel : (tertawa)

Tiba-tiba Jonathan lewat di depan lapangan futsal. Spontan Raka dan Samuel yang masih asik ngobrol menyapa Jonathan. Kemudian Jonathan menghampiri keduanya.

Samuel : Hai, Jonathan
Raka : Hai, Jo
Jonathan : Hai Samuel, Hai Raka
Raka : Mau ke mana Jo?
Jonathan : Mau beli makanan anjing. Kebetulan stok makanan anjing di rumah habis
Raka : Sini ikutan ngobrol dulu
Jonathan : Oke, kebetulan toko baru buka jam 10 jadi mampir dulu.
Samuel : Waah kebetulan kamu di sini. Aku mau cerita tentang hewan peliharaan baruku
Raka : Kamu punya hewan peliharaan baru ternyata. Hewan apa Sam? (penasaran)
Samuel : Anjing kecil. Aku beri nama Maxie, dia sejenis anjing pudel standar, dan dia sangat ... (belum selesai bicara)
Jonathan : (memotong pembicaraan) Oh iya, aku juga punya anjing kecil, aku beri nama Cecil. Dia bisa menangkap bola dan barang-barang yang aku lemparkan. Cecil merupakan anjing jenis Chihuahua.
Samuel : Iya Jo, dan anjingku si Max.... (belum selesai bicara)
Jonathan : (memotong pembicaraan Samuel) Oh iya, Cecil bulunya didominasi warna coklat tua dan terlihat lucu. Belum lagi kalau setiap pagi dia selalu ngajak jalan-jalan keluar rumah.
Samuel : Wahh pasti lucu banget anjingmu. Punyaku anjing sejenis Pudel standar yang beberapa waktu lalu dikasih sama... (belum selesai bicara)
Jonathan : (memotong pembicaraan Samuel) Oh aku tahu itu, Pudel standar merupakan anjing *non-sporting* atau *utility*. Itu anjing asalnya dari Perancis yang terkenal pandai, siaga, aktif, setia, naluriah, dan dapat dilatih. Aku sedikit banyak tahu tentang anjing Pudel.
Samuel : Ow begitu. Si Maxie masih berusia... (belum selesai bicara)
Jonathan : (memotong pembicaraan) Usia rata-rata anjing Pudel standar berkisar 12 sampai 15 tahun. Usia yang cukup lama untuk sejenis anjing latih.
Samuel : Iya Jo, maksudku usia si Maxie sekarang itu... (belum selesai bicara)
Jonathan : (memotong pembicaraan) Dan temenku ada yang punya jenis Pudel dengan bulu berwarna perak jadi kelihatan menarik dan imut. Bahkan sudah banyak yang menawar dengan harga tinggi.
Samuel : Eh Jo, sebenarnya Maxie... (belum selesai bicara)
Jonathan : (memotong pembicaraan) Oiya,, banyak kontes anjing terlucu di kota kebanyakan pemilik anjing melombakan jenis Pudel dan Chihuahua.
Raka : (bingung melihat perilaku Jonathan) Eh.. Jo..Jo..

Samuel : Hey, Jonathan!. Gantian dong! Kenapa memotong pembicaraan aku terus? Kamu sudah aku berikan kesempatan ngomong. Apa karena mentang-mentang kamu paham tentang berbagai jenis anjing terus tidak mau mendengarkan penjelasan tentang anjingku? Sudahlah, aku pulang saja! (kesal)

Raka : Loh..Sam..Sam! Ini minumannya dan camilannya belum kamu bayar! Waduuuhh gara-gara kamu Jo, motong pembicaraan Samuel. Dia jadi ngambek. Jadi aku yang bayar minum dan camilan Samuel nih. (bingung dan kesal)

Jonathan : Yahh,.. aku kan juga antusias menceritakan anjing peliharaanku dan menjelaskan tentang ras anjing saja. (bingung)

Raka : Eh..Jo..Jo..memotong pembicaraan orang lain itu tidak sopan. Lawan bicara akan tersinggung karena pembicaraannya belum selesai sudah disambar orang lain. Selain itu, meskipun kamu sudah hafal berbagai jenis anjing, biarkan Samuel menjelaskannya dahulu baru setelah itu kamu gantian bicara.

Jonathan : Hemm, begitu ya .padahal aku berbicara topik yang sama (tanpa merasa bersalah)

Raka : (tepek jidat)

Samuel masih kesal dengan Jonathan sehingga ketika berpapasan di jalan, Samuel enggan menjawab sapaan Jonathan. Begitu seterusnya hingga seminggu lebih. Jonathan mulai merasa tidak nyaman atas sikap Samuel pada dirinya yang menganggap “tidak ada”. Akhirnya, Jonathan merenung perihal perilaku memotong pembicaraan Samuel sebelumnya dan akan berusaha bergiliran dalam setiap percakapan dengan orang lain. Kemudian Jonathan pergi ke rumah Raka untuk menanyakan sikap Samuel

Jonathan : Raka, Apa Samuel masih marah sama aku? Setiap ketemu dia tidak membalas sapaanku

Raka : Setau aku si iya masih ngambek sama kamu

Jonathan : Gara-gara memotong pembicaraan minggu lalu?

Raka : Iya.. dia nggak mau ngobrol sama kamu kata dia. Coba deh kamu minta maaf dan jangan memotong pembicaraan orang lain.

Jonathan : Oke.. Raka.. Kira-kira Samuel ada di mana sekarang?

Raka : Biasanya dia ada di tempat futsal depan sana.

Jonathan : Terimakasih infonya, Raka

Raka : Eh bentar Jo! Ganti rugi dong, gara-gara kamu kemarin aku bayarin makanan dan minuman Samuel. Mana dia pesennya banyak lagi.

Jonathan : Iya maaf.. habis berapa kemarin? aku ganti sekarang

Raka : Bercanda doang Jo (ketawa sambil nepuk pundak Jonathan). Sudah sana samperin Samuel saja.

Jonathan : Oke. Terimakasih Raka

Jonathan kemudian mendatangi Samuel yang masih duduk di pinggir lapangan futsal

Jonathan : Hai Sam.

Samuel : Ada perlu apa? (sedikit cuek)

Jonathan : Sam, maaf ya kemarin kalau aku motong pembicaraan kamu. Aku terlalu antusias dalam membahas anjingku sampai tidak memberi kesempatan kamu bicara (menyesal)

Samuel : Oh ya. Tidak apa-apa toh juga sudah lewat

Jonathan : Makasih Sam..dan sekali lagi aku bener-bener minta maaf. Oiya gimana perkembangan si Maxie sekarang?

Samuel : (mulai antusias) Maxie makin lucu sekarang.

Jonathan : oh iya?

Samuel : Maxie bisa bermain akrobatik dan lincah ketika lari

Jonathan : Keren juga Maxie.. anjingku si Cecil juga dapat bermain trik. (menahan diri untuk berbicara lagi)

Samuel : Aku melatih Maxie setiap hari. Dan sekarang Maxie bisa akrobatik seperti berbaring, berdiri lurus, berputar. Selain itu, Maxie sangat ramah pada orang lain. Kalau Cecil bisa trik apa saja, Jo?

Jonathan : Cecil bisa duduk, berbaring, berguling-guling, dan menangkap bola. Cecil bahkan naik ke tempat tidur untuk tidur bersama aku. Kemanapun aku jalan di sekitar rumah dia selalu mengikuti.

Samuel : Baru denger saja sudah kelihatan lucu sekali dia. Dulu kamu beli Cecil di mana?

Jonathan : Oh tidak beli, tetapi dikasih tante aku yang tinggal di Meksiko. Cecil jenis anjing Chihuahua asli dari Meksiko

Samuel : Wahh beruntung sekali kamu, Jo
 Jonathan : Jujur aku nggak nyangka juga kalau dikasih tante anjing yang asli dari Meksiko.
 Samuel : Aku juga sama, kebetulan kalau aku dikasih dari saudara yang tinggal di Paris.
 Jonathan : Keren nih. Maxie itu jenis Pudel memang asli ras anjing dari Perancis. Pasti bagus sekali bulu Maxie (penasaran)
 Samuel : Bener, lembut dan warnanya coklat tua. Oiya, kamu nampaknya hafal jenis-jenis ras anjing ya?
 Jonathan : Ah.. tidak juga.. aku hanya tau beberapa saja. Itupun ayahku yang ngasih tau
 Samuel : Selain Cecil kamu ada anjing lain lagi?
 Jonathan : Ada Sam.. seperti si LULU sejenis Siberian Huskey, si Bull sejenis anjing Pitbull, kemudian ada jenis Doberman, dan Jack Russell Terrier
 Samuel : Wahh banyak juga.. Aku hanya punya satu yaitu si Maxie saja. Semua anjingmu itu kamu yang ngurus Jo?
 Jonathan : Tidak, Sam. Aku dibantu Kakakku untuk mengurus semua Anjing. Hanya saja kita bagi tugas seperti aku yang kebagian beli makan Anjing dan membawa ke klinik untuk perawatan, sedang Kakakku membersihkan kandang dan memandikan semua anjing.
 Samuel : Wahh bikin penasaran. Kapan-kapan saya mau lihat-lihat Anjingmu, boleh kan?
 Jonathan : Sangat boleh.. silakan datang kapan saja kamu mau (senyum semangat)
 Samuel : Siap Makasih, Jo..
 Jonathan : Santai saja, Sam
 Samuel : Oiya, kapan-kapan kalau ada waktu kita ajak Maxie dan Cecil untuk pergi jalan-jalan bersama di taman kota.
 Jonathan : Sangat setuju sekali (mengacungkan jempol)
 Samuel : Nanti kita berkabar lagi ya lewat WA
 Jonathan : Siap menunggu kabar darimu, Sam

__Selesai__

Treatment ke 2

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

A	Komponen Layanan	: Layanan dasar
B	Bidang Layanan	: Bidang pribadi-sosial
C	Fungsi Layanan	: Pemahaman dan pengembangan
D	Tujuan	: <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa mampu mengadakan interaksi yang tepat dengan orang lain 2. Siswa mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi dengan berkompromi dengan orang lain
E	Topik	: <i>Berkompromi menghadapi masalah</i>
F	Sasaran	: Siswa kelas XI SMA Negeri 10 Yogyakarta
G	Metode dan Teknik	: <i>Behavioral Skills Training (BST)</i>
H	Waktu	: 60 menit
I	Media/Alat	: PPT, Video, Aplikasi <i>zoom</i> , dan naskah drama tentang berkompromi dengan judul “liburan akhir semester”
J	Tanggal Pelaksanaan	: 2 Oktober 2020
K	Sumber	: Amalia, V. (2020). Jenis Negosiasi, Tahapan Serta Pengertiannya. Diakses dari https://tambahpinter.com/jenis-negosiasi/ , tanggal 22 Juli 2020 Cohen, T. R. (2010). Conflict Resolution. The Corsini Encyclopedia of Psychology, 4 th edition, 1. DOI: 10.1002/9780470479216.corpsy0219 Putra, Alvino K.U. & Rinawati, Rini. (2015). Gaya Manajemen Kompromi Dalam Menekan Konflik Antar Kelompok. <i>Prosiding Manajemen Komunikasi</i> . Vol 1 (2). http://karyailmiah.unisba.ac.id/index.php/mankom/article/view/2236 Sumaryanto. (2010). Manajemen Konflik Sebagai Salah Satu Solusi Dalam Pemecahan Masalah. Disajikan dalam acara OPPEK Dosen UNY Di Hotel Bukit Surya Tanggal 25 September 2010. Wartini, Sri. (2015). Strategi Manajemen Konflik Sebagai Upaya Meningkatkan Kinerja Teamwork Tenaga Kependidikan. <i>Jurnal Manajemen dan Organisasi</i> . Vol 6 (1), pp 64-73 pakdosen.pengajar.co.id/kompromi-adalah/#ftoc-heading-4 https://www.youtube.com/watch?v=JN9jPCPFWT0
L	Uraian Kegiatan	:

No	Waktu	Uraian Kegiatan	Tahapan
1	2 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih memilih kelompok eksperimen untuk diberi perlakuan, sedangkan kelompok kontrol tidak diberi perlakuan. 2. Pelatih atau guru BK menyiapkan peralatan dan perlengkapan layanan berupa laptop, PPT materi, koneksi internet, aplikasi <i>zoom</i>, kertas, video, dan teks drama. 3. Pelatih atau guru BK meminta peserta berkumpul dan mempersiapkan diri di rumah menggunakan aplikasi <i>zoom</i> 	Tahap persiapan
2	13 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih membuka kegiatan dengan salam dan berdoa. 2. Pelatih menyapa peserta yang dilanjutkan menanyakan kabar dan mempresensi siswa 3. Pelatih menjelaskan teknik BST dalam bimbingan kelompok yang meliputi: pengertian, tujuan, dan prosedur pelaksanaan. 4. Pelatih membentuk kelompok sesuai kebutuhan. 5. Pelatih menekankan tugas dan tanggungjawab peserta seperti memperhatikan, menghargai, dan memberi tanggapan positif. 6. Pelatih dan peserta membuat kontrak waktu dan menyusun aturan selama layanan berlangsung 	Tahap pembentukan kelompok
3	5 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta dipersilakan menceritakan permasalahan sosial yang dialami jika ada. 2. <i>Peserta diberikan keluasaan bertanya mengenai tugas yang belum dipahami</i> 	Tahap peralihan

		3. Pelatih menanyakan kesiapan peserta mengikuti pelatihan BST. Bila peserta siap maka dilanjutkan dalam tahap inti	
4	35 menit	Kegiatan yang dilakukan peserta menggunakan teknik BST dalam bimbingan kelompok	Tahap Inti Kegiatan BST
		<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih menentukan keterampilan perilaku sosial target yang akan dilatih yaitu berkompromi dalam mengatasi masalah dengan judul “liburan akhir semester” 2. Pelatih memberikan alasan tentang pentingnya keterampilan yang dilatih. 3. Pelatih memberikan gambaran tepat perilaku yang menjadi target dan menjelaskan bagaimana melaksanakan tugas yang sudah ditentukan 4. Peserta diminta mengulangi instruksi agar diketahui yang memperhatikan dengan benar dan paham. 	1. Pemberian instruksi (Instructions)
		<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih memberikan contoh model video <i>berkompromi</i> 2. Pelatih memastikan peserta mengamati dan memperhatikan secara komprehensif disertai penguatan positif 3. Pelatih memberikan penekanan perilaku model yang akan ditirukan 	2. Pemberian Model (Modelling)
		<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih memberikan naskah drama pada kelompok tentang <i>berkompromi dalam mengatasi masalah</i> 2. Peserta diminta mempelajari naskah drama dan peranannya masing-masing 3. Peserta lain yang tidak terlibat bermain peran diminta tetap memperhatikan untuk memberikan umpan balik pada peserta drama 4. Peserta drama diberikan latihan singkat sembari mengingat model yang sudah diberikan sebelumnya 5. Kemudian, peserta drama memerankan drama sesuai teks dan model. 	3. Pelatihan (Rehearsal)
		<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih memberikan umpan balik atas kinerja bermain peran sekaligus pemberian penguatan. Umpan balik suportif bila sudah tepat dalam mempraktikkan keterampilan target, sedangkan umpan balik korektif dengan memberikan instruksi tentang bagaimana cara melakukan keterampilan sosial secara benar jika ada kesalahan 2. Peserta kelompok lain memberikan umpan balik berupa tanggapan dan saran atas kinerja bermain peran dari kelompok yang tampil 3. Pelatih meminta setiap kelompok untuk menyampaikan apa yang dirasakan atau dicapai, sebab muncul perilaku tertentu, dan rencana tindakan setelah menirukan model dan praktik bermain peran 4. Pelatih dan peserta menyimpulkan dan merefleksikan kegiatan teknik BST 5. Semua peserta diberikan tugas untuk mempraktikkan keterampilan yang dilatih dalam situasi kehidupan nyata. 	4. Umpan Balik (Feedback)
6	5 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih memberikan penguatan terhadap strategi yang ditemukan dalam kelompok 2. Setiap peserta memberikan kesan, pesan, dan hasil dari kegiatan layanan yang berlangsung 3. Tindak lanjut bisa berupa konseling individual atau konseling kelompok jika diperlukan 4. Kegiatan ditutup dengan salam dan berdoa bersama 	Tahap Pengakhiran

M Tindak Lanjut : Konseling individu atau konseling kelompok
N Materi :

Yogyakarta, Agustus 2020

Mengetahui,
Guru BK

Mahasiswa BK,

Dyah Suyuti, S.Pd.

Arif Fajar Romadhon, S.Pd

Materi 2

Berkompromi menghadapi masalah

A. Konflik

Konflik atau masalah adalah sesuatu yang tidak bisa dihindari dan pasti terjadi pada seseorang dalam melakukan hubungan dengan orang lain atau bahkan hubungan internal dengan diri sendiri. Konflik terjadi dalam situasi di mana dua atau lebih pihak yang saling tergantung (baik individu atau kelompok) memiliki minat, hasil, dan / atau tujuan yang tidak sesuai dalam beberapa hal. Ditegaskan kembali bahwa konflik dapat berupa perselisihan (*disagreement*), adanya ketegangan (*the presence of tension*), atau munculnya kesulitan-kesulitan lain di antara dua pihak atau lebih. Konflik sering menimbulkan sikap oposisi antara kedua belah pihak, sampai kepada tahap di mana pihak-pihak yang terlibat memandang satu sama lain sebagai penghalang dan pengganggu tercapainya kebutuhan dan tujuan masing-masing

Pada awalnya konflik dianggap sebagai gejala atau fenomena yang tidak wajar dan berakibat negatif, tetapi sekarang konflik dianggap sebagai gejala alamiah yang dapat berakibat negatif maupun positif tergantung bagaimana cara mengelolanya. Oleh sebab itu, persoalan konflik tidak perlu dihilangkan tetapi perlu dikembangkan karena merupakan sebagai bagian dari kodrat manusia yang menjadikan seseorang lebih dinamis dalam menjalani kehidupan. Secara umum, konflik menandakan kesempatan untuk berubah dan berkembang, serta memperbaiki pemahaman dan komunikasi baik dengan diri sendiri maupun orang lain. Proses menyelesaikan konflik itu tidak mudah, namun setiap individu perlu melakukan fasilitasi diskusi dan menghasilkan resolusi karena konflik adalah bagian hidup sehari-hari.

B. Akibat konflik

Dampak konflik dalam kehidupan masyarakat adalah meningkatkan solidaritas sesama anggota masyarakat yang mengalami konflik dengan masyarakat lainnya dan mungkin juga membuat keretakan hubungan antar masyarakat yang bertikai. Konflik dapat berakibat negatif maupun positif tergantung pada cara mengelola konflik tersebut.

1. Akibat negatif

- a. Menghambat komunikasi.
- b. Mengganggu kohesi (keeratan hubungan).
- c. Mengganggu kerjasama atau “team work”.
- d. Mengganggu proses produksi, bahkan dapat menurunkan produksi.
- e. Menumbuhkan ketidakpuasan terhadap pekerjaan.
- f. Individu atau personil mengalami tekanan (stress), mengganggu konsentrasi, menimbulkan kecemasan, mangkir, menarik diri, frustrasi, dan apatisme.

2. Akibat Positif dari konflik:

- a. Membuat organisasi tetap hidup dan harmonis.
- b. Berusaha menyesuaikan diri dengan lingkungan.
- c. Melakukan adaptasi, sehingga dapat terjadi perubahan dan perbaikan dalam sistem dan prosedur, mekanisme, program, bahkan tujuan organisasi.
- d. Memunculkan keputusan-keputusan yang bersifat inovatif.
- e. Memunculkan persepsi yang lebih kritis terhadap perbedaan pendapat

C. Jenis-Jenis Manajemen Konflik

Dampak negative yang begitu besar dari adanya konflik, maka perlu penyelesaian atau sering disebut manajemen konflik. Ada lima bentuk manajemen konflik, yaitu

- a. Kompetisi (*competing*).

Gaya manajemen konflik dengan tingkat keserifan tinggi dan tingkat kerja sama rendah. Gaya ini merupakan gaya yang berorientasi pada kekuasaan, di mana seseorang akan menggunakan kekuasaan yang dimilikinya untuk memenangkan konflik dengan biaya lawannya

b. Kolaborasi (*collaborating*).

Gaya manajemen konflik dengan tingkat keasertifan dan kerja sama yang tinggi. Tujuannya adalah untuk mencari alternatif, dasar bersama, dan sepenuhnya memenuhi harapan kedua belah pihak yang terlibat konflik. Pihak-pihak yang saling bertentangan akan sama-sama memperoleh hasil yang memuaskan, karena mereka justru bekerjasama secara sinergis dalam menyelesaikan persoalan, dengan tetap menghargai kepentingan pihak lain, sehingga kepentingan kedua pihak tercapai (menghasilkan win-win solution).

c. Menghindar (*avoiding*).

Gaya manajemen konflik dengan tingkat keasertifan dan kerja sama yang rendah. Dalam gaya manajemen konflik ini kedua belah pihak yang terlibat konflik berusaha menghindari konflik. Dampak kurang baik bisa terjadi jika pada saat yang kurang tepat konflik meletus kembali, ditambah lagi jika salah satu pihak menjadi stres karena

merasa masih memiliki hutang menyelesaikan persoalan tersebut

d. Mengakomodasi (*accommodating*).

Gaya manajemen konflik dengan tingkat keasertifan rendah dan tingkat kerja sama tinggi. Seseorang mengabaikan kepentingan dirinya sendiri berupaya memuaskan kepentingan lawan konfliknya.

e. Kompromi (*compromising*).

Kompromi dapat berarti membagi perbedaan di antara dua posisi dan memberikan konsensi untuk mencari titik tengah. Dalam menggunakan gaya manajemen kompromi ini, diperlukannya keterampilan dalam penggunaannya. Dimana keterampilan yang harus dimiliki yaitu kemampuan bernegosiasi, mendengarkan dengan baik yang dikemukakan oleh lawan konflik, mengevaluasi nilai, menemukan jalan tengah, dan memberi konsensi. Dengan demikian konflik yang terjadi dapat ditekan dan tidak menimbulkan konflik yang baru. Tindakan ini dapat dilakukan jika ke dua belah pihak merasa bahwa kedua hal tersebut sama-sama penting dan hubungan baik menjadi yang utama. Masing-masing pihak akan mengorbankan sebagian kepentingan dan tuntutan untuk mendapatkan situasi menang-menang (*win-win solution*).

D. Ciri Kompromi

1. Biasa dilakukan dengan keadaan kepala dingin.
2. Mengutamakan diskusi dalam pemecahan solusi.
3. Bersifat kekeluargaan dalam mencapai kesepakatan.
4. Biasa dilakukan dengan mengurangi atau bahkan tanpa tuntutan.
5. Kedudukan kedua pihak yang terlibat adalah sama.

E. Syarat Kompromi

Syarat dilakukannya kompromi adalah dengan cara menurunkan idealisme yang dimiliki oleh para masing-masing pihak sehingga akan dapat mencapai sebuah kompromi. Masing-masing pihak harus mengurangi tuntutannya untuk kata sepakat, sehingga perdamaian dapat dicapai. Penyelesaian perkara secara sepihak jelas bukan cara yang adil, karena masing-masing sama-sama memiliki hak untuk memperjuangkan kepentingannya untuk itu perlu dilakukannya kompromi guna menyelesaikan suatu perselisihan.

F. Tujuan Kompromi

Adapun beberapa tujuan dilakukannya kompromi antara lain sebagai berikut:

1. Mengajak pihak- pihak yang bertentangan untuk bekerja sama dengan cara berkompromi melakukan suatu perundingan.
2. Memelihara hubungan baik antar pihak yang berselisih paham supaya dapat berdamai dan menyelesaikan suatu perselisihan.
3. Agar setiap pihak yang bersengketa mendapatkan win-win solution, atau kedua pihak sama-sama untung.

4. Untuk menyelesaikan suatu konflik.

G. Kelebihan Dan Kekurangan kompromi

Berikut adalah kelebihan dan kekurangan kompromi diantaranya sebagai berikut:

1. Kelebihan kompromi adalah masalah dapat terselesaikan dengan damai, dan dapat memecahkan masalah dengan jalan hukum tanpa menghancurkan pihak lawan.
2. Kekurangan kompromi adalah pihak-pihak yang terlibat harus saling mengurangi tuntutan, kesepakatan sulit diterima di salah satu pihak, sehingga menimbulkan perdebatan.

H. Jenis-Jenis Kompromi

Berikut adalah beberapa jenis kompromi antara lain sebagai berikut:

1. Konsensus merupakan suatu bentuk kompromi di mana pihak-pihak yang sedang bertentangan bertemu bersama untuk mencari penyelesaian terbaik masalah mereka dan bukan mencari kemenangan sesuatu pihak
2. Konfrontasi merupakan bentuk kompromi di mana pihak-pihak yang saling berhadapan menyatakan pendapatnya secara langsung satu sama lain, dan dengan kepemimpinan yang trampil dan kesediaan untuk menerima penyelesaian, suatu penyelesaian konflik yang rasional sering diketemukan.
3. Kompromi Distributif adalah bentuk kompromi dimana pihak yang memiliki konflik berdiskusi untuk menyelesaikan masalah dengan cara membagi beberapa keuntungan dan kerugian mereka atau bisa disebut "*split the difference*".

I. Cara Melakukan Kompromi

Untuk mencapai hasil yang diinginkan, kompromi atau negosiasi harus dilakukan secara terstruktur dan tepat. Pada umumnya, proses negosiasi meliputi tahapan-tahapan berikut ini:

1. Persiapan
Sebelum melakukan negosiasi, kedua belah pihak perlu memutuskan kapan, dimana dan siapa yang akan hadir dalam pertemuan. Tahap ini memastikan kedua belah pihak mempersiapkan semua hal untuk memperjelas tujuan masing-masing saat melakukan negosiasi nanti. Melakukan persiapan juga dapat membantu untuk menghindari konflik akibat ketidaksepakatan saat negosiasi dan mengefisienkan waktu selama pertemuan.
2. Berdiskusi
Individu dari masing-masing pihak mengajukan hal yang harus disepakati dari sudut pandang mereka. Begitu pula dengan pihak lainnya. Masing-masing pihak dapat saling bertanya, saling mendengarkan dan saling mengklarifikasi. Setiap pihak memiliki kesempatan yang sama untuk menyampaikan hal menurut sudut pandang mereka.
3. Mengklarifikasi Tujuan
Dari diskusi tersebut, tujuan, kepentingan, dan sudut pandang kedua belah pihak yang berselisih perlu diklarifikasi. Melalui klarifikasi ini, terdapat kesempatan untuk membangun tujuan atau prioritas bersama. Tanpa melakukannya, kesalahpahaman kemungkinan besar terjadi dan dapat menyebabkan hambatan untuk mencapai hasil yang diinginkan.
4. Bernegosiasi Menuju Hasil (*win-win*)
Tahap ini berfokus pada hasil 'win-win', yang memungkinkan kedua pihak merasa telah memperoleh sesuatu yang positif atau menguntungkan. Kedua belah pihak juga merasa sudut pandang mereka telah dipertimbangkan. Meskipun ini tidak selalu dapat direalisasikan, melalui negosiasi, mencapai hasil tersebut harus menjadi tujuan akhir negosiasi. Agar dapat mencapainya, perlu adanya kompromi atau mengorbankan sebagian kepentingan yang seringkali dapat mencapai manfaat lebih besar bagi semua pihak.
5. Persetujuan
Persetujuan dapat dicapai setelah pemahaman tentang sudut pandang dan kepentingan kedua belah pihak telah dipertimbangkan. Sangat penting bagi semua pihak yang terlibat untuk tetap berpikiran terbuka agar mencapai solusi yang dapat diterima. Kesepakatan apa pun harus dibuat sangat jelas sehingga kedua belah pihak tahu apa yang telah diputuskan.
6. Mengimplementasi Hasil Persetujuan
Dari perjanjian tersebut, hasil persetujuan berupa tindakan apapun harus dilaksanakan untuk merealisasikan keputusan yang sudah dibuat.

Naskah Skenario Drama 2

Liburan Akhir Semester

Pemeran:

Santi : Anak yang egois
Syara : Anak yang egois, mudah ngambek
Zahra : memiliki sifat santai dan setia kawan

Sore hari sepulang sekolah Santi, Zahra, dan Syara sepakat bertemu di Gazebo sekolah untuk membicarakan liburan akhir pekan. Di pinggir lapangan, Syara sudah nampak menunggu sambil mendengarkan musik Sheilla On 7 kesukaannya. Maklum saja, Syara beda kelas yaitu kelas XI IPS 1, sedangkan Zahra dan Santi di kelas XI IPA 3.

Zahra : Hai Syara.!!
Syara : Hai Zahra, Hai Santi.
Santi : Sorry ni, kita baru keluar kelas karena ada pembahasan materi Kimia, jadi agak lama dan mundur pulang sekolahnya.
Zahra : Iya, maaf banget sampai molor setengah jam dari janji kita
Syara : Santai saja kali, aku dah hafal kok sama kesibukan anak-anak IPA (sambil ketawa ngledek)
Santi : iya iya.. kamu kan anak santai.. kamu anak IPS sih
Syara : Ihh nggak juga santai.. Tugas PR makin banyak nih, sebelum pulang sudah dapat tugas 4 mapel sekaligus..
Zahra : udah ah, malah bahas yang itu.. ayo kita bahas rencana liburan kita..lagian sudah sore nih keburu gerbang sekolah di kunci sama Pak Danu.
Syara : Iya, Pak Danu sudah ngecek setiap ruang kelas dan ngunci ruang kantor guru tadi pas aku menuju lapangan sini.
Santi : Ehmm.. kalau aku sih pinginnya jalan-jalan sambil makan makanan *seafood* ala Korea yang lagi hits dan dilanjutkan main bowling asik juga
Syara : Wahhh...aku nggak bisa makanan korea dan tidak bisa bermain bowling.
Santi : Padahal *Korean food* makanan yang kekinian. Pernah nyobain makan di Buldaq Korean BBQ Lippo Plaza mantep banget rasanya.
Syara : Aku punya alergi *seafood*, kalau makan *Korean food* tidak bisa makan semuanya. Selain itu, bowling juga belum pernah main jadi aku sama sekali tidak bisa. Bagaimana seandainya jika kita bertiga makan burger dan pergi ke Mal sambil belanja-belanja saja?

Santi : Burger sudah biasa dan agak bosan. Di Lippo kan juga bisa sekalian Nge-Mall juga kan?
Zahra : (kebingungan sambil berusaha meleraikan) eh,, eh..bentar dulu ..
Syara : Kalau makan Korean food cuma kamu yang bisa menikmati. Katanya kita bertiga hrus sama-sama *enjoy*, bagaimana sih? (kesel)
Santi : Tapi aku lagi pingin makan *Korean food*. Sudah banyak *Youtuber* yang *me-review* makanan dan jadi tempat rekomendasi *Korean food* di Jogja. Nanti bisa pesen yang selain *seafood* ada, Pokoknya kamu harus nyobain dulu.
Syara : Padahal makanan korea kebanyakan *seafood*, rugi kalau tidak pesan *seafood*. Tapi aku punya alergi (berusaha menjelaskan)
Santi : (suara agak meninggi) Hey! Asal kamu tau di sana selain rasanya enak juga suasana kekinian banget cocok buat foto. Lumayanlah buat kenang-kenangan kita bertiga. Belum lagi dekat tempat makan *Korean food* ada tempat bowling yang enak buat nongkrong bersama. Perkara kamu nggak bisa bowling nanti aku ajari cara mainnya
Syara : (sambil mendekat ke wajah Santi) eh santai aja kali nggak usah ngegas ngomongnya. Aku juga cuma bilang kalau aku punya alergi dan nggak cocok makan *Korean food*. Selain itu, aku menyampaikan apa yang aku pingin pas liburan nanti.
Zahra : Eh.. sudaahhh jangan berantem (berusaha memisahkan Santi dan Syara)
Santi : (Sambil mendorong pundak Syara) Ya itu , aku maunya kita ke sana makan *Korean food* dan main bowling.. titik!!!
Syara : (berusaha mendorong kepala Santi) Ih kamu egois sekali!! Hanya memikirkan apa yang kamu sukai saja!! Kan tidak semua orang suka apa yang kamu sukai.
Zahra : (menghalau tangan Syara) Syara hentikan!!, Santi Hentikan!!
Santi : (berusaha menuding kepala Syara namun di pegang Zahra) Emang kenapa? Apa usulan liburanku tidak menarik gitu?!! Hah?!!
Syara : (sahut dengan ketus) Bukan gitu, San. Kita bisa cari yang kita bertiga sama-sama suka dan bisa untuk liburan besok. Hih gitu aja kok nggak mau!

Zahra : (menahan tubuh Santi dan Syara yang kian mendekat agar tidak saling pukul)
 Santi : Kalau nggak setuju yaudah aku absen aja liburan besok!!
 Syara : Aku juga ogah liburan tapi tidak nyaman cuma gara-gara ngikutin keinginanmu!
 Zahra : (Suara keras diikuti mendorong Santi dan Syara untuk menjauh) Hei Kalian !! Sudah..sudah...makin buat aku bingung saja! Kalian berdua ini kenapa sih? Santi maunya makan *korean food* dan bowling, sedangkan Syara pingin makan burger dan pergi ke Mall untuk belanja. Jujur kalau aku sih mau ke mana saja oke-oke saja asal kita bisa main bertiga. Bisa nggak sih di kompromikan saja?!

Syara : Dah lah bete aku sama Santi yang egois mulu! Zahra, aku pamit pulang dulu. *Byee!!*
 Santi : Aku kan maunya di tempat yang enak dan *instagramable*, apakah salah, Ra? Yaudah Zahra, aku juga mau pulang..*Bye!*

Santi dan Syara tidak saling berpamitan sebelum pulang karena masing-masing merasa rencana liburannya adalah pilihan terbaik. Selama 1 minggu Zahra mendapati kedua sahabatnya tidak bertegur sapa. Zahra kemudian berusaha berbicara dengan keduanya secara bergantian. Saat istirahat pertama Zahra menemui Santi

Zahra : Hai San.. masih marah sama Syara?
 Santi : Iya sih.. tapi setelah aku pikir-pikir ternyata aku egois ya.
 Zahra : Egois kenapa emang? (pura-pura tidak tahu)
 Santi : Syara punya alergi *seafood* tapi aku tetap minta kita makan *Korean food*. Aku merasa bersalah sama Syara. Gara-gara aku jadi kacau liburan kita bertiga (menyesal)
 Zahra : Aku sebenarnya suka *Korean food* juga. Awalnya aku setuju tapi setelah mendengar penjelasan Syara alergi *seafood* jadi berubah pikiran.
 Santi : Jadi nggak enak sama Syara. Ksmu bisa bantu ngomong sama Syara nggak? mau nyapa canggung rasanya
 Zahra : Tentu bisa dong..besok kalian aku undang makan ke rumah. Kebetulan besok Ibuku masak banyak karena kakakku dari Luar Negeri Pulang
 Santi : Oke.. semoga kita tidak ganggu
 Zahra : Aman kok.

Istirahat kedua Zahra bergantian menemui Syara di kelasnya

Zahra : Hai Ra,
 Syara : Oh Zahra, ada apa ?
 Zahra :Main aja sih, oya masih marah sama Santi?
 Syara : Nggak Ra, cuma canggung saja karena kejadian minggu lalu. Sebenarnya pingin nyapa Santi tapi kok nggak enak.
 Zahra : Ternyata kalian berdua sehati? (ketawa)
 Syara : Hah? Sehati gimana?
 Zahra : Santi juga bilang canggung mau nyapa kamu.
 Syara : Yang bener?
 Zahra : Iya, ngapain aku bohong. Dah, besok kalian berdua datang ke rumahku.untuk makan-makan. Kebetulan besok Ibuku masak banyak karena kakakku dari Luar Negeri Pulang
 Syara : Wah, Mas Anton kakakmu pulang dari Jepang. Dibawain oleh-oleh nih pastinya (merayu Zahra)
 Zahra : Gampanglah.. yang penting kalian baikan dulu kemudian kita bahas liburan. Dah ya, udah bel, aku mau masuk kelas dulu. *See You* (sambil lari menuju kelas)
 Syara : Siap grak!! (sambil memberi hormat)

Zahra berinisiatif untuk mengajak bertemu Santi dan Syara menyelesaikan rencana liburan akhir pekan yang belum jelas dengan mengundang kedua temannya ke rumah. Tak berapa lama Santi dan Syara datang ke rumah Zahra yang kebetulan Mas Anton sedang di teras rumah

Anton : Eh ada Santi dan Syara. Nyari Zahra ya?
 Santi : Iya mas .. Zahra ada tidak ya? (malu)
 Syara : Zahranya ada mas? (ikut bertanya)
 Anton : Zahra ada di dalam baru bantu ibu masak di dapur. Silakan masuk dulu. Sebentar aku panggilkan (pergi ke dapur)
 Zahra : (muncul sambil berteriak) Ohh ada dua orang kesayanganku.. ternyata sudah datang (agak meledek)
 Syara : Hih apaan sih Ra, *lebay* (kaget)
 Santi : Iya nggak biasanya *lebay* gini
 Zahra : (merangkul keduanya)
 Syara : Ih, Zahra bau terasi (menghindar)
 Santi : Zahra bau banget .. mesti belum mandi ya? (kesel)

Zahra : Iya bener semua kalian.. Aku begini kan juga nyiapin masakan buat kalian
Syara : Mandi dulu sana bau
Santi : Iya bau,, aku aduin ke ibu kamu loh (ketawa)

Zahra segera mandi sesuai permintaan kedua temannya. Setelah selesai Zahra menghampiri keduanya yang masih nampak canggung untuk memulai pembicaraan. Zahra kemudian memulai pembicaraan

Zahra : Eh btw, gimana nih kejelasan liburan akhir pekan kita? Masa sudah direncanakan untuk meluangkan waktu akhir pekan tidak jadi liburan gegara beda selera liburan? Ayolah.... kita sebentar lagi naik kelas 12 kemungkinan waktu untuk liburan bersama tidak seluang seperti sekarang. Pliiis turinin ego masing-masing lah.. aku mau kita bertiga bisa liburan bareng di mana saja asal kita bisa bareng aja dah seneng banget.
Syara : Iya bener kata Zahra. Sebentar lagi kelas 12 sudah tidak bisa main seperti sekarang alias sibuk persiapan ujian sekolah dan banyak tugas.. itu sih yang aku denger dari kakak kelas XII sekarang.
Santi : Aku juga setuju dengan Zahra. Tidak seharusnya aku memaksakan keinginanku pada kalian. Aku tidak mau rencana liburan gagal hanya gara-gara aku. Maafkan emosi aku kemarin Syara, Zahra (menyesal)
Syara : Terimakasih Santi atas pengertianmu (sambil memeluk Santi)
Zahra : (Ikutan meluk Santi dan Syara) Nah gini kan enak, saling memahami.
Santi : (Berkata dalam hati) Syara dan aku punya usulan berbeda, mungkin aku bisa bergabung dengan beberapa ide Syara. Jadi kita semua senang. Tidak adil jika aku mendapatkan semua keinginan sedang Syara dan Zahra tidak mendapatkan apa-apa.
Zahra : Nah sekarang bagaimana ini baiknya? Aku ikut keputusan kalian berdua saja
Santi : Syara kamu mau makan di mana? (Sedikit gugup)
Syara : Pergi ke toko Burger dekat Malioboro saja.. Di sana ada menu Burger yang besar, murah dan enak.
Santi : (menahan ego dengan mengingat Syara punya alergi *seafood*) Oke setuju.
Zahra : Boleh, ide bagus juga
Syara : Oke.. Aku penasaran, bagaimana kalau setelah makan burger kita mencoba bermain Bowling?
Santi : Kalau kamu tidak keberatan si
Syara : Oke saya mau, tapi nanti aku diajarin main bowling ya? (sambil senyum)
Santi : Siap komandan (senyum)
Zahra : Aku dilupain nih?
Santi : Eh iya.. maaf .. semuanya akan aku ajari main Bowling sampai bisa (penuh semangat)
Syara : Hahaha.. (tertawa)
Zahra : Yukk makan siang dulu, kebetulan sudah aku siapkan di dalam
Santi, Syara : Yuukk (sambil berjalan menuju ruang makan)

_____ **Selesai** _____

Treatment ke 3

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

- A Komponen Layanan : Layanan dasar
 B Bidang Layanan : Bidang pribadi-sosial
 C Fungsi Layanan : Pemahaman dan pengembangan
 D Tujuan :
 1. Siswa mampu mengadakan interaksi yang tepat dengan orang lain
 2. Siswa mampu membantu orang lain yang menjadi korban *bullying*
 3. Siswa mampu menghindari menjadi korban *bullying*
 4. Siswa mampu menghindari perilaku dan menjadi pelaku *bullying*
- E Topik : *Stop Perundungan*
 F Sasaran : Siswa kelas XI SMA Negeri 10 Yogyakarta
 G Metode dan Teknik : *Behavioral Skills Training (BST)*
 H Waktu : 60 menit
 I Media/Alat : PPT, video, aplikasi *zoom*, dan naskah drama tentang *perundung yang beruntung*
 J Tanggal Pelaksanaan : 9 Oktober 2020
 K Sumber :
 1. Video *Bullying* Karya dari Ian BS (Mahasiswa BK FIP UNY),
 2. <https://www.kemennpppa.go.id/lib/uploads/list/8e022-januari-ratas-bullying-kpp-pa.pdf>
 3. Ela Zain Zakiyah, Sahadi Humaedi, Meilanny Santoso. (2017). Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan *Bullying*. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat* 4(2). DOI: 10.24198/jppm.v4i2.14352
 4. Rahayu, Mutia I. (2020). *Bullying: Penyebab, Dampak, Jenis, dan Cara Mengatasi*. Diakses dari <https://doktersehat.com/bullying/> pada tanggal 18 Juli 2020.
 5. Kustiyono, K. (2019, October 25). Masalah Dan Pencegahan *Bullying* Pada Anak Sekolah. <https://doi.org/10.31227/osf.io/ec8na>
 6. Fatimatuzzahro, A. & Suseno, M.N. (2017). Efektivitas Terapi Empati Untuk Menurunkan Perilaku *Bullying* Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Empati*, Vol, 7 (3), hal 362 – 378

L Uraian Kegiatan :

No	Waktu	Uraian Kegiatan	Tahapan
1	2 menit	1. Pelatih memilih kelompok eksperimen untuk diberi perlakuan, sedangkan kelompok kontrol tidak diberi perlakuan. 2. Pelatih atau guru BK menyiapkan peralatan dan perlengkapan layanan berupa laptop, PPT materi, koneksi internet, aplikasi <i>zoom</i> , kertas, video, dan teks drama. 3. Pelatih atau guru BK meminta peserta berkumpul dan mempersiapkan diri di rumah menggunakan aplikasi <i>zoom</i>	Tahap persiapan
2	13 menit	1. Pelatih membuka kegiatan dengan salam dan berdoa. 2. Pelatih menyapa peserta yang dilanjutkan dengan menanyakan kabar dan mempresensi siswa 3. Pelatih menjelaskan teknik BST dalam bimbingan kelompok yang meliputi: pengertian, tujuan, dan prosedur pelaksanaan. 4. Pelatih membentuk kelompok sesuai kebutuhan. 5. Pelatih menekankan tugas dan tanggungjawab peserta seperti memperhatikan, menghargai, dan memberi tanggapan positif. 6. Pelatih dan peserta membuat kontrak waktu dan menyusun aturan selama layanan berlangsung	Tahap pembentukan kelompok
3	5 menit	1. Peserta dipersilakan menceritakan permasalahan sosial yang dialami jika ada. 2. <i>Peserta diberikan keluasaan bertanya mengenai tugas yang belum dipahami</i>	Tahap peralihan

		3. Pelatih menanyakan kesiapan peserta mengikuti pelatihan BST. Bila peserta siap maka dilanjutkan dalam tahap inti	
4	35 menit	Kegiatan yang dilakukan peserta menggunakan teknik BST dalam bimbingan kelompok	Tahap Inti Kegiatan BST
		1. Pelatih menentukan keterampilan perilaku sosial target yang akan dilatih yaitu <i>hentikan perundungan</i> 2. Pelatih memberikan alasan tentang pentingnya keterampilan yang dilatih. 3. Pelatih memberikan gambaran tepat perilaku yang menjadi target dan menjelaskan bagaimana melaksanakan tugas yang sudah ditentukan 4. Peserta diminta mengulangi instruksi agar diketahui yang memperhatikan dengan benar dan paham.	1. Pemberian instruksi (Instructions)
		1. Pelatih memberikan contoh model video tentang stop perundungan 2. Pelatih memastikan peserta mengamati dan memperhatikan secara komprehensif disertai penguatan positif 3. Pelatih memberikan penekanan perilaku model yang akan ditirukan	2. Pemberian Model (Modelling)
		1. Pelatih memberikan naskah drama pada kelompok tentang stop perundungan dengan judul naskah “perundung yang beruntung” 2. Peserta diminta mempelajari naskah drama dan peranannya masing-masing 3. Peserta lain yang tidak terlibat bermain peran diminta tetap memperhatikan untuk memberikan umpan balik pada peserta drama 4. Peserta drama diberikan latihan singkat sembari mengingat model yang sudah diberikan sebelumnya 5. Kemudian, peserta drama memerankan drama sesuai teks dan model.	3. Pelatihan (Rehearsal)
		1. Pelatih memberikan umpan balik atas kinerja bermain peran sekaligus pemberian penguatan. Umpan balik suportif bila sudah tepat dalam mempraktikkan keterampilan target, sedangkan umpan balik korektif dengan memberikan instruksi tentang bagaimana cara melakukan keterampilan sosial secara benar jika ada kesalahan 2. Peserta kelompok lain memberikan umpan balik berupa tanggapan dan saran atas kinerja bermain peran dari kelompok yang tampil 3. Pelatih meminta setiap kelompok untuk menyampaikan apa yang dirasakan atau dicapai, sebab muncul perilaku tertentu, dan rencana tindakan setelah menirukan model dan praktik bermain peran 4. Pelatih dan peserta menyimpulkan dan merefleksikan kegiatan teknik BST 5. Semua peserta diberikan tugas untuk mempraktikkan keterampilan yang dilatih dalam situasi kehidupan nyata.	4. Umpan Balik (Feedback)
6	5 menit	1. Pelatih memberikan penguatan terhadap strategi yang ditemukan dalam kelompok 2. Setiap peserta memberikan kesan, pesan, dan hasil dari kegiatan layanan yang berlangsung 3. Tindak lanjut bisa berupa konseling individual atau konseling kelompok jika diperlukan 4. Kegiatan ditutup dengan salam dan berdoa bersama	Tahap Pengakhiran

M Tindak Lanjut : Konseling individu atau konseling kelompok
N Materi :

Yogyakarta, Juli 2020

Mengetahui,
Guru BK

Mahasiswa BK,

Dyah Suyuti, S.Pd.

Arif Fajar Romadhon, S.Pd

MATERI 3

STOP PERUNDUNGAN

A. Pengertian *Bullying*

Bullying (dalam bahasa Indonesia dikenal sebagai “penindasan/risak”) merupakan segala bentuk penindasan atau kekerasan yang dilakukan dengan sengaja oleh satu orang atau sekelompok orang yang lebih kuat atau berkuasa terhadap orang lain, dengan tujuan untuk menyakiti dan dilakukan secara terus menerus. Terdapat banyak definisi mengenai *bullying*, terutama yang terjadi dalam konteks lain seperti di rumah, tempat kerja, masyarakat, komunitas virtual. Namun dalam hal ini dibatasi dalam konteks *bullying* di sekolah. Riauskina, Djuwita, dan Soesetio (2005) mendefinisikan *school bullying* sebagai perilaku agresif yang dilakukan berulang-ulang oleh seorang atau sekelompok siswa yang memiliki kekuasaan, terhadap siswa/siswi lain yang lebih lemah, dengan tujuan menyakiti orang tersebut.

B. Kategori *Bullying*

Bullying dapat dikelompokkan ke dalam 6 kategori:

1. Kontak fisik langsung. Tindakan memukul, mendorong, menggigit, menjambak, menendang, mengunci seseorang dalam ruangan, mencubit, mencakar, juga termasuk memeras dan merusak barang yang dimiliki orang lain.
2. Kontak verbal langsung. 2 Tindakan mengancam, memermalukan, merendahkan, mengganggu, memberi panggilan nama (name-calling), sarkasme, merendahkan (put-downs), mencela/mengejek, mengintimidasi, memaki, menyebarkan gosip.
3. Perilaku non-verbal langsung atau relasional. Tindakan melihat dengan sinis, menjulurkan lidah, menampilkan ekspresi muka yang merendahkan, mengejek, atau mengancam; biasanya disertai oleh *bullying* fisik atau verbal.
4. Perilaku non-verbal tidak langsung. Tindakan mendiamkan seseorang, memanipulasi persahabatan sehingga menjadi retak, sengaja mengucilkan atau mengabaikan, mengirimkan surat kaleng.
5. Cyber *Bullying* Tindakan menyakiti orang lain dengan sarana media elektronik (rekaman video intimidasi, pencemaran nama baik lewat media sosial)
6. Pelecehan seksual. Kadang tindakan pelecehan dikategorikan perilaku agresi fisik atau verbal.

C. Dampak *bullying*

Dampak *bullying* dapat mengancam setiap pihak yang terlibat, baik korban *bully*, pelaku *bully*, anak-anak yang menyaksikan *bullying*, bahkan sekolah dengan isu *bullying* secara keseluruhan. *Bullying* dapat membawa pengaruh buruk terhadap kesehatan fisik maupun mental anak. Pada kasus yang berat, *bullying* dapat menjadi pemicu tindakan yang fatal, seperti bunuh diri dan sebagainya. Dampak dari *bullying* adalah:

1. Dampak bagi korban

Depresi dan marah, rendahnya tingkat kehadiran dan rendahnya prestasi akademik siswa, menurunnya skor tes kecerdasan (IQ) dan kemampuan analisis siswa, dan bunuh diri

2. Dampak bagi pelaku.

Pelaku memiliki rasa percaya diri yang tinggi dengan harga diri yang tinggi pula, cenderung bersifat agresif dengan perilaku yang pro terhadap kekerasan, tipikal orang berwatak keras, mudah marah dan impulsif, toleransi yang rendah terhadap frustrasi. Memiliki kebutuhan kuat untuk mendominasi orang lain dan kurang berempati terhadap targetnya. Dengan melakukan *bullying*, pelaku akan beranggapan bahwa mereka memiliki kekuasaan terhadap keadaan. Jika dibiarkan terus menerus tanpa intervensi, perilaku *bullying* ini dapat menyebabkan terbentuknya perilaku lain berupa kekerasan terhadap anak dan perilaku kriminal lainnya.

3. Dampak bagi siswa lain yang menyaksikan *bullying* (*bystanders*).

Jika bullying dibiarkan tanpa tindak lanjut, maka para siswa lain yang menjadi penonton dapat berasumsi bahwa bullying adalah perilaku yang diterima secara sosial. Dalam kondisi ini, beberapa siswa mungkin akan bergabung dengan penindas karena takut menjadi sasaran berikutnya dan beberapa lainnya mungkin hanya akan diam saja tanpa melakukan apapun dan yang paling parah mereka merasa tidak perlu menghentikannya.

D. Solusi mencegah *bullying*

Ada berbagai macam solusi yang dapat dilakukan dalam rangka menekan atau mengurangi perilaku *bullying* di sekolah. Berikut solusi pencegahan perilaku bullying dari sudut pandang teman yang menyaksikan kejadian *bully*, korban *bully*, dan solusi untuk pelaku *bully*.

1. Solusi yang bisa dilakukan teman lain jika ada perilaku *bullying* di sekitar mereka adalah

a. Membantu pelaku terhindar dari perilaku *Bullying*

- 1) Bicaralah dengan pelaku bully dan cobalah cari tahu apa yang mengganggu mereka atau apa yang memicu tingkah laku tersebut
- 2) Pastikan pelaku bully mengerti bahwa perilaku merekalah yang tidak disukai
- 3) Yakinkan pelaku bully bahwa Anda bersedia membantu mereka dan Anda akan bekerja dengan mereka untuk menemukan cara untuk mengubah perilaku mereka yang tidak dapat diterima
- 4) Bantu pelaku bully untuk menebus kesalahan pada korbannya. Jelaskan bagaimana cara meminta maaf karena telah membuat orang lain menderita dan bantu pelaku bully untuk menjelaskan alasan perbuatannya.
- 5) Berikan pelaku bully banyak pujian serta dukungan dan pastikan Anda mengatakan pada pelaku bully ketika mereka berperilaku baik dan berhasil mengatur emosi dan perasaannya.
- 6) Bersiap untuk mengkonfrontasi pelaku bully ketika mereka mulai membuat alasan atas perbuatannya seperti 'itu cuma bercanda' atau 'dia yang salah'. Jelaskan bahwa lelucon tidak menyebabkan kesulitan dan ancaman bagi orang lain

b. Membantu korban terhindar dari perilaku *Bullying*

- 1) Menemani atau menjadi teman bagi korban bullying, misalnya dengan mengajak bermain atau berkegiatan bersama.
- 2) Menjauhkan korban dari situasi-situasi yang memungkinkan ia mengalami bullying.
- 3) Mengajak korban bicara mengenai perlakuan yang ia terima, mendengarkan ia bercerita dan mengungkapkan perasaannya.
- 4) Apabila dibutuhkan, membantu korban mengadukan permasalahannya kepada orang dewasa yang dapat dipercaya atau guru jika di sekolah

2. Solusi yang bisa dilakukan korban agar terhindar dari perilaku bullying

- a. Jangan membawa barang-barang mahal atau uang berlebihan. Merampas, merusak, atau menyandera barang-barang korban adalah tindakan yang biasanya dilakukan pelaku bullying.
- b. Ceritakan atau laporkan pada orang dewasa yang dapat dipercaya. Ceritakan pada orang tua maupun guru yang memiliki otoritas untuk menindaklanjutinya.
- c. Abaikan penindas dan jauhi. Seperti yang disebutkan sebelumnya, penindas akan merasa senang apabila mendapatkan reaksi seperti yang dia inginkan.
- d. Tingkatkan keberanian dan rasa percaya diri. Tunjukkan pada lingkungan sekitar bahwa Anda bukan orang yang lemah dan mudah untuk ditindas.
- e. Bicara pada pelaku. Tunjukkan bahwa apa yang dilakukan pelaku bukan hal yang baik dan bahkan berbahaya.

3. Solusi yang dilakukan agar terhindar menjadi pelaku *Bullying*

- a. Setiap individu mengetahui dan memahami arti bullying sebenarnya sehingga mampu menghindari perilaku bullying
- b. Memahami dan mengetahui dampak negatif dari perilaku bullying terutama bagi korban berupa bunuh diri
- c. Melatih dan mengembangkan diri untuk menghargai, berempati, dan menolong orang lain.

Naskah Skenario Drama 3

Perundung yang Beruntung

Pemeran:

Refaldi : Usil, suka membully
Akhyar : Memandang rendah orang lain
Rina : Penyebar gossip, suka ikut-ikutan bully
Bintang : Anak baru pindahan dari sekolah lain, penampilan cupu, tidak berdaya
Stevani : Teman nggosip Rina
Antonius : Ketua kelas yang bijaksana
Putri : Peduli pada teman
Pak Aji : Guru Wali Kelas yang bijak
Ayah Bintang : Ayah yang sabar dan pengertian

Bel masuk berbunyi pukul 7.00 tepat. Semua siswa segera mempersiapkan diri untuk memulai pelajaran. Pak Aji masuk kelas dan memperkenalkan siswa baru

Pak Aji : *Assalamualaikum.wr.wb* , selamat pagi siswa semua..
Siswa : *Wa'alakumsalam.wr.wb*. Pagi juga bapak (jawab siswa serempak)
Pak Aji : Apa kabar anak-anak semua?
Siswa : Alhamdulillah baik pak!!
Pak Aji : Bapak senang mendengarnya. Bapak hari ini akan memperkenalkan siswa baru yang bergabung dengan kelas kita yang bernama Bintang. Silakan Bintang memperkenalkan diri pada teman lain
Bintang : Baik pak... Perkenalkan nama saya Bintang Rahardian. Saya berasal dari Nusa Tenggara Barat. Saya pindah ke sekolah ini karena orang tua bekerja di sini. (Gemeteran dan pandangan menunduk)
Pak Aji : Oke Bintang, hobi kamu apa nih?
Bintang : Belum tahu pak (jawab Bintang semakin menunduk)
Akhyar : Wuuuuu .. sudah besar kok tidak tahu hobinya sendiri..
Refaldi : Iya tuh..dasar payah..
Pak Aji : Akhyar, Refaldi.. tidak boleh begitu. Bintang teman baru kita. Mungkin masih malu ketika memperkenalkan diri di depan kelas. Sekarang bapak mau minta tolong ke anak-anak semua untuk membantu Bintang merasa nyaman di kelas. Ajak dia dalam setiap kegiatan di sekolah atau di luar sekolah ya!
Siswa : Baik pak!!

Pelajaran dimulai dengan tertib dan semua siswa memperhatikan penjelasan Pak Aji di kelas. Tidak terasa bel istirahat berbunyi. Semua siswa keluar menuju kantin, kecuali Bintang yang masih berdiam diri di kelas. Anton yang melihat Bintang di kelas segera mengajak keluar namun Bintang tetap enggan. Tiba-tiba Refaldi, akhyar, Rina, dan Stevani masuk kelas setelah membeli makanan di kantin. Merekapun melihat Bintang yang hanya bermain HP.

Refaldi : Woy anak baru, ngapain lo di kelas mulu? Mau maling ya? (sambil membentak)
Akhyar : Iya dasar anak “*cupu*”!. kalau ditanya dijawab jangan cuma nunduk mulu!
Rina : Penampilannya saja juga tidak meyakinkan. Coba liat bajunya saja dimasukkan.. sekalian saja masukin dalam tas!!
Refaldi : Iya penampilannya kampung!!

Bintang hanya diam, badannya yang gemeteran mendengarkan cacian tersebut. Bintang di sekolah sebelumnya, pernah mendapatkan bullyan dari teman di sana, alasan dia pindah sekolah selain mengikuti ayahnya yang berdinis di Jogja adalah menghindari ejekan teman di sana, namun di sekolah baru dia tetap mendapatkan perlakuan yang sama. Tidak lama Anton dan Putri masuk mendapati Bintang mendapatkan bullyan dari mereka

Anton : Heh Kalian, kok malah bilang begitu? Apakah Bintang membuat kesalahan pada kalian? Apa kalian mau saya laporkan ke wali kelas karena mengejek Bintang? (kesal).
Bintang : Anton, mereka tidak salah kok (mencegah Anton)
Anton : Bintang, kalau mereka usil lagi laporkan ke saya atau Pak Aji
Putri : Iya Bin, mereka memang suka jahil, laporkan saja!! (sebel)
Bintang : Iya Anton dan Putri terimakasih (masih menunduk)
Akhyar : Apaan sih kalian sok belain Bintang! Kita mah bercanda doang, Iya kan Bin? (sambil melihat Bintang dengan tatapan mengancam)
Rani : Heh, ngapain sih Put sok-sokan juga, kami tuh bercanda alias berusaha akrab sama orang baru tau!!
Stevani : iya kami tuh cuma pingin kenal sama Bintang, jadi kami main-main doang ini tadi.
Putri : Kalian bilang bercanda? Mana ada bercanda kok membuat Bintang ketakutan dan terancam?
Bintang :(diam sambil menghela nafas)

Bel pulang sekolah berbunyi. Semua siswa bergegas pulang ke rumah masing-masing yang kebetulan ekstrakurikuler dan pendalaman materi belum mulai. Saat menuju parkir Rina dan Stevani melihat Bintang pulang berjalan kaki.

Stevani : Rin, liat tuh anak baru ternyata ke sekolah cuma jalan kaki (memegang pundak Rina)
 Rina : Waahh ternyata si “cupu” itu nggak naik motor, bisa jadi bahan banyoln buat besok nih.. (sambil memegang hp untuk memotret Bintang dengan HP)
 Stevani : Kita *upload* di Sosmed dan tag temen lain agar mereka tahu secepatnya, Ren!
 Rina : Oke siap.. oiya sekalian nanti kamu tanyakan alamat sosmed Bintang ke Anton, bilang aja kalau kita mau berteman.. padahal mah mau upload foto dia yang cupu ini haha (tertawa)
 Stevani : Siap Ren..biar tau rasa tuh anak baru yang cupu... besok kita buat malu dia haaha (tertawa)

Keesokan harinya saat di kelas...

Refaldi : ternyata Bintang gak punya motor *guys*. Buktinya dia jalan kaki. (melirik ke Bintang) Woy Bintang!.. jangan-jangan kamu nggak punya motor!! sana minta orang tuamu buat belikan!!
 Bintang : punya motor kok tapi...
 Akhyar : tapi apa? Hah? (sambil membentak)
 Rina : mungkin dia nggak bisa naik motor kali.. liat saja cara jalannya nggak jantan.. mana bisa naik motor !!
 Stevani : iya cupu dia tuh haha (ngledek)

Sebulan berlalu, Bintang masih saja menjadi bahan ejekan teman di kelas. Namun Bintang tetap tidak peduli akan semua itu. Suatu ketika muncul keisengan Refaldi untuk meminta uang jajan Bintang

Refaldi : Woy, bagi duit dong!!
 Bintang : Duitku cuma segini, sisanya aku tabung (katakutan)
 Akhyar : Sini duitmu!! (merampas semua uang Bintang)
 Bintang : Tolong kembalikan, uang itu buat isi tabungan (memelas)
 Akhyar : Mulai berani kamu !! (sambil mendorong Bintang)
 Bintang : Brruuukkk (terjatuh, sambil meringis kesakitan)
 Refaldi : Kamu berani? (memegang kerah baju kemudian menampar dan memukul kepala Bintang).. kalau kamu bilang ke Pak Aji, awas kamu nanti aku buat menderita!!!
 Bintang : ... (diam menunduk ketakutan. Langsung pergi ke kamar mandi sambil menyeka darah yang keluar dari hidung untuk segera dibersihkan)

Setelah kejadian tersebut, Bintang selalu memberikan sebagian uang jajannya untuk Refaldi dan Akhyar agar tidak dipukul. Selain itu setiap ada tugas, Bintang selalu diminta mengerjakan tugas milik Akhyar, Refaldi, Rina, dan Stevani.

Rina : Waahh gila.. PR matematika dan bahasa Inggris banyak nih... tapi males ngerjainnya.
 Stevani : Iya.. mana sulit lagi..... tapi kalau kita tidak mengerjakan kita dapat hukuman (mengernyitkan dahi)
 Refaldi : Santuy...tenang...kaleemm.... Ada babu kita si “Bintang yang tidak bercahaya” haha (tertawa)
 Akhyar : Memang top kamu Di, kita minta Bintang ngerjakan semua .. tinggal terima beresss..
 Rina dan Stevani : Ashhiiapp.. (berjalan menuju Bintang yang duduk di kelas sendiri)
 Anton : Hey kalian!! harusnya tugas dikerjakan mandiri bukan malah menyuruh Bintang!! Dia bukan pembantu kalian!!
 Refaldi : Kamu tau apa Ton.. Bintang saja mau kenapa kamu sok-sok belain
 Anton : Apa sih yang buat kalian membully dan memanfaatkan Bintang terus-terusan? Apa karena dia anak baru yang mudah disuruh-suruh dan diancam?
 Akhyar : Kamu tidak usah ikut campur kenapa si Ton. Andai kamu bukan ketua kelas udah gue hajar dari dulu.
 Rina : Iya kamu Ton, karena kamu ketua kelas yang di-*backup* sama Pak Aji jadi kami masih menahan diri tau !!
 Bintang : Kalian sudah keterlalu, sebagai teman kita harus saling melindungi bukan membully. Sebaiknya kalian segera meminta maaf pada Bintang.
 Putri : Banyak teman sekelas itu nggak suka sama perilaku kalian yang suka mem-*bully* Bintang. Kalau kalian masih begitu akan kami laporkan Pak Aji dan teman lain banyak yang bersedia jadi saksi!
 Refaldi, Akhyar, Rina, dan Stevani : (Mereka sewot dan pergi meninggalkan Bintang)

Ketika ulangan harian, Bintang mendapat nilai tertinggi yang membuatnya mendapat penghargaan dari wali kelas. Saking bahagianya dia meng-upload di instagramnya. Lagi-lagi Refaldi dan teman lainnya tidak suka melihat kebahagiaan Bintang dan memberikan komentar negatif di kolom Instagram.

Bintang : *Alhamdulillah* pencapaian kali ini, semoga ke depan lebih baik lagi (*caption* foto Instagram)
 Refaldi : Heh, Bintang..mentang-mentang dapat nilai bagus lo, dasar sombong!
 Rina : Nilai segitu saja udah sombong kali!!!..
 Akhyar : Pamer lo, hal bagus itu nggak usah diumbar-umbar!!

Stevani : Paling juga kebetulan saja dapat nilai bagus, dasar sok-sokan!!

Hari berikutnya, ketika di sekolah raut wajah Bintang semakin kusut dan tidak ada senyuman sama sekali, sehingga membuat heran Anton dan teman lain.

Anton : Hey Bintang, kok tumben kelihatan lemes dan tidak antusias saat pelajaran? Apa kamu sakit? (sambil berusaha memegang kepala Bintang untuk memastikan suhu tubuh)

Bintang : Oh, tidak Ton, aku baik-baik saja kok

Putri : Iya Bin, tidak kayak biasanya, kali ini kamu kelihatan kusut banget.

Bintang : Cuma pingin diam saja (sahutnya seadanya)

Anton : Refaldi dan temennya lagi bikin ulah kah Bin?

Bintang : (menggelengkan kepala)

Anton : Ada yang tidak beres ni Put? (berbisik ke Putri)

Putri : Iya, tapi kita perlu cek yang sebenarnya agar tidak salah sangka. Lagian Bintang juga tidak terbuka ke kita (melihat Bintang dengan penasaran)

Hari berikutnya saat selesai ulangan ternyata nilai ulangan Bintang turun drastis sehingga Pak Aji memanggil ke rung guru. Dialog antara pak Aji dan Bintangpun berlangsung lama, namun Bintang hanya berjanji akan belajar lagi tanpa menyebutkan alasan yang sebenarnya. Sesampai di kelas Antonpun penasaran juga dengan nilai jelek yang diperoleh Bintang. Namun pertanyaan Anton hanya dijawab dengan senyum palsu dari Bintang. Hari berikutnya di sekolah nampak ada situasi berbeda dari biasanya

Anton : Aku kira Bintang telat, ternyata memang tidak masuk sekolah

Putri : Iya, ada apa ya? Kita semua juga tidak tahu alasan dia tidak masuk

Anton : Coba aku telpon saja sekarang

Putri : Ayo ton, langsung telpon saja

Anton mencoba menelepon berkali-kali namun tidak aktif. Hari berikutnya Bintang tetap tidak masuk sekolah. Anton, Putri dan beberapa teman menuju rumah Bintang setelah mendapat izin dari pak Aji untuk memastikan langsung.

Anton : Assalamualaikum Bintang, ini Anton..

Ayah Bintang : Wa'alaikumussalm.wr.wb.. oh teman sekolah Bintang ya, silakan masuk

Anton : Baik pak terimakasih

Ayah Bintang : Bintang dari kemarin jarang keluar kamar. Makan cuma sedikit sekali itupun dia langsung masuk kamar lagi. Saya ajak ngobrol juga tidak dijawab. Saya juga harus bekerja di kantor jadi ketemu Bintang baru sore hari, Nak. Ibunya Bintang sudah lama meninggal, jadi kalau ada apa-apa dia sulit terbuka pada saya.

Putri : Apakah kami boleh berbicara dengan Bintang pak? Siapa tau nanti Bintang mau

Ayah Bintang : Silakan nak.

Putri : Bintang, ini Putri, Anton, dan temen datang ke sini. Bagaimana keadaanmu di dalam?

Bintang : (tidak menyahut)

Anton : Bintang, jangan sungkan cerita ke kita kalau ada masalah di sekolah, termasuk perlakuan Refaldi dan gengnya ke kamu. Pak Aji juga akan membantu nanti.

Sudah 2 jam dan berkali-kali ajakan ngobrol yang dilakukan Anton dan temannya tidak mendapat respon dari Bintang. Sedangkan di dalam kamar mulai terdengar rintihan yang keras. Akhirnya Bintang dan ayahnya Bintang berinisiatif untuk mendobrak pintu. Braakkk... pintu terbuka setelah dorongan ke 3. Semua orang penasaran, akhirnya Anton masuk dulu ke kamar Bintang.

Anton : Bintaannngggg !!!!! (histeris)

Ayah Bintang : (Segera masuk dan memeluk Bintang yang tubuhnya sudah bergelantungan dan segera melepas tali kemudian membawa ke rumah sakit)

Putri dan teman : Ya Allah.. Bintang..(Kaget dan tidak bisa berkata lagi)

Bintang segera dibawa ke rumah sakit. Setelah menunggu 1 jam lebih, dokterpun memberikan keterangan bahwa Bintang masih bisa diselamatkan. Semua orangpun bersyukur dan bahagia mendengarnya. Seminggu setelah kejadian tersebut, Bintang membeberkan alasan berbuat nekat dikarenakan tidak tahan terhadap bullyan Refaldi dan teman-temannya di sekolah dan di sosmed. Pihak sekolah memanggil Refaldi dan teman-temannya untuk memberikan skors 1 bulan. Pak Aji memberikan beberapa cara yang harus dilakukan siswa agar terhindar dari perbuatan saling membully.

Pak Aji : Pertama kita perlu membiasakan komentar positif dalam bersosmed, kedua memberikan pembelaan pada orang yang mendapat *bullyan*, ketiga tidak mudah ikut-ikutan *membully*, laporkan jika ada kejadian *bully* pada guru atau orang tua.

Sebulan kemudian, Refaldi, Akhyar, Rinai, dan Stevani menyesal dan meminta maaf. Bintangpun memaafkan mereka.

Refaldi : Bintang saya mewakili teman-teman menyesal dan berjanji tidak akan melakukan *bully* ke Bintang maupun teman lain. (menyesal)

Akhyar : Kami mem-*bully* kamu karena melihat penampilanmu yang aneh, kamu juga mudah menurut dan tidak melawan ketika diejek dan diminta ini itu, sehingga berpikir untuk ngerjain kamu terus. Tapi tidak disangka justru kamu tertekan dengan ulah kami, maaf ya Bintang (sambil menunduk)

Bintang : Terimakasih Refaldi, Akhyar, Rina, dan Stevani sudah mau berubah.. udah aku maafkan semua kok...sebagai gantinya mau tidak kalian belajar bersama sepulang sekolah?

Refaldi : Iya kami mau belajar bareng, hitung-hitung mengejar ketertinggalan sebulan karena diskors (menjawab malu-malu)

Stevani dan Rina : Iya , terimakasih Bintang (malu)

Bintang : Tenang,, saya bantu menjelaskan ketertinggalan kalian hehe

Akhyar : Oke Bintang terimakasih sudah memaafkan kami bahkan mengajak belajar kelompok (menyesal).

Pak Aji : Bapak bangga pada kalian mau meminta maaf bahkan Bintang juga memberikan maaf. Bapak harap semua dapat berteman baik, mendukung, dan memberikan bantuan bila ada yang membutuhkan bantuan.

Putri : *Alhamdulillah..ya..senang melihatnya kalau pada baikan gini*

Anton : Mulai sekarang kita bersama-sama harus membiasakan berbuat baik pada teman lain agar kejadian serupa tidak terulang lagi!!!

Berangsur-angsur Refaldi, Akhyar, Rina, dan Stevani mampu mengejar ketertinggalan palajaran. Kini mereka mampu berinteraksi secara sehat dengan teman lain.

Anton : Mantap dan hebat kamu Refaldi, Akhyar, Rina, dan Stevani, sekarang kalian bisa membela dan membantu orang lain (sambil mengacungkan jempol)

Putri : Iya, bahkan membelanya tanpa perlu melakukan kekerasan juga..hebat!! Bahkan ada orang lain yang sedang mendapat ejekan atau kata-kata kasar, Refaldi dan Akhyar langsung segera mencegahnya dan membantu orang lain yang menjadi korban. Rina dan Stevani ketika melihat perbuatan yang mengarah ke *bullying* segera melaporkan ke Guru.

Refaldi, Akhyar, Rina, dan Stevani : (tersenyum)

--(TAMAT)--

Treatment ke 4

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

- A Komponen Layanan : Layanan dasar
 B Bidang Layanan : Bidang pribadi-sosial
 C Fungsi Layanan : Pemahaman dan pengembangan
 D Tujuan :
 1. Siswa mampu mengadakan interaksi yang tepat dengan orang lain
 2. Siswa mampu menyapa orang lain
 3. Siswa mampu memulai percakapan dengan orang yang baru dikenal
 E Topik : *Menyapa orang lain*
 F Sasaran : Siswa kelas XI SMA Negeri 10 Yogyakarta
 G Metode dan Teknik : *Behavioral Skills Training (BST)*
 H Waktu : 60 menit
 I Media/Alat : PPT, video menyapa orang lain, aplikasi *zoom*, dan naskah drama tentang menyapa orang lain yang berjudul “teman baru”
 J Tanggal Pelaksanaan : 13 Oktober 2020
 K Sumber :
 Fakhuddin, L. (2013). Keunikan Sapaan dan Panggilan dalam Bahasa Sasak Dialek Nggeto-Nggete. *Mabasan*, Vol. 7 (1), 10-16. DOI: <https://doi.org/10.26499/mab.v7i1.168>
<https://www.idntimes.com/life/inspiration/al-735/tips> memulai-percakapan-dengan-orang-baru-c1c2/7
<https://www.idntimes.com/life/inspiration/izah-cahya-novembrilianti/5-alasan-kuat-kenapa-menyapa-orang-lain-harus-kamu-lakukan-c1c2/5>
<https://www.youtube.com/watch?v=Qy-sNx4dPhE>
 L Uraian Kegiatan :

No	Waktu	Uraian Kegiatan	Tahapan
1	2 menit	1. Pelatih memilih kelompok eksperimen untuk diberi perlakuan, sedangkan kelompok kontrol tidak diberi perlakuan. 2. Pelatih atau guru BK menyiapkan peralatan dan perlengkapan layanan berupa laptop, PPT materi, koneksi internet, aplikasi <i>zoom</i> , kertas, video, dan teks drama. 3. Pelatih atau guru BK meminta peserta berkumpul dan mempersiapkan diri di rumah menggunakan aplikasi <i>zoom</i> .	Tahap persiapan
2	13 menit	1. Pelatih membuka kegiatan dengan salam dan berdoa. 2. Pelatih menyapa peserta yang dilanjutkan menanyakan kabar dan memprensi siswa 3. Pelatih menjelaskan teknik BST dalam bimbingan kelompok yang meliputi: pengertian, tujuan, dan prosedur pelaksanaan. 4. Pelatih membentuk kelompok sesuai kebutuhan. 5. Pelatih menekankan tugas dan tanggungjawab peserta seperti memperhatikan, menghargai, dan memberi tanggapan positif. 6. Pelatih dan peserta membuat kontrak waktu dan menyusun aturan selama layanan berlangsung	Tahap pembentukan kelompok
3	5 menit	1. Peserta dipersilakan menceritakan permasalahan sosial yang dialami jika ada. 2. <i>Peserta diberikan keluasaan bertanya mengenai tugas yang belum dipahami</i> 3. Pelatih menanyakan kesiapan peserta mengikuti pelatihan BST. Bila peserta siap maka dilanjutkan dalam tahap inti	Tahap peralihan

4	35 menit	Kegiatan yang dilakukan peserta menggunakan teknik BST dalam bimbingan kelompok	Tahap Inti Kegiatan BST
		<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih menentukan keterampilan perilaku sosial target yang akan dilatih yaitu berteman dengan orang baru 2. Pelatih memberikan alasan tentang pentingnya keterampilan yang dilatih. 3. Pelatih memberikan gambaran tepat perilaku yang menjadi target dan menjelaskan bagaimana melaksanakan tugas yang sudah ditentukan 4. Peserta diminta mengulangi instruksi agar diketahui yang memperhatikan dengan benar dan paham. 	1. Pemberian instruksi (Instructions)
		<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih memberikan contoh model video tentang berteman dengan orang baru 2. Pelatih memastikan peserta mengamati dan memperhatikan secara komprehensif disertai penguatan positif 3. Pelatih memberikan penekanan perilaku model yang akan ditirukan 	2. Pemberian Model (Modelling)
		<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih memberikan naskah drama pada kelompok tentang menyapa orang lain yang berjudul “teman baru” 2. Peserta diminta mempelajari naskah drama dan peranannya masing-masing 3. Peserta lain yang tidak terlibat bermain peran diminta tetap memperhatikan untuk memberikan umpan balik pada peserta drama 4. Peserta drama diberikan latihan singkat sembari mengingat model yang sudah diberikan sebelumnya 5. Kemudian, peserta drama memerankan drama sesuai teks dan model. 	3. Pelatihan (Rehearsal)
		<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih memberikan umpan balik atas kinerja bermain peran sekaligus pemberian penguatan. Umpan balik suportif bila sudah tepat dalam mempraktikkan keterampilan target, sedangkan umpan balik korektif dengan memberikan instruksi tentang bagaimana cara melakukan keterampilan sosial secara benar jika ada kesalahan 2. Peserta kelompok lain memberikan umpan balik berupa tanggapan dan saran atas kinerja bermain peran dari kelompok yang tampil 3. Pelatih meminta setiap kelompok untuk menyampaikan apa yang dirasakan atau dicapai, sebab muncul perilaku tertentu, dan rencana tindakan setelah menirukan model dan praktik bermain peran 4. Pelatih dan peserta menyimpulkan dan merefleksikan kegiatan teknik BST 5. Semua peserta diberikan tugas untuk mempraktikkan keterampilan yang dilatih dalam situasi kehidupan nyata. 	4. Umpan Balik (Feedback)
6	5 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih memberikan penguatan terhadap strategi yang ditemukan dalam kelompok 2. Setiap peserta memberikan kesan, pesan, dan hasil dari kegiatan layanan yang berlangsung 3. Tindak lanjut bisa berupa konseling individual atau konseling kelompok jika diperlukan 4. Kegiatan ditutup dengan salam dan berdoa bersama 	Tahap Pengakhiran

M Tindak Lanjut : Konseling individu atau konseling kelompok
N Materi :

Mengetahui,
Guru BK

Yogyakarta, Agustus 2020
Mahasiswa BK,

Dyah Suyuti, S.Pd.

Arif Fajar Romadhon, S.Pd

Materi 4

Menyapa dan Memulai Percakapan dengan Orang Lain

A. Pengantar

Individu yang memiliki sifat pemalu biasanya punya kesulitan saat berinteraksi dengan orang lain. Individu tidak memiliki banyak kepercayaan diri, alasan atau penyebab mengapa harus berinteraksi dengan orang banyak. Pemikiran yang seperti inilah yang harus disudahi dan diperbarui. Karena untuk bisa bertahan hidup terlebih lagi di dunia sosial maupun pekerjaan yang nyata setiap individu harus bisa membangun relasi sebaik mungkin agar memudahkan kehidupan nantinya. Bisa dimulai dari hal terkecil, seperti memulai percakapan dengan orang baru.

B. Fungsi Menyapa atau Memulai Percakapan dengan Orang Lain

Chaeka (dalam Fakihiuddin, 2013) menjelaskan ada dua fungsi menyapa orang lain yaitu, *phatic communication* dan alat pengontrol interaksi.

1. *Phatic communication* adalah fungsi salam dan sapaan sebagai suatu ucapan, biasanya muncul dalam bentuk satu atau dua kata yang bukan merupakan penyampaian pendapat atau gagasan melainkan sebagai penanda suatu ikatan sosial.
2. Alat pengontrol interaksi dapat dilihat di berbagai masyarakat, orang yang berstatus sosial lebih tinggi biasanya memiliki hak untuk mengontrol interaksi dengan memilih salam atau sapaan sesuai dengan ragam yang dikehendakinya.

C. Alasan Perlu Menyapa dengan Memulai Percakapan Orang Lain

1. Mendapat relasi baru dan menambah kehangatan di dalam hubungan

Bertegur sapa bisa juga membuatmu mendapat relasi baru. Misal kamu berani menyapa terlebih dahulu orang yang tidak kamu kenal sebelumnya. Kemudian dari sapaan tersebut akan berlanjut dengan obrolan-obrolan lainnya yang tidak menutup kemungkinan anda bisa menjadi akrab dengannya.

2. Disegani oleh orang sehingga jarang ada yang membenci

Orang lain akan merasa dihargai oleh anda karena anda mau menyapanya terlebih dahulu sehingga mereka akan menghormatimu. Dengan begitu, jarang ada orang yang menaruh rasa benci terhadap anda.

3. Menciptakan suasana yang menyenangkan

Jangan pernah enggan atau malu menyapa orang terlebih dahulu. Jika perlu katakan sesuatu seperti salam, 'halo', 'hai, apa kabar?' atau sapaan lainnya untuk membuka percakapan. Sebab hal tersebut bisa digunakan untuk membangun suasana yang menyenangkan.

4. Dianggap sebagai pribadi yang ramah oleh lingkungan sekitar

Terbiasa menyapa orang lain akan dianggap sebagai pribadi yang ramah. Menyapa tak hanya berbentuk senyuman saja, bisa dengan salam atau menanyakan kabar dan menanyakan hal lain yang sesuai dengan kondisi pada saat itu. Sebab orang akan dianggap ramah saat mau menyapa dan mau bertanya dengan orang lain.

5. Mengasah tingkat kepekaan

Individu yang sudah berani menyapa orang lain secara konsisten memiliki rasa peka terhadap orang lain dan lingkungan sekitar. Sebab orang yang cuek pasti akan masa bodoh jika bertemu orang lain. Hal itu membuatnya menjadi sosok yang kurang peduli kepada lingkungan sekitar.

D. Tips Menyapa atau Memulai Pembicaraan dengan Orang Baru

1. Percaya diri dan tampil apa adanya

Individu terkadang merasa kurang dalam berbagai hal, seperti penampilan, kemampuan berbicara, atau sulit menemukan topik pembicaraan. Hilangkan itu semua. Mulailah dengan percaya dengan diri kalian sendiri biarkan itu semua mengalir apa adanya. *Just be your self.*

2. Beri senyuman yang tulus pada lawan bicara

Setelah mendapat rasa percaya diri, kamu bisa melanjutkannya dengan memberikan sebuah senyuman yang tulus. Ingat untuk tidak 'memaksakan' tersenyum, karena pemalsuan senyum sangat mudah terlihat dan malah membuat lawan bicara canggung.

3. Memberi pujian yang tidak biasa dan unik

Agar tidak berakhir menjadi senyum yang terlewat begitu saja, kemudian lanjut memberi pujian pada lawan bicara. Cari titik yang tidak biasa, misalnya dalam selera mereka berpakaian yang unik, atau barang bawaan yang jarang dibawa orang lain. Dari situ mereka akan mudah merasakan kenyamanan saat berbicara dengan kalian.

4. Lakukan kontak mata

Melepas pandangan pada arah yang tak sejalan merupakan kesalahan yang sering kita lakukan. Anda harus menatap atau setidaknya melihat mereka saat berbicara. Dengan begitu kamu dan lawan bicara akan merasa saling dihargai.

5. Tidak menanyakan hal-hal umum

Bertanya memang jadi solusi untuk memecah keheningan yang terjadi diantara kamu dan lawan bicara. Tetapi menanyakan hal-hal umum seperti kabar akan membuat suasana menjadi membosankan. Coba tanyakan hal-hal yang lebih spesifik, seperti apa kegiatan mereka sekarang atau bagaimana keluarga mereka

6. Membahas hobi satu sama lain bisa jadi hal menyenangkan

Hobi merupakan kegiatan yang bikin kita merasa senang. Dan topik ini pas banget digunakan untuk mencairkan suasana. Terlebih jika kalian memiliki kesamaan maka akan muncul rasa 'klop' dan menciptakan banyak obrolan yang menarik untuk dibahas.

7. Tanya pendapat mereka

Berbagai isu sosial, kegiatan sehari-hari hingga politik bisa menjadi bahan diskusi yang menarik. Dari sini anda dan lawan bicara anda bisa mengenal lebih dekat satu sama lain. Perasaan malu harus bisa kita lawan dan kelola agar tidak berkembang jadi sesuatu yang buruk pada kehidupan kita. Karena dengan menghilangkan perasaan itu berarti kamu sudah bisa menangani 'masalah' dan upgrade kualitas dirimu sendiri

Naskah Skenario Drama 4

Teman Baru

Pemeran:

Azkia : Siswa baru yang mudah akrab
Rey : Siswa baru yang pendiam
Widya : Selalu kepo, informan
Salma : Mudah akrab, suka membaca
Nida : Suka membaca dan sedikit pemalu
Tri : Ramah namun tidak percaya diri
Lukas : Mudah akrab, dan suka bercanda
Adrian : Bijaksana
Bu Desi : Wali Kelas XI IPA 3

Istirahat pertama Nida dan Salma anak Kelas XI IPA 3 bergegas pergi ke perpustakaan untuk mengembalikan Novel sekaligus mengerjakan tugas pelajaran untuk minggu depan. Di tengah asik mencari Novel, tiba-tiba Widya datang secara diam-diam

Widya : (berteriak agak kencang) Hayooo pada ngapain!?
Nida : (kaget) Astaghfirullohh !!!
Salma : (latah) ayam..ayam..ayam..
Nida : Widya ngagetin saja (kesal)
Widya : Ngomong-ngomong kalian sudah tau belum ada dua siswa baru yang akan masuk ke kelas kita?
Salma : Oh ya, siapa namanya?
Nida : Widya, kamu kok tahu sih kalau ada siswa baru? Laki-laki atau perempuan?
Widya : (sombong) Widya gitu!!.. kalau nama belum tau. Setauku 1 laki-laki dan 1 perempuan. Mereka berdua sama-sama pindahan dari luar Jogja.

Bel masuk berbunyi.

Salma : Eh ayo,, ambil Novelnya biar segera dicatat petugas perpustakaan
Nida : Okkee.. aku ambil 2 Novel dulu (menuju petugas perpustakaan)
Widya : Nah, mulai kan.. aku ditinggal sendiri begini (kesal)

Mereka bertiga segera masuk kelas. Tidak lama kemudian, Bu Desi masuk kelas bersama 2 siswa baru

Bu Desi : Selamat siang anak-anak. Maaf ya, Ibu masuk sebentar di jam mapel Kimia. Hari ini kita kedatangan 2 teman baru yakni Azkia dan Rey. Mereka berdua dari Sulawesi dan Kalimantan. Silakan perkenalkan dirimu Azkia dilanjut Rey.
Azkia : Selamat siang teman-teman. Perkenalkan nama saya Azkia Nur Annisa. Panggilan saya Azkia. Saya berasal dari Kalimantan Utara.
Rey : Selamat siang teman-teman. Perkenalkan nama saya Reynaldi. Panggilan saya Rey. Saya berasal dari Sulawesi Selatan.
Lukas : Halo Azkia, salam kenal juga dari Kangmas Lukas (kepedean)
Widya : Ih Lukas, Azkia doang yang disapa!
Nida : Dasar Lukas, liat cewek baru langsung mulai ganjen
Salma : Haduh, Lukas..Lukas (menepuk jidat).
Adrian : Sudaah-sudah.. Maaf ya Azkia atas kelakuan Lukas.. Rey dan Azkia salam kenal dari kami kelas XI IPA 3, selamat bergabung, semoga segera bisa adaptasi di lingkungan baru.
Azkia & Rey : Terimakasih
Bu Desi : Baik.. Rey kamu bisa duduk di sebelah Tri, sedangkan Azkia duduk di sebelah Nida.

Bel istirahat ke dua berbunyi. Semua siswa segera keluar untuk makan di kantin termasuk Azkia yang langsung akrab dengan Salma, dan Widya. Mereka bertiga asik ngobrol dengan Azkia kecuali Nida yang masih belum bersuara

Widya : Besok kita belajar di rumah Azkia, gimana? kata dia rumahnya dekat sekolah loh,
Azkia : Wah terimakasih.. saya diajak belajar kelompok. Ngomong-ngomong kok Widya tau rumahku dekat sekolah? (penasaran)
Salma : Informasi satu sekolah Widya memang tau semua. Dia orangnya kepo dan informatif sekali.. bahkan isu-isu di ruang guru dia tau semua. Udah kayak “lambe turah”
Widya : (sombong) Jelaas... mau tanya apa saja biar aku jawab semua. Oh iya Nida kamu kok diam terus? Perasaan tadi pagi masih “ngoceh” mulu

Salma : Nida itu malu kalau berbicara dengan orang baru. Ingat dulu Wid, kalau kita tidak ngobrol duluan sama Nida mana mungkin Nida mau main sama kita.

Widya : Yaelah Nida, masih saja begitu.. Azkia saja yang anak baru malah nggak malu ngobrol sama kita. Coba kurangi rasa pemalu kamu.

Nida : Iya, maaf. Aku sedikit gugup ketika ngobrol dengan orang baru (menunduk).

Azkia : Iya Nida tidak apa-apa, aku paham kok. Sebenarnya aku sudah 2 kali pindah sekolah karena ikut Ayah berdinan luar pulau. Awalnya aku minder mau ngajak ngobrol teman baru di sekolah sebelumnya. Lama-kelamaan aku sendiri yang jadi ketinggalan pelajaran dan informasi gara-gara tidak berani ngobrol dengan teman.

Salma : Nah, dengerin tuh Nid.

Nida : (menghela nafas untuk memulai berbicara pada Azkia) Eh Azkia, aku lihat kamu tadi barusan buka *web* toko sepeda ya?

Widya : Akhirnya, kamu bersuara juga Nid (lega)

Azkia : Bener Nid. Aku lagi nyari sepeda. Kebetulan aku hobi naik sepeda

Nida : Waaah sama. Aku juga hobi naik sepeda (senang)

Azkia : (antusias) Kapan-kapan aku diajak keliling Jogja boleh, Nid?

Nida : Dengan senang hati. Setiap sabtu dan minggu pagi aku sepedaan sekeluarga. Nanti ikut saja

Azkia : Siap!! Tapi di Jogja aku belum punya sepeda, kalau Nida nggak keberatan sepulang sekolah nanti bisa temenin saya nyari sepeda?

Nida : Bisa sekali. Nanti aku ajak kamu ke Toko sepeda langganan ayahku. Sepeda di sana berkualitas dan nanti dapat harga special kalau datang sama aku.

Azkia : Waahhh... terimakasih sekali Nida.

Salma : Udah nggak gugup lagi Nid?

Nida : Tidak.. ternyata memulai berbicara dengan orang baru tidak semenakutkan yang aku pikirkan. Terlebih Azkia punya hobi yang sama.

Widya : Lagi-lagi aku yang dicuekin ..(kesal)

Hari itu, merupakan pengalaman Nida berani berbicara dengan orang baru. Sebelumnya, Nida enggan untuk ngobrol dengan orang baru kalau tidak disapa terlebih dahulu. Di sisi lain, sudah seminggu Rey belum memiliki teman, sehingga dia duduk saja dikursinya sambil menunduk. Rupanya belum ada yang mau mendekati Rey karena pemalu. Semua siswa di kelas itu masih sungkan dan hanya mau tersenyum saja padanya tanpa berani mengajak ngobrol lebih lanjut. Tibalah jam istirahat ke dua.

Adrian : Tri, kamu selama seminggu ini sudah ngobrol sama Rey?

Tri : Belum.. dia hanya diam saja. Aku juga malu ngobrol sama orang baru

Lukas : Tri.. Tri.. kamu anggap pohon si Rey itu ya? Ayo kita ajak ngobrol (mendekati Rey)

Ketiganya duduk di sekeliling Rey.

Lukas : Woy anak baru (ngledek)

Adrian : Hai Rey

Rey : ohh Adrian, Lukas, dan Tri (gugup)

Lukas : Wih keren juga hapemu

Rey : Hah yang mana? Ada 2 nih soalnya

Lukas : (nelen ludah) Yasaalaam.. HP dua mana bagus semua.

Rey : Ah tidak juga.

Lukas : Apa mereknya?

Rey : Asus ROG Phone 3 dan Iphone 11 Pro Max

Lukas : (kaget) Apa?? Asus ROG Phone 3 dan Iphone 11 Pro Max. Itu HP setauku mahal, apalagi HP itu setara harga 8 HP yang aku pakai (melongo)

Rey : Ini Asus ROG Phone 3 dikasih Ayahku karena tahun kemarin dapat ranking 3 besar di sekolah. Kalau Iphone aku beli sendiri dari hasil nabung.

Lukas : Spek Asus ROG Phone 3 nya seperti itu? (penasaran)

Rey : Oh ini Cuma Chipset Qualcomm SM8250 Snapdragon 865+, Internal 512 per 16 GB. Kapasitas baterai 6.000 mAh, dan sudah pakai layar:AMOLED, 6.59 inches.

Lukas : (melongo pegang kepala) Yasaalaam. Aku nggak ngerti tapi kedengaran Gahar.

Adrian : Nah, Tri kamu kan paham tentang *Gadget* kan?

Tri : (memberanikan diri berbicara) Iya Rey, keren sekali HP-mu. Kamu *pro player* ya?

Rey : Tidak juga, sebatas suka games saja. Oiya, aku lihat HP kamu juga keren. Apa merk-nya?

Tri : Black Shark 3S. Game favorit kamu apa?

Rey : PUBG sama Mobile Legend. Kalau kamu apa Tri?
Tri : Waah sama aku juga main Mobile Legend ditambah eFootball PES 2020. Kapan-kapan kita main bareng Mobile Legend? (antusias)
Rey : Siap nanti diatur saja (senang)
Tri : Bisa main *eFootball PES 2020* tidak?
Rey : Bisa juga. Kebetulan aku juga main. Agendakan saja pertandingan kita nanti (antusias)
Tri : Siap 86 (senang)
Lukas : Tunggu.. tunggu.. kalian berdua duduk berdampingan tapi baru kali ini tau kalau sama-sama suka nge-*game*? Manusia macam apa kalian ini? Sungguh aneh tapi nyata.
Adrian : Syukurlah, kalian sekarang sudah saling ngobrol.
Lukas : Makin aneh saja penduduk kelas kita ya?
Adrian : Iya kamu yang aneh... (sambil senyum)
Lukas : Nah.. kan jadi aku lagi yang kena (kesal). Oiya kira-kira HP aku ini kuat untuk main PUBG nggak ya?
Rey & Tri : (barengan) Nggak !
Lukas : (menghela nafas) huuuh...
Adrian : Eh sudah Adzan Dhuhur. Ayo segera ke masjid. Lukas kalau mau ke kantin dulu nggak apa-apa.
Lukas : Oke, aku ke kantin dulu. Selamat beribadah teman-teman
Adrian : Ok Lukas.. nanti kami susul ke kantin kok.

Selesai

Treatment ke 5

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

A	Komponen Layanan	: Layanan dasar
B	Bidang Layanan	: Bidang pribadi-sosial
C	Fungsi Layanan	: Pemahaman dan pengembangan
D	Tujuan	: <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa mampu mengadakan interaksi yang tepat dengan orang lain 2. Siswa mampu melaksanakan diskusi kelompok 3. Siswa terlibat aktif dalam diskusi kelompok
E	Topik	: <i>Diskusi Kelompok</i>
F	Sasaran	: Siswa kelas XI SMA Negeri 10 Yogyakarta
G	Metode dan Teknik	: <i>Behavioral Skills Training (BST)</i>
H	Waktu	: 60 menit
I	Media/Alat	: PPT, video tentang diskusi, aplikasi <i>zoom</i> , dan naskah drama tentang diskusi kelompok yang berjudul “sosmed kawan atau lawan”
J	Tanggal Pelaksanaan	: 16 Oktober 2020
K	Sumber	: Gulo, W. (2002). Strategi Belajar Mengajar. Jakarta: PT Grasindo Hamdani. (2011). Strategi Belajar Mengajar. Bandung: CV Pustaka Setia. Prayitno & Erman Amti. (2004). Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Rineka Cipta. Sanjaya, W. (2006). Starategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan. Jakarta: Kencana. Sukardi, Dewa, K. (2008). Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah. Jakarta: Rineka Cipta. Suyanto. (2013). Menjadi Guru Profesional Meningkatkan Kualifikasi dan Kualitas Guru di Era Global. Jakarta: Erlangga Taniredja, T. (2011). Model-model Pembelajaran Inovatif. Jakarta: IKAPI https://www.dictio.id/t/bagaimana-cara-membuat-seseorang-dapat-aktif-berdiskusi/1753 https://www.idntimes.com/life/education/pinka_wima/kerugian-saat-kamu-pasif-di-kerja-kelompok/6 https://www.youtube.com/watch?v=Iy7drPXqzs&t=35s
L	Uraian Kegiatan	:

No	Waktu	Uraian Kegiatan	Tahapan
1	2 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih atau guru BK memilih kelompok eksperimen untuk diberi perlakuan, sedangkan kelompok kontrol tidak diberi perlakuan. 2. Pelatih atau guru BK menyiapkan peralatan dan perlengkapan layanan berupa laptop, PPT materi, koneksi internet, aplikasi <i>zoom</i>, kertas, video, dan teks drama. 3. Pelatih atau guru BK meminta peserta berkumpul dan mempersiapkan diri di rumah menggunakan aplikasi <i>zoom</i>. 	Tahap persiapan

2	13 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih membuka kegiatan dengan salam dan berdoa. 2. Pelatih menyapa peserta yang dilanjutkan menanyakan kabar dan mempresesni siswa 3. Pelatih menjelaskan teknik BST dalam bimbingan kelompok yang meliputi: pengertian, tujuan, dan prosedur pelaksanaan. 4. Pelatih membentuk kelompok sesuai kebutuhan. 5. Pelatih menekankan tugas dan tanggungjawab peserta seperti memperhatikan, menghargai, dan memberi tanggapan positif. 6. Pelatih dan peserta membuat kontrak waktu dan menyusun aturan selama layanan berlangsung 	Tahap pembentukan kelompok
3	5 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta dipersilakan menceritakan permasalahan sosial yang dialami jika ada. 2. <i>Peserta diberikan keluasaan bertanya mengenai tugas yang belum dipahami</i> 3. Pelatih menanyakan kesiapan peserta mengikuti pelatihan BST. Bila peserta siap maka dilanjutkan dalam tahap inti 	Tahap peralihan
4	35 menit	Kegiatan yang dilakukan peserta menggunakan teknik BST dalam bimbingan kelompok	Tahap Inti Kegiatan BST
		<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih menentukan keterampilan perilaku sosial target yang akan dilatih yaitu diskusi kelompok 2. Pelatih memberikan alasan tentang pentingnya keterampilan yang dilatih. 3. Pelatih memberikan gambaran tepat perilaku yang menjadi target dan menjelaskan bagaimana melaksanakan tugas yang sudah ditentukan 4. Peserta diminta mengulangi instruksi agar diketahui yang memperhatikan dengan benar dan paham. 	1. Pemberian instruksi (<i>Instructions</i>)
		<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih memberikan contoh model video diskusi kelompok 2. Pelatih memastikan peserta mengamati dan memperhatikan secara komprehensif disertai penguatan positif 3. Pelatih memberikan penekanan perilaku model yang akan ditirukan 	2. Pemberian Model (<i>Modelling</i>)
		<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih memberikan naskah drama pada kelompok tentang diskusi kelompok yang berjudul “sosmed kawan atau lawan” 2. Peserta diminta mempelajari naskah drama dan peranannya masing-masing 3. Peserta lain yang tidak terlibat bermain peran diminta tetap memperhatikan untuk memberikan umpan balik pada peserta drama 4. Peserta drama diberikan latihan singkat sembari mengingat model yang sudah diberikan sebelumnya 5. Kemudian, peserta drama memerankan drama sesuai teks dan model. 	3. Pelatihan (<i>Rehearsal</i>)
		<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih memberikan umpan balik atas kinerja bermain peran sekaligus pemberian penguatan. Umpan balik suportif bila sudah tepat dalam mempraktikkan keterampilan target, sedangkan umpan balik korektif dengan memberikan instruksi tentang bagaimana cara melakukan keterampilan sosial secara benar jika ada kesalahan 2. Peserta kelompok lain memberikan umpan balik berupa tanggapan dan saran atas kinerja bermain peran dari kelompok yang tampil 3. Pelatih meminta setiap kelompok untuk menyampaikan apa yang dirasakan atau dicapai, sebab muncul perilaku tertentu, dan rencana tindakan setelah menirukan model dan praktik bermain peran 4. Pelatih dan peserta menyimpulkan dan merefleksikan kegiatan teknik BST 5. Semua peserta diberikan tugas untuk mempraktikkan keterampilan yang dilatih dalam situasi kehidupan nyata. 	4. Umpan Balik (<i>Feedback</i>)
6	5 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelatih memberikan penguatan terhadap strategi yang ditemukan dalam kelompok 2. Setiap peserta memberikan kesan, pesan, dan hasil dari kegiatan layanan yang berlangsung 3. Tindak lanjut bisa berupa konseling individual atau konseling kelompok jika diperlukan 	Tahap Pengakhiran

	4. Kegiatan ditutup dengan salam dan berdoa bersama	
--	---	--

M Tindak Lanjut : Konseling individu atau konseling kelompok
N Materi :

Mengetahui,
Guru BK

Dyah Suyuti, S.Pd.

Yogyakarta, Agustus 2020

Mahasiswa BK,

Arif Fajar Romadhon, S.Pd

Materi 5

Diskusi Kelompok

A. Pengertian Diskusi Kelompok

Menurut Tohirin (2007: 291) diskusi kelompok merupakan suatu cara dimana siswa memperoleh kesempatan untuk memecahkan masalah secara bersama-sama. Diskusi kelompok adalah teknik bimbingan kelompok yang dilaksanakan dengan maksud agar para peserta didik anggota kelompok mendapat kesempatan untuk memecahkan masalah secara bersama-sama (Syah, 2006). Selain itu, Suyanto (2013: 117-118), metode diskusi merupakan suatu proses bertukar informasi, pendapat, dan unsur-unsur pengalaman secara teratur untuk mendapatkan pengertian yang lebih jelas dan cermat tentang topik yang sedang dibahas. Sedangkan, menurut Hamdani (2011: 159), metode diskusi merupakan interaksi untuk menganalisis memecahkan masalah, menggali, atau memperdebatkan topik dan permasalahan tertentu. Diperkuat pendapat Gulo (2002: 126), dalam diskusi kelompok siswa belajar menghargai pendapat orang lain, bersikap terbuka, mengaktualisasikan diri, percaya diri, dan sebagainya. Berdasarkan dari beberapa ahli di atas dapat disimpulkan bahwa pengertian metode diskusi kelompok yaitu metode bertukar pendapat antar siswa dalam satu kelompok yang bertujuan untuk siswa lebih aktif dalam memecahkan masalah bersama

B. Tujuan Diskusi Kelompok

Dinkmeyer dan Muro (Tatiek Romlah, 2006:89) menyebutkan tiga macam tujuan diskusi yaitu mengembangkan pengertian terhadap diri sendiri, mengembangkan kesadaran tentang diri dan orang lain, dan mengembangkan pandangan baru mengenai hubungan antara manusia. Prayitno dan Erman Amti (2004:24) menyatakan bahwa diskusi kelompok bertujuan untuk melatih siswa berani mengungkapkan pendapat di hadapan teman-temannya, bersikap terbuka dalam kelompok, membina keakraban bersama temannya maupun teman lain di luar kelompok, mengendalikan diri, bersikap tenggang rasa dengan orang lain, memperoleh keterampilan sosial, mengenali dan memahami dirinya dalam berhubungan dengan yang lainnya.

Sukardi (2008: 221-222) mengatakan bahwa tujuan diskusi kelompok adalah.

1. Siswa memperoleh informasi yang berharga dari teman diskusi dan pembimbing diskusi. Pengalaman yang baik maupun buruk dan pendapat dari teman, banyak membantu perkembangan pribadi siswa.
2. Membangkitkan motivasi dan semangat siswa untuk melakukan sesuatu tugas. Bila siswa mula-mula enggan mengerjakan sesuatu tugas, misalnya membuat ringkasan tentang isi bacaan setelah diskusi tentang manfaat membuat ringkasan, maka timbul minat dan kemauan untuk membuat ringkasan. Begitu juga terhadap hal-hal yang semula ditolak, kurang diminati, kurang dipahami, bahkan mungkin yang semula dibenci dapat berubah untuk dicintai dan dikerjakan.
3. Mengembangkan kemampuan siswa berpikir kritis, mampu melakukan analisis dan sintesis atas data atau informasi yang diterimanya. Dalam diskusi siswa memperoleh berbagai informasi yang mungkin saling bertentangan, berhubungan, atau saling menunjang. Siswa secara bertahap akan mampu menanggapi secara kritis dan lambat laun mampu membuat analisis serta mensistesisasikan informasi yang diterimanya.
4. Mengembangkan keterampilan dan keberanian siswa untuk mengemukakan pendapat secara jelas dan terarah. Dalam diskusi, siswa dibimbing untuk berani dan terampil menyampaikan pengalaman dan gagasannya secara teratur, sehingga mudah dipahami orang lain.
5. Membiasakan kerjasama di antara siswa. Diskusi pada hakikatnya kerjasama dalam mengumpulkan dan tukar-menukar pengalaman serta gagasan. Melalui diskusi, siswa dibina memperhatikan kepentingan orang lain, menghargai pendapat orang lain, dan menerima keputusan bersama.

C. Kelebihan Diskusi Kelompok

Menurut Suyanto (2013: 123), metode diskusi mempunyai kelebihan sebagai berikut.

1. Suasana kelas kan hidup karena siswa mengarahkan pikirannya pada masalah yang didiskusikan.
2. Menyadarkan siswa bahwa masalah dapat dipecahkan pada berbagai cara.
3. Membiasakan siswa untuk mendengarkan pendapat orang lain.
4. Meningkatkan sikap toleransi, demokratis, kritis, berfikir sistematis, dan percaya diri.
5. Siswa terlibat dalam proses berfikir untuk menarik kesimpulan diskusi.

Menurut Sanjaya (2006: 156), ada beberapa kelebihan metode diskusi dalam kegiatan belajar mengajar yakni sebagai berikut.

1. Metode diskusi merangsang siswa untuk lebih kreatif dalam memberikan gagasan dan ide-ide.
2. Melatih bertukar pikiran dalam mengatasi setiap permasalahan.
3. Melatih siswa untuk mengemukakan pendapat secara verbal. Selain itu diskusi melatih untuk siswa menghargai pendapat orang lain

Menurut Taniredja (2011: 33), menyebutkan kelebihan metode diskusi sebagai berikut.

1. Siswa memiliki konsep terhadap masalah yang akan didiskusikan.
2. Memperdalam pengetahuan yang telah dikuasai siswa.
3. Melatih siswa mengidentifikasi memecahkan masalah dan mengambil keputusan.
4. Melatih siswa menghadapi masalah secara berkelompok.

Berdasarkan pendapat yang telah disampaikan oleh beberapa ahli dapat disimpulkan bahwa kelebihan metode diskusi kelompok adalah sebagai berikut.

1. Melatih kreativitas siswa dalam menyampaikan ide dan gagasan.

2. Melatih siswa untuk belajar secara berkelompok.
3. Menambah wawasan.
4. Menghargai pendapat orang lain.
5. Melatih siswa dalam memecahkan masalah secara berkelompok.
6. Mengembangkan sikap sosial.

D. Peranan Pemimpin dan Anggota Kelompok

Pemimpin kelompok dan anggota kelompok perlu memperhatikan peranan-peranan tertentu.

1. Peranan pemimpin kelompok :
 - a. Membantu kelompok merumuskan tujuan-tujuan
 - b. Menjaga masalah yang akan dibicarakan
 - c. Bertindak sebagai sumber lain yang dapat membantu kelompok dalam memecahkan masalah yang dihadapi
 - d. Mengenalkan teknik-teknik yang dapat membantu agar diskusi berlangsung lancar misalnya teknik “*brainstroming*” digunakan untuk eksplorasi masalah sebelum membahas masalah yang khusus, membagi kelompok dalam kelompok-kelompok kecil untuk membahas masalah-masalah khusus, kemudian melaporkan hasilnya dalam diskusi pleno.
2. Peranan anggota kelompok:
 - a. Masing-masing anggota mempunyai tanggung jawab berpartisipasi secara aktif dalam diskusi. Datang pada waktu diskusi, menyiapkan bahan yang akan dibicarakan dan memahami ruang lingkup diskusi.
 - b. Berusaha untuk tidak menyimpang dari topik diskusi dan harus bersedia membagi waktu berbicara atau tidak memotong pembicaraan anggota lain
 - c. Berprilaku sesuai dengan aturan-aturan diskusi yang sudah disepakati bersama.
 - d. Memahami bahwa diskusi kelompok adalah untuk memenuhi kebutuhan semua anggota dan bukan tempat untuk mencari kekuasaan dan melampiasakan kebencian atas rasa tidak senang.
 - e. Agar peranan-peranan tersebut dapat dipahami oleh anggota kelompok, sebelum diskusi dimulai pemimpin kelompok memberikan penjelasan tentang tujuan diskusi dan aturan-aturan dasar yang perlu diikuti selama diskusi berlangsung.

E. Akibat Pasif dalam Diskusi Kelompok

1. *Skill* tidak terasah

Ketika memilih untuk diam saja dan gak ikut berkontribusi, sebenarnya bukan teman-temanmu yang rugi. Kamulah yang rugi karena skillmu gak terasah. Gak memiliki jobdesc apapun karena pasif justru membuatmu satu-satunya orang yang rugi karena gak bisa menonjolkan kelebihan dan gak bisa belajar lebih banyak hal.

2. Tidak Paham Materi yang Dibahas

Berlaku aktif dan asik membicarakan materi yang sedang dipelajari serta mencari solusi bakal membuat seseorang benar-benar menguasai materi tersebut. Selain itu, diskusi ini juga berguna untuk mengerti sudut pandang dan pemahaman orang lain. Hasilnya, kamu jadi punya banyak wawasan baru dan mengerti secara mendalam materi yang dibahas.

3. Ilmu Tidak Bertambah

Bersikap cuek dan antipati membuatmu rugi karena ilmu yang kamu punya jadi gak bertambah. Ketika teman-teman kelompok mendapat manfaat dari kerja kelompok, kamu justru gak merasakan faedah apapun. Apalagi ketika ada teman kelompok yang rajin dan pintar, kamu harusnya bisa memanfaatkan untuk banyak bertanya dan belajar darinya, bukannya menyuruhnya untuk mengerjakan semua pekerjaan kelompok.

4. Tidak Bisa Mengukur Kemampuan Diri Sendiri

Pilih pasif dan diam saja sesungguhnya membuatmu rugi besar. Gak ikut urun pendapat, kamu jadi gak tahu apakah pemahanmu akan materi selama ini sudah benar atau belum. Hasilnya, kamu jadi gak bisa mengukur kemampuanmu sendiri dan gak percaya diri.

5. Teman Lain tidak Nyaman atau Dianggap Benalu

Karena kamu pasif dan gak benar-benar mengerjakan, teman-teman bisa merasa malas padamu. Mereka menganggapmu benalu dan enggan ketika harus satu kelompok denganmu. Pasalnya kamu gak memberi kontribusi apapun dan hanya merugikan mereka.

6. Nilai yang Didapat Bukan Nilai Sebenarnya

Kamu gak bisa merasa bangga ketika mendapatkan nilai memuaskan dari tugas kelompokmu dengan teman-teman. Pasalnya, itu hasil kerja keras mereka tanpamu. Jadi kamu gak bisa merasa berpuas diri karena pada dasarnya kamu hanya menumpang nama saja, justru harusnya kamu malu karena hal ini.

F. Hal-Hal yang Sebaiknya Dilakukan dalam Diskusi Kelompok

1. Saling memperkenalkan diri. Dengan kita saling mengenal diantara teman berdiskusi kita, maka akan semakin nyaman dan akrab proses diskusinya.
2. Gunakan bahasa yang dimengerti oleh semua peserta diskusi.
3. Bertanyalah apabila ada pernyataan atau pertanyaan yang tidak dimengerti. hal itu dapat meminimalkan terjadinya kesalahpahaman.

4. Perlakukan teman diskusi anda dengan baik dan saling menghormati.
5. Open minded, berpikir terbuka, perbedaan adalah sesuatu hal yang wajar.

G. Cara Agar Aktif dalam Diskusi Kelompok

1. Meningkatkan Rasa Percaya Diri

Untuk dapat berdiskusi dan mengeluarkan pendapat dengan baik perlu banyak latihan, karena rasa malu, tidak percaya diri, dan lain sebagainya adalah masalah kurangnya dalam berinteraksi dengan orang lain. Jadi untuk melatih kepercayaan diri perlu berlatih seperti bergaul dengan orang-orang baru dan berbincang dengan orang baru. Selain itu, luangkan waktu untuk latihan berbicara. Misalnya kita latihan berbicara di depan cermin, kita lihat diri kita sendiri sudah bagus atau belum.

2. Jangan Takut Salah

Semua orang pernah melakukan kesalahan. Jadi tidak perlu khawatir ketika dalam menyampaikan pendapat tidak perlu takut salah asal sesuai dengan topik bahasan yang diangkat. Tidak perlu berfikir bagaimana tanggapan orang terhadap hasilnya nanti, karena hal itu akan membuat kita semakin takut dan berfikir negatif terhadap diri sendiri. Kuncinya berfikir positif, kita tekankan dalam diri kita bahwa kita mampu melakukan hal tersebut.

3. Lakukan Persiapan Matang

Sebaiknya membaca dan mempelajari materi yang telah dibagikan sebelum mengikuti diskusi kelompok. Apabila memiliki ide untuk topik yang akan dibahas di diskusi kelompok, luangkan waktu yang cukup untuk mempelajari topik tersebut.

4. Klarifikasi Hal yang Belum Dipahami

Terkadang orang-orang tidak bisa mengungkapkan pikirannya dengan baik atau Anda tidak bisa memahami seluruh ucapannya. Meminta klarifikasi adalah hal yang wajar dilakukan, terutama jika Anda ingin menyampaikan argumen balasan.

5. Lakukan

Setelah semua hal di atas dilaksanakan dengan baik, maka hal terakhir yang perlu dilakukan adalah berani mencoba. Apa yang sudah kita upayakan harus dilakukan, tidak usah pikirkan hasilnya yang penting kita *action*. Untuk hasil yang baik tidak mungkin bisa seketika, namun butuh sebuah proses yang panjang sambil terus mengasah kemampuan dengan berlatih dan evaluasi diri.

H. Hal-Hal yang Sebaiknya Tidak Dilakukan dalam Diskusi Kelompok

1. Menganggap semua peserta diskusi mempunyai pemahaman yang sama.
2. Merendahkan teman diskusi, baik dengan kalimat maupun intonasi suara.
3. Mempunyai stereotype terhadap teman diskusi, baik secara individu, kelompok maupun golongan.

I. Cara pelaksanaan Diskusi Kelompok:

- a. Mempersiapkan ruang diskusi lengkap dengan sarana yang lain.
- b. Anggota kelompok siap di tempat masing-masing (idealnya 6-10).
- c. Perkenalan antar anggota masing-masing dalam perkenalan tersebut dapat atau boleh diadakan tanya jawab tentang identitas anggota dan ditutup dengan permainan kelompok untuk menuju "kunci akrab".
- d. Dipimpin konselor membuat suatu kesepakatan bersama (janji bersama) bahwa anggota kelompok tidak dibenarkan menyebarkan di luar kelompok masalah yang dibahas kelompok (asas kerahasiaan) dan setiap anggota kelompok berjanji untuk membantu setiap masalah yang dikemukakan oleh teman anggota kelompok.
- e. Kesempatan mengutarakan masalah anggota kelompok dengan terlebih dahulu menentukan masalah siap diutamakan dan bagaimana tanggapan serta pemecahannya.
- f. Pengakhiran diskusi dengan : (1) himpunan ada *follow up* atau tindak lanjut kepada konseli atau anggota kelompok yang masalahnya sudah didiskusikan. (2) bila perlu menentukan waktu untuk diskusi selanjutnya.

Naskah Skenario Drama 5

Sosmed Lawan atau Kawan

Pemeran:

- Jurana : Pemimpin diskusi, bijaksana
Nova : Sopan dan berani menyampaikan pendapat berbeda
Putra : Aktif menyampaikan pendapat dan memberikan alasan
Fajar : Aktif bertanya dan suka menambahkan pendapat teman lain

Layanan bimbingan konseling SMA Negeri 10 Yogyakarta memberikan tugas pada kelas XI MIPA untuk mendiskusikan tentang isu-isu yang sedang berkembang di lingkungan siswa. Kelas XI MIPA 3 mengangkat tema tentang “media sosial”.

Salah satu kelompok antusias dalam berdiskusi

Jurana : Selamat pagi, teman-teman

Anggota: Selamat pagi.

Jurana : Terimakasih teman-teman. Semoga semua dalam kondisi sehat dan bersemangat karena hari ini kita akan mendiskusikan sesuatu yang dekat dengan kita yaitu “sosial media”. Nampaknya tidak perlu perkenalan karena sudah saling mengenal.

Nova : Iya Jurana.. langsung dimulai saja.

Jurana : Oke.teman-teman. Sebelum memulai diskusi perlu diketahui bahwa ada aturan yang harus dipatuhi. Pertama, semua anggota wajib berpartisipasi aktif; kedua, tidak menyimpang dari topik diskusi, bergantian dalam berpendapat, tidak memotong pembicaraan, memberi alasan logis dalam berpendapat, dan menghargai pendapat lain.

Putra : (bersemangat) Siap Jurana. Apalagi ini bahasan yang menarik untuk kita.

Fajar : Iya, sosial media sekarang sudah jadi kebutuhan sih

Jurana : Terimakasih Putra dan Fajar atas tanggapannya. Kita tahu bahwa perkembangan teknologi yang semakin canggih memunculkan berbagai macam kegiatan yang bisa dilakukan secara daring (*online*). Media online ini banyak memberikan kemudahan dalam melakukan aktivitas. Salah satu kecanggihannya itu adalah *social media* (*sosmed*). *Gadget* kita kebanyakan sudah ter-*install* aplikasi *sosmed*. Pasti sudah tau apa itu media sosial. Ada yang mau menyampaikan arti sosial media?

Putra : Sosial media itu media *online* yang membuat penggunaannya berbagi informasi dan melakukan interaksi dengan orang lain tanpa bertemu langsung. Contohnya bisa Facebook, Instagram, Twitter, Blog, Youtube, Whatsapp, dan lain-lain kita cukup di rumah atau di manapun tetap bisa berinteraksi dengan orang lain.

Fajar : Setuju dengan Putra. Saya tambahkan kalau *social media* bahkan bisa dijadikan tempat untuk memunculkan eksistensi diri. Misalnya ketika pergi atau ke tempat yang disukai bisa menjadi konten untuk *upload* di *sosmed*. Ada juga orang yang memakainya untuk menunjukkan barang mewah.

Tiba-tiba Nova mengangkat tangan untuk izin bertanya pada kelompok

Nova : Maaf izin menyampaikan pendapat.

Jurana : Silakan Nova

Nova : Apa tujuan kita mendiskusikan *social media*? Padahal sudah tahu jenis dan cara menggunakannya?

Jurana : Pertanyaan bagus, tujuan kita adalah agar kita memberikan pendapat masing-masing dalam menyikapi *social media*. Ada yang akan memberikan pendapat tentang *social media*?

Nova : Saya tidak sepenuhnya setuju dengan pendapat Putra karena media sosial itu sebenarnya berbahaya.

Fajar : Hah, berbahaya bagaimana Nov?

Jurana : Wah menarik ini, Seberbahaya apa itu?

Nova : Media sosial bisa berakibat munculnya *Phantom Vibration Syndrome*?

Fajar : (penasaran) Apa itu Nov? baru denger aku

Putra : (penasaran) Waah.. kok ada *syndrome* segala?

Nova : *Phantom Vibration Syndrome* itu satu gejala dimana pengguna *social media* selalu mengecek ponselnya untuk melihat apakah ada pesan atau notifikasi yang masuk untuknya, padahal ponsel tersebut tidak memberikan notifikasi apapun, seperti Aplikasi Facebook, WA, Twitter, Instagram dll yang banyak berada di *smartphone*.

Fajar : Aku sering begitu, berarti kena *syndrome* juga nih?

Nova : Orang yang kecanduan akan banyak menghabiskan waktu untuk *sosmed* sehingga malas belajar dan mengerjakan pekerjaan sehari-hari.

Jurana : Memang kalau kecanduan mau ngapa-ngapain juga malas. Oke, saya paham berarti Nova sedang menjelaskan dampak negatif *sosmed*. Ada lagi Nova dampak negatif yang ditimbulkan?

Nova : Orang kecanduan *sosmed*, akan memikirkan berapa *follower*-nya saja. Bahkan kurang peduli dengan lingkungannya seperti konten “*Prank*” yang banyak melanggar nilai sopan santun agar *sosmed*-nya rame.

Fajar : Kalau orang yang dikit-dikit *update* status bisa disebut kecanduan?

- Nova : Bisa termasuk kriteria orang yang kecanduan *sosmed* karena semua hal yang dipikirkan dan dirasakan langsung dituangkan di *sosmed*.
- Putra : Bukannya *sosmed* juga bisa mendekatkan orang yang jauh sehingga akan menjalin silaturahmi?
- Nova : Benar sekali. Tapi *social media* juga mendekatkan yang jauh dan menjauhkan yang dekat. Bisa saja kita berkomunikasi dengan teman di luar kota, tapi tidak jarang saat kita berkumpul dengan teman justru malah sibuk dengan *gadget* masing-masing. Selain itu, orang akan mudah berkenalan dan akrab dengan orang lain yang baru dikenal padahal belum tahu latar belakangnya apa.
- Fajar : Bener juga. Aku pernah menemukan berita tentang penculikan, pemerkosaan dan pembunuhan akibat setelah bertemu dengan kenalan dari *sosmed*. Ngeri juga ternyata.
- Jurana : Aku jadi teringat dengan salah satu berita seorang remaja di Amerika kemasukan perampok di dalam rumah hanya karena menulis status di sosial media. Tulisan itu berupa “Di rumah lagi sendiri, Orang tua keluar kota”. Dia juga mengekspos data pribadi dari alamat, telepon, foto-foto, semuanya ditayangkan di kolom profil tanpa batas.
- Nova : Tuh kan memang ngeri kalau kita kecanduan *social media* sampai lupa privasi.

Putra diam saja namun mulai mengekspresikan mimik wajah tidak setuju. Hal ini diketahui oleh Jurana sehingga melemparkan pertanyaan pada Putra

- Jurana : Nah itu dari sisi negatif bermedia sosial. Aku lihat Putra dari tadi diam saja, nampak ada sesuatu yang ingin disampaikan? Silakan
- Putra : Iya.. terlalu terbawa sisi negatif dari *sosmed* jadi seakan-akan *sosmed* penuh kekurangan ya? Padahal ada sisi positif
- Fajar : Nah ini, perlu seimbang sisi positif juga pasti ada.
- Putra : Medsos sesuai fungsinya memang memudahkan orang untuk berkomunikasi dan berbagai informasi dari tempat yang berbeda. Oiya, temen-temen ada yang jualan *online*?
- Nova : Saya jualan pakaian melalui *online*
- Jurana : Saya juga jual asesoris *gadget* lewat *online*
- Putra : Nah, bisa aku tebak pasti dalam memasarkan produk kalian juga melalui *sosmed*?
- Jurana : Iya benar.. manjur sekali apalagi di grup banyak yang beli asesoris .. tidak perlu biaya iklan.
- Putra : Sosmed bisa untuk berjualan.
- Fajar : Banyak teman sekelas yang jualan *online*, bahkan ada yang jual gorengan *online* gratis antar lagi katanya
- Putra : Tuh kan.. banyak juga manfaatnya *sosmed*.. Alasan positif lainnya kita perlu *sosmed* adalah dapat digunakan untuk membantu orang lain.
- Nova : Hah, bagaimaimana ceritanya bisa membantu orang lain? Bukannya sosmed bisa menjadi ajang *bullying* dengan julukan dan umpatan kasar?
- Putra : Kalau seseorang tidak bijak dalam bersosial media akan mudah melakukan *bullying* pada orang lain. Hati-hati ada Undang-undang Informasi dan Transaksi Elektronik (ITE) atau Undang-undang nomor 11 tahun 2008. Jika ada orang tersinggung atau tidak terima mendapat *bully*-an, si pem-*bully* akan terjerat dengan mudah.
- Nova : Memang *pembully* di media sosial sebaiknya dilaporkan saja agar mereka jera (geram)
- Jurana : Maka kita harus berhati-hati dalam mengetik sesuatu di *sosmed* agar tidak terjerat UU ITE.
- Putra : Kita tidak boleh menyalahkan *social media*. Justru *sosmed* dapat membantu orang lain. Ada 7 kasus di mana sosial media telah menyelamatkan nyawa manusia. Satu contoh adalah kasus remaja mencoba bunuh diri. “Pada musim semi 2009, seorang remaja inggris menulis di *social media* ke seorang temannya bahwa ia akan bunuh diri. Pacar dan ibunya segera diberitahu. Ibunya lalu menelepon polisi setempat, yang mengirimkan sebuah tim sehingga remaja tersebut gagal bunuh diri.”
- Fajar : Bagaimana kalau tidak ada sosmed pada waktu itu ya?
- Putra : Bisa jadi remaja sudah bunuh diri. Sebenarnya banyak manfaatnya kita bersosmed selama dilakukan dengan bijak bisa sebagai sarana belajar dan *sharing* dengan teman juga. Begitu kira-kira pendapat saya mengenai *sosmed*.
- Fajar : Wahh menarik sekali diskusi kita jadi banyak pandangan mengenai *social media*
- Jurana : Luar biasa menarik diskusi kita hari ini. Dapat saya disimpulkan bahwa media sosial memiliki dampak positif dan dampak negatif. Dampak negatif berupa munculnya ketergantungan (*Phantom Vibration Syndrome*), bisa menjauhkan orang yang dekat, tempat mem-*bully*, dan memancing tindakan kriminal jika digunakan sembarangan. Sebaliknya jika digunakan secara tepat dan bijak *social media* akan membantu komunikasi/interaksi dengan orang yang jauh, belajar, berbagi info, mendapatkan uang, dan membantu orang lain. Hati-hati dalam bersosmed karena ada UU ITE tahun 2008 yang mengaturnya. Semua itu juga tergantung dari masing-masing individu. Jadikanlah *social media* itu sebagai teman yang bisa membantu kita ketika kita mengalami kesulitan dalam hal pelajaran ataupun dalam hal keuangan, jangan jadikan *social media* sebagai lawan yang secara diam-diam akan menghancurkan kita.

Fajar dan Putra : Sepakat!!!

Nova : (mengacungkan dua jempol tangan)

Jurana : Terimakasih atas partisipasi teman-teman semua. Kita cukupkan sampai di sini diskusi kita. Semoga lain kesempatan bisa kita sambung kembali dengan tema yang tidak kalah menarik. Selamat pagi teman-teman.

Putra, Fajar, Nova : Selamat pagi.

Lampiran 6. Skala Keterampilan Sosial Siswa Sebelum Eksperiman

INSTRUMEN

SKALA KETERAMPILAN SOSIAL SISWA



Disusun oleh:

Arif Fajar Romadhon

NIM 18713251045

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2020

SKALA KETERAMPILAN SOSIAL SISWA

A. Kata Pengantar

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dalam rangka penyelesaian tugas akhir tesis maka dilaksanakan penelitian yang berjudul “Efektivitas Teknik *Behavioral Skills Training* dalam Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Keterampilan Sosial Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 10 Yogyakarta”. Sehubungan dengan hal tersebut, saya bermaksud membagikan skala keterampilan sosial yang bertujuan untuk mendapatkan data penelitian mengenai keterampilan sosial siswa. Data penelitian yang diperoleh bermanfaat bagi pengembangan keilmuan bimbingan dan konseling di sekolah.

Disela-sela kegiatan belajar anda, saya mengharapkan keikhlasan anda dalam meluangkan waktu sebentar untuk mengisi skala keterampilan sosial yang akan disampaikan oleh peneliti.

Skala ini bukan merupakan suatu tes yang akan mempengaruhi nilai raport dan nilai harian siswa. Maka dari itu isilah skala ini dengan sungguh-sungguh serta jujur apa adanya sesuai dengan kondisi masing-masing. Identitas dan jawaban atas pernyataan yang peneliti peroleh tetap dijamin kerahasiaannya

Atas kesediaan anda dalam membantu memberikan informasi, saya mengucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr..Wb.

Yogyakarta, Juli 2020

Peneliti,

Arif Fajar Romadhon

B. Petunjuk Pengisian:

1. Berdoalah sebelum mulai mengisi skala di bawah ini!
2. Tulis identitas terlebih dahulu pada kolom yang telah disediakan!
3. Bacalah setiap item pernyataan di bawah ini dengan seksama dan jawablah sesuai dengan keadaan yang sebenarnya!
4. Jawablah pernyataan dengan memilih salah satu dari empat alternatif jawaban dengan pilihan item jawaban sebagai berikut:
SS : Sangat Sesuai
S : Sesuai
TS : Tidak Sesuai
STS : Sangat Tidak Sesuai
5. Jawablah dengan memberikan tanda silang (x) pada kolom yang telah disediakan!
6. Setiap pernyataan harus diisi tidak boleh jawaban kosong.
7. Setelah mengerjakan mohon diteliti dahulu, kemudian harap dikembalikan

C. Identitas Responden

Nama :
Kelas/ No. Presensi :
Jenis kelamin :

D. Pernyataan

Skala Keterampilan Sosial Siswa

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya melaksanakan tugas sesuai dengan perintah guru				
2	Saya terpaksa mengerjakan tugas dari guru				
3	Saya memahami peraturan yang ada di sekolah				
4	Saya mengikuti peraturan di sekolah karena dilihat oleh guru				
5	Saya mengabaikan sindiran teman dengan mengubah topik pembicaraan				
6	Saya mengedepankan musyawarah dalam menyelesaikan konflik dengan teman				
7	Saya menolak permintaan teman dengan sopan agar tidak menyakiti perasaannya				
8	Saya menghindari bertemu teman yang terlibat konflik dengan saya				
9	Saya tidak menerima kritikan dari teman				
10	Saya membalas serangan fisik yang dilakukan teman pada saya				
11	Teman menanyakan kabar saya				
12	Saya diajak teman dalam setiap kegiatan sekolah				
13	Saya dijauhi oleh teman di sekolah				
14	Curhatan saya diacuhkan teman				
15	Saya mengucapkan salam pada semua teman				
16	Saya enggan menjawab sapaan dari teman				
17	Saya memberi salam pada guru				
18	Saya menghindari bertemu guru di jalan karena malu menyapa				
19	Saya menyapa orang yang baru dikenal				
20	Saya malu memulai percakapan dengan orang yang baru dikenal				
21	Saya mendengarkan curhatan teman				
22	Saya membantu mendamaikan teman yang sedang berselisih				
23	Saya membiarkan teman yang menjadi korban <i>bully</i> oleh teman lain				

24	Saya membiarkan teman yang belum mengerti pelajaran yang telah diajarkan karena itu resikonya yang tidak memperhatikan guru				
25	Saya menawarkan bantuan pada guru meski tidak diminta				
26	Saya pura-pura tidak melihat guru yang kesusahan membawa barang				
27	Saya melanjutkan percakapan dengan orang lain meskipun ada gangguan dari luar				
28	Saya tidak berani menatap mata lawan bicara				
29	Saya berbicara setelah teman menyelesaikan percakapannya				
30	Saya berkomentar di luar topik yang dibahas dengan teman				
31	Saya bermain dengan mengikuti aturan yang berlaku				
32	Saya bersedia menerima kekalahan dalam permainan				
33	Saya enggan menunggu giliran dalam bermain bersama teman				
34	Saya bermain dengan tidak jujur untuk mendapat kemenangan				
35	Saya menerima kekurangan yang dimiliki teman				
36	Saya menghargai pendapat teman yang berbeda				
37	Saya tidak mau berteman dengan orang yang berbeda agama dengan saya				
38	Saya sulit memaafkan kesalahan teman				
39	Saya bermain dengan teman untuk bersenang-senang				
40	Saya bermain dengan semua orang tanpa ada syarat tertentu				
41	Saya dibatasi menyampaikan ide kreatif dalam permainan				
42	Saya tidak boleh mengekspresikan emosi dalam aktivitas bermain dengan teman				
43	Saya memberi pinjaman barang pada teman yang mampu bertanggungjawab				
44	Saya mengembalikan barang milik teman tepat waktu agar tidak rusak				
45	Saya meletakkan barang milik teman dengan sembarangan				
46	Saya meninggalkan peralatan sekolah di dalam laci kelas				
47	Saya membuang sampah di tempat sampah				
48	Saya membersihkan tumpahan makanan agar tidak mengganggu orang lain				
49	Saya mencoret-coret meja kelas				
50	Saya enggan membersihkan toilet setelah menggunakannya				
51	Saya melaporkan kecelakaan di sekolah kepada guru				
52	Saya membantu memberikan pertolongan pertama pada korban kecelakaan di sekolah				
53	Saya menonton korban kecelakaan di sekolah sambil menunggu orang lain yang menolong				
54	Saya takut menolong teman yang mengalami kecelakaan di sekolah				
55	Saya masuk kelas kemudian duduk tanpa mengganggu teman lain				
56	Saya berjalan dengan mematuhi rambu-rambu lalu lintas				
57	Saya berjalan di samping kelas lain yang masih belajar dengan terburu-buru				
58	Saya berlarian di dalam kelas				
59	Saya mengganti barang teman yang tidak sengaja saya rusak				
60	Saya mengerjakan tugas tambahan karena nilai ujian jelek				
61	Saya tidak setuju bila nilai tugas dikurangi hanya karena menyontek				
62	Saya enggan membersihkan sampah sebagai hukuman				
63	Saya berbicara dengan orang yang lebih tua menggunakan bahasa yang halus				
64	Saya langsung pergi sebelum mendengar nasihat dari orang tua				
65	Saya melaksanakan tugas piket sesuai jadwal				
66	Saya meninggalkan kelas tanpa izin dari guru				

67	Saya menjenguk tetangga yang sakit				
68	Saya nongkrong dengan teman sampai larut malam				
69	Saya menolak ajakan teman yang berseberangan dengan aturan				
70	Saya berani memberikan kritik pada orang yang berbuat salah				
71	Saya diam saja ketika orang lain menghina saya				
72	Saya mudah terpengaruh oleh orang lain walau hal tersebut tidak sesuai dengan hati nurani saya				
73	Saya memiliki peluang untuk berprestasi di sekolah				
74	Saya optimis mampu menyelesaikan masalah yang dialami				
75	Saya tidak memiliki kemampuan seperti yang teman saya lakukan				
76	Saya mudah menyalahkan diri sendiri				
77	Saya rajin berangkat sekolah				
78	Saya tiba di sekolah tepat waktu				
79	Saya tidak belajar meskipun ada ujian				
80	Saya memakai seragam sekolah semauanya				
81	Saya mengikuti kerjabakti di kampung				
82	Saya ikut menyebarkan berita yang belum pasti di lingkungan rumah				
83	Saya melakukan kegiatan olah raga				
84	Saya mengonsumsi makanan yang bergizi				
85	Saya tidak mencuci tangan sebelum makan				
86	Saya enggan untuk membersihkan kamar tidur				
87	Saya bertanya kepada guru setelah mendapat kesulitan mengerjakan tugas atau menjawab apa yang ditanyakan				
88	Saya malu menjawab pertanyaan atau bertanya di luar jam pelajaran pada guru				
89	Saya memperhatikan penjelasan guru				
90	Saya menyimak presentasi tugas yang disampaikan oleh teman				
91	Saya melamun ketika diajak bicara oleh guru				
92	Saya sibuk bermain HP meskipun teman sedang berbicara dengan saya				
93	Saya berani menyampaikan pendapat di kelas meskipun berbeda dengan pendapat teman				
94	Saya memberikan alasan untuk pendapat yang diungkapkan dalam forum diskusi				
95	Saya hanya menunggu hasil akhir dari diskusi kelas				
96	Saya enggan menyampaikan pendapat karena sudah terwakili oleh teman				
97	Saya menyelesaikan tugas tepat waktu				
98	Saya bersegera mengerjakan tugas yang diberikan di waktu luang				
99	Saya menunda-nunda waktu dalam mengumpulkan tugas				
100	Saya lupa mengerjakan tugas pekerjaan rumah (PR)				
101	Saya mengikuti nasihat yang disampaikan oleh guru				
102	Saya mengikuti aturan yang dibuat pihak sekolah				
103	Saya menolak mengikuti arahan dari orang tua karena tidak sesuai keinginan				
104	Saya tetap berbicara di kelas dengan teman meskipun sudah ditegur oleh guru				
105	Saya mengikuti belajar kelompok dengan teman di luar jam sekolah				
106	Saya berbagi materi dalam mengerjakan tugas kelompok				
107	Saya takut menyampaikan usulan pada kelompok belajar karena khawatir ditolak				
108	Saya membiarkan teman-teman saja yang mengerjakan tugas kelompok				
109	Saya mengerjakan soal ujian sendiri				

110	Saya berinisiatif untuk mengerjakan tugas lain setelah tugas utama selesai				
111	Saya menunggu bantuan dari teman dalam mengerjakan tugas sekolah				
112	Saya mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru jika teman mengingatkan				
113	Saya mengerjakan tugas sekolah dengan sungguh-sungguh sesuai kemampuan				
114	Saya mengabaikan gangguan teman untuk fokus mengerjakan tugas di kelas				
115	Saya tidak bisa duduk dengan tenang ketika mengerjakan tugas				
116	Saya mudah menyerah dalam mengerjakan tugas yang sulit				
117	Saya memeriksa kembali tugas sekolah sebelum dikumpulkan ke guru				
118	Saya mengingat masukan dari guru dalam mengerjakan tugas				
119	Saya enggan mencatat poin penting materi pelajaran di sekolah				
120	Saya mengerjakan tugas dengan tergesa-gesa karena ingin cepat selesai				

Lampiran 7. Validasi Instrumen Expert Judgment (Rater 1)

A. PENGANTAR

Yang terhormat Ibu Dr. Rita Eka Izzaty, M.Si


Kesempatan yang baik kali ini, saya Arif Fajar Romadhon mahasiswa S2 Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta sedang melakukan penelitian dalam rangka penyelesaian tugas akhir tesis. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui tingkat keterampilan sosial siswa dan melihat keefektifan teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok terhadap keterampilan sosial siswa. Sehubungan dengan hal tersebut, saya mohon kesediaan Ibu untuk memberikan penilaian atas kesesuaian isi item pernyataan dari instrumen berupa skala keterampilan sosial yang akan digunakan untuk pengambilan data di sekolah. Instrumen tersebut saya susun berdasarkan empat aspek yang terdiri dari *interpersonal behavior*, *environmental behavior*, *self-related behavior*, dan *task-related behavior*. Sekiranya dalam penelitian ini, mohon Ibu memberi **tanda cek** (✓) pada salah satu opsi penilaian yang disediakan dan saran. Terima kasih atas kesediaan Ibu dalam memberikan penilaian terhadap instrumen ini. Semoga senantiasa dilimpahkan kesehatan selalu. aamiin.

B. IDENTITAS AHLI

Nama : **Dr. Rita Eka Izzaty, M.Si**
Bidang Keahlian : **Psikologi Perkembangan**
Email : **Rita_ekaizzaty@uny.ac.id**
Unit Kerja dan Institusi : **Jurusan Psikologi, FIP, UNY**
Alamat Institusi : **Jl.Colombo No. 1, YK**

Yogyakarta, 14 Juli 2020

Validator,


Dr. Rita Eka Izzaty, M.Si

LEMBAR TELAHAH INSTRUMEN KETERAMPILAN SOSIAL

No	ASPEK	SUB ASPEK	INDIKATOR	No. Item	Item Pernyataan	F/UF	Skor Relevansi Butir				Saran		
							STR (1)	TR (2)	R (3)	SR (4)			
1	Perilaku interpersonal (<i>interpersonal behavior</i>) Artinya : bentuk tingkah laku individu secara sosial dalam rangka mengadakan interaksi dengan orang lain	Menerima otoritas	Mendapat tugas dari guru	1	Saya melaksanakan tugas sesuai dengan perintah guru	F				V			
				2	Saya bosan mengerjakan tugas dari guru	UF		V			???		
			Melaksanakan peraturan sekolah	3	Saya memahami peraturan yang ada di sekolah	F				V			
				4	Saya mengikuti peraturan di sekolah karena dilihat oleh guru	UF				V			
		Mengatasi konflik yang muncul	Menyelesaikan permasalahan dengan teman	5	Saya mengabaikan sindiran teman dengan mengubah topik pembicaraan	F				V			
				6	Saya mengedepankan musyawarah dalam menyelesaikan konflik dengan teman	F				V			
				7	Saya menolak permintaan teman dengan sopan agar tidak menyakiti perasaannya	F				V			
				8	Saya menghindar bertemu teman yang terlibat konflik dengan saya	UF				V			
				9	Saya tidak menerima kritikan dari teman	UF				V			
				10	Saya membalas serangan fisik yang dilakukan teman pada saya	UF				V			
				Mendapat perhatian	Memperoleh perhatian yang tepat dari teman di sekolah	11	Teman menanyakan kabar saya	F				V	
						12	Saya diajak teman dalam setiap kegiatan sekolah	F				V	
		13	Saya dijauhi oleh teman di sekolah			UF				V			
		14	Curhatan saya diacuhkan teman			UF				V			
		Menyapa orang lain	Bertegur sapa dengan teman	15	Saya mengucapkan salam pada semua teman	F				V			
				16	Saya enggan menjawab sapaan dari teman	UF				V			
			Bertegur sapa dengan guru ketika bertemu	17	Saya memberi salam pada guru	F				V			
				18	Saya menghindar bertemu guru di jalan karena malu menyapa	UF				V			
			Bertegur sapa dengan orang baru dikenal	19	Saya menyapa orang yang baru dikenal	F				V			
				20	Saya malu memulai percakapan dengan orang yang baru dikenal	UF				V			
		Membantu orang lain	Memberikan bantuan pada teman yang membutuhkan	21	Saya mendengarkan curhatan teman	F				V			
				22	Saya membantu mendamaikan teman yang sedang berselisih	F				V			
				23	Saya membiarkan teman yang menjadi korban <i>bully</i> oleh teman lain	UF				V			

				24	Saya membiarkan teman yang belum mengerti pelajaran yang telah diajarkan karena itu risikonya yang tidak memperhatikan guru	UF						
			Memberikan bantuan pada guru	25	Saya menawarkan bantuan pada guru meski tidak diminta	F				V		
				26	Saya pura-pura tidak melihat guru yang kesusahan membawa barang	UF				V		
		Membuat percakapan	Berbicara dengan fokus kepada orang lain	27	Saya melanjutkan percakapan dengan orang lain meskipun ada gangguan dari luar	F				V		
				28	Saya tidak berani menatap mata lawan bicara	UF		V				
			Berbicara pada teman sesuai dengan situasi	29	Saya berbicara setelah teman menyelesaikan percakapannya	F				V		
				30	Saya berkomentar di luar topik yang dibahas dengan teman	UF				V		
		Bermain secara terorganisir	Bermain dengan mengikuti aturan yang sudah dibuat	31	Saya bermain dengan mengikuti aturan yang berlaku	F				V		
				32	Saya menerima kekalahan kemudian mengucapkan selamat pada teman yang menang dalam permainan	F		V				DOUBLE ARTI..BILA ADA YANG NERIMA KALAH TAPI TIDAK MENGUCAPKAN SELAMAT, ORG YBS HARUS NGISI GMN?
				33	Saya enggan menunggu giliran dalam bermain bersama teman	UF				V		
				34	Saya bermain dengan tidak jujur untuk mendapat kemenangan	UF				V		RELEVAN TAPI SOCIAL DESIRABILITY TINGGI
		Bersikap positif dengan orang lain	Menampilkan perilaku toleransi pada teman	35	Saya menerima kekurangan yang dimiliki teman	F			V			
				36	Saya menghargai pendapat teman yang berbeda	F				V		
				37	Saya tidak mau berteman dengan orang yang berbeda agama dengan saya	UF				V		
				38	Saya sulit memaafkan kesalahan teman	UF				V		
		Bermain secara informal	Melakukan aktivitas bermain secara bebas	39	Saya bermain dengan teman untuk bersenang-senang	F				V		
				40	Saya bermain dengan semua orang tanpa dibatasi aturan tertentu	F			V			TANPA ADA SYARAT TERTENTU
				41	Saya dibatasi menyampaikan ide kreatif dalam aktivitas bermain bersama teman	UF		V				KALIMAT ANEH
				42	Saya tidak boleh mengekspresikan emosi dalam aktivitas bermain dengan teman	UF		V				
		Kepemilikan barang milik sendiri dan orang lain	Mampu merawat barang sendiri atau barang orang lain	43	Saya memberi pinjaman barang pada teman yang mampu bertanggungjawab	F			V			
				44	Saya mengembalikan barang milik teman tepat waktu agar tidak rusak	F				V		
				45	Saya meletakkan barang milik teman dengan sembarangan	UF				V		
				46	Saya meninggalkan peralatan sekolah di dalam laci kelas	UF				V		
2				47	Saya membuang sampah di tempat sampah	F				V		

	Perilaku terhadap lingkungan sekitar (<i>environmental behavior</i>) Artinya: Bentuk tingkah laku individu secara sosial untuk memahami dan memberi perlakuan kepada lingkungan sekitar yang dimunculkan karena adanya pengaruh pandangan orang lain di sekitarnya berlandaskan dengan norma yang dianut pada lingkungan tertentu.	Peduli dengan lingkungan	Menjaga kebersihan lingkungan sekitar	48	Saya membersihkan tumpahan makanan agar tidak mengganggu orang lain	F				V			
				49	Saya mencoret-coret meja kelas	UF				V			
				50	Saya enggan membersihkan toilet setelah menggunakannya	UF				V			
		Menangani keadaan darurat	Berani mengatasi kejadian darurat di lingkungan sekolah	51	Saya melaporkan kecelakaan di sekolah kepada guru	F				V			
				52	Saya MEMBANTU memberikan pertolongan pertama pada korban kecelakaan di sekolah	F				V			
				53	Saya menonton korban kecelakaan di sekolah sambil menunggu orang lain yang menolong	UF				V			
				54	Saya takut menolong teman yang mengalami kecelakaan di sekolah	UF				V			
		Mobilitas di lingkungan sekitar	Berjalan di lingkungan sekitar dengan tertib	55	Saya masuk kelas kemudian duduk tanpa mengganggu teman lain	F				V			
				56	Saya berjalan dengan mematuhi rambu-rambu lalu lintas	F				V			
				57	Saya berjalan di samping kelas lain yang masih belajar dengan terburu-buru	UF				V			
				58	Saya berlarian di dalam kelas	UF				V			
		3	Perilaku yang berhubungan dengan diri sendiri (<i>self-related behavior</i>) Artinya: Bentuk tingkah laku individu secara sosial yang dimunculkan karena adanya pertimbangan dan	Menerima konsekuensi	Berani menerima konsekuensi atas kesalahan yang dilakukan	59	Saya mengganti barang teman yang tidak sengaja saya rusak	F				V	
						60	Saya mengerjakan tugas tambahan karena nilai ujian jelek	F				V	
						61	Saya tidak SETUJU BILA nilai tugas dikurangi hanya karena menyontek	UF				V	
62	Saya enggan membersihkan sampah sebagai hukuman					UF				V			
Perilaku etis	Melakukan aktivitas berdasarkan norma yang berlaku di keluarga			63	Saya berbicara dengan orang yang lebih tua menggunakan bahasa yang halus	F				V			
				64	Saya langsung pergi sebelum mendengar nasihat dari orang tua	UF				V			
	Melakukan aktivitas berdasarkan			65	Saya melaksanakan tugas piket sesuai jadwal	F				V			
				66	Saya meninggalkan kelas tanpa izin dari guru	UF			V		SOC DES TINGGI		

	penghayatan dalam diri individu	norma yang berlaku di sekolah										
			Melakukan aktivitas berdasarkan norma yang berlaku di masyarakat	67	Saya menjenguk tetangga yang sakit	F				V		
					68	Saya nongkrong dengan teman sampai larut malam	UF		V			BLM TERLIHAT JELAS KAITANNYA DGN INDIKATOR
		Mengungkapkan perasaan	Bersikap tegas dengan orang lain	69	Saya menolak ajakan teman yang berseberangan dengan ATURAN	F				V		
				70	Saya berani memberikan kritik pada orang yang berbuat salah	F				V		
				71	Saya diam saja ketika orang lain menghina saya	UF				V		
				72	Saya mudah terpengaruh oleh orang lain WALAU HAL TERSEBUT TIDAK SESUAI DENGAN HATI NURANI SAYA	UF				V		
		Sikap positif terhadap diri sendiri	Memiliki pikiran positif mengenai diri sendiri	73	Saya memiliki peluang untuk berprestasi di sekolah	F				V		
				74	Saya optimis mampu menyelesaikan masalah yang dialami	F				V		
				75	Saya tidak memiliki kemampuan seperti yang teman saya lakukan	UF			V			
				76	Saya mudah menyalahkan diri sendiri	UF				V		
		Perilaku bertanggung jawab	Melakukan tugas pendidikan dengan tanggung jawab	77	Saya rajin berangkat sekolah	F				V		
				78	Saya tiba di sekolah tepat waktu	F				V		
				79	Saya tidak belajar meskipun ada ujian	UF				V		
				80	Saya memakai seragam sekolah semauanya	UF			V		INI MENGANDUNG SOC DESIRABILITY TINGGI, SHG ORG SUDAH TAHU DAN AKAN MENJAWAB TIDAK	
			Melakukan aktivitas di lingkungan masyarakat dengan tanggung jawab	81	Saya mengikuti kerjabakti di kampung	F				V		
				82	Saya ikut menyebarkan berita yang belum pasti di lingkungan rumah	UF				V	HATI2 DENGAN PERTANYAAN INI KRN SOC DESIRABILITYNYA TINGGI	
			Merawat diri sendiri	Melaksanakan pola hidup sehat	83	Saya melakukan kegiatan olah raga	F				V	
					84	Saya mengonsumsi makanan yang bergizi	F				V	
		85			Saya tidak mencuci tangan sebelum makan	UF				V		
86	Saya enggan untuk membersihkan kamar tidur	UF						V				
4	Perilaku yang berhubungan dengan tugas	Mengajukan dan menjawab pertanyaan	Mengajukan dan menjawab pertanyaan tentang mata	87	Saya bertanya kepada guru setelah mendapat kesulitan mengerjakan tugas ATAU menjawab apa yang ditanyakan	F				V		

<p><i>(task-related behavior)</i></p> <p>Artinya:</p> <p>Bentuk tingkah laku sosial individu yang didorong karena adanya kewajiban tugas yang harus dilakukan untuk mendapatkan penghargaan secara sosial</p>		pelajaran di sekolah	88	Saya malu bertanya pada guru di luar jam pelajaran dan menundukkan pandangan agar tidak ditunjuk untuk menjawab pertanyaan	UF		V			ADA 2 ARTI (HARUSNYA DIPISAH)		
	Perilaku menerima	Memperhatikan orang lain yang berbicara	89	Saya memperhatikan penjelasan guru	F				V			
			90	Saya menyimak presentasi tugas yang disampaikan oleh teman	F				V			
			91	Saya melamun ketika diajak bicara oleh guru	UF					V		
			92	Saya sibuk bermain HP meskipun teman sedang berbicara dengan saya	UF					V		
	Diskusi di kelas	Terlibat aktif dalam menyampaikan pendapat di kelas	93	Saya berani menyampaikan pendapat di kelas meskipun berbeda dengan pendapat teman	F					V		
			94	Saya memberikan alasan untuk pendapat yang diungkapkan dalam forum diskusi	F					V		
			95	Saya hanya menunggu hasil akhir dari diskusi kelas	UF						V	
			96	Saya enggan menyampaikan pendapat karena sudah terwakili oleh teman	UF						V	
	Menyelesaikan tugas	Disiplin menuntaskan tugas sekolah yang diberikan	97	Saya menyelesaikan tugas tepat waktu	F					V		
			98	Saya bersegera mengerjakan tugas yang diberikan di waktu luang	F					V		
			99	Saya menunda-nunda waktu dalam mengumpulkan tugas	UF						V	
			100	Saya lupa mengerjakan tugas pekerjaan rumah (PR)	UF						V	
	Mengikuti arahan	Melaksanakan arahan yang diberikan dari orang yang lebih kompeten	101	Saya mengikuti nasihat yang disampaikan oleh guru	F					V		
			102	Saya mengikuti aturan yang dibuat pihak sekolah	F					V		
			103	Saya menolak mengikuti arahan dari orang tua karena tidak sesuai keinginan	UF				V			SOC DES TINGGI
			104	Saya tetap berbicara di kelas dengan teman meskipun sudah ditegur oleh guru	UF						V	
	Terlibat kegiatan kelompok	Aktif dalam kegiatan belajar kelompok dengan teman	105	Saya mengikuti belajar kelompok dengan teman di luar jam sekolah	F					V		
			106	Saya berbagi materi dalam mengerjakan tugas kelompok	F					V		
			107	Saya takut menyampaikan usulan pada kelompok belajar karena khawatir ditolak	UF						V	
108			Saya pasif dalam kegiatan belajar kelompok karena sudah ada teman lain yang mengerjakan	UF					V		SAYA MEMBIARKAN TEMAN-TEMAN SAJA YANG MENGERJAKAN TUGAS KELOMPOK SAYA BIASA SAJA KETIKA TAHU TEMAN-TEMAN MENGERJAKAN TUGAS	

Lampiran 8. Validasi Instrumen *Expert Judgment* (Rater 2)

A. PENGANTAR

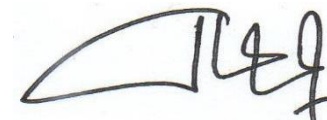
Yang terhormat Ibu Dr. Budi Astuti, M.Si

Kesempatan yang baik kali ini, saya Arif Fajar Romadhon mahasiswa S2 Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta sedang melakukan penelitian dalam rangka penyelesaian tugas akhir tesis. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui tingkat keterampilan sosial siswa dan melihat keefektifan teknik *behavioral skills training* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa. Sehubungan dengan hal tersebut, saya mohon kesediaan Ibu untuk memberikan penilaian atas kesesuaian isi item pernyataan dari instrumen berupa skala keterampilan sosial yang akan digunakan untuk pengambilan data di sekolah. Instrumen tersebut saya susun berdasarkan empat aspek yang terdiri dari *interpersonal behavior*, *environmental behavior*, *self-related behavior*, dan *task-related behavior*. Sekiranya dalam penelitian ini, mohon Ibu memberi **tanda cek** (√) pada salah satu opsi penilaian yang disediakan dan saran. Terima kasih atas kesediaan Ibu dalam memberikan penilaian terhadap instrumen ini. Semoga senantiasa dilimpahkan kesehatan selalu. aamiin.

B. IDENTITAS AHLI

Nama : Dr. Budi Astuti, M.Si
Bidang Keahlian : Bimbingan dan Konseling
Email : Budi_astuti@uny.ac.id
Unit Kerja dan Institusi : Pascasarjana UNY
Alamat Institusi : Jl. Colombo No.1 Yogyakarta

Yogyakarta, 17 Juli 2020



Dr. Budi Astuti, M.Si

LEMBAR TELAHAH INSTRUMEN KETERAMPILAN SOSIAL

No	ASPEK	SUB ASPEK	INDIKATOR	No. Item	Item Pernyataan	F/UF	Skor Relevansi Butir				Saran
							STR (1)	TR (2)	R (3)	SR (4)	
1	Perilaku interpersonal (<i>interpersonal behavior</i>) Artinya : bentuk tingkah laku individu secara sosial dalam rangka mengadakan interaksi dengan orang lain	Menerima otoritas	Mendapat tugas dari guru	1	Saya melaksanakan tugas sesuai dengan perintah guru	F				√	
				2	Saya terpaksa mengerjakan tugas dari guru	UF				√	
			Melaksanakan peraturan sekolah	3	Saya memahami peraturan yang ada di sekolah	F				√	
				4	Saya mengikuti peraturan di sekolah karena dilihat oleh guru	UF				√	
		Mengatasi konflik yang muncul	Menyelesaikan permasalahan dengan teman	5	Saya mengabaikan sindiran teman dengan mengubah topik pembicaraan	F			√		
				6	Saya mengedepankan musyawarah dalam menyelesaikan konflik dengan teman	F				√	
				7	Saya menolak permintaan teman dengan sopan agar tidak menyakiti perasaannya	F				√	
				8	Saya menghindar bertemu teman yang terlibat konflik dengan saya	UF				√	
				9	Saya tidak menerima kritikan dari teman	UF				√	
				10	Saya membalas serangan fisik yang dilakukan teman pada saya	UF				√	
				11	Teman menanyakan kabar saya	F				√	
		Mendapat perhatian	Memperoleh perhatian yang tepat dari teman di sekolah	12	Saya diajak teman dalam setiap kegiatan sekolah	F				√	
				13	Saya dijauhi oleh teman di sekolah	UF				√	
				14	Curhatan saya diacuhkan teman	UF				√	
				15	Saya mengucapkan salam pada semua teman	F				√	
		Menyapa orang lain	Bertegur sapa dengan teman	16	Saya enggan menjawab sapaan dari teman	UF				√	
				17	Saya memberi salam pada guru	F				√	
			Bertegur sapa dengan guru ketika bertemu	18	Saya menghindar bertemu guru di jalan karena malu menyapa	UF				√	
				19	Saya menyapa orang yang baru dikenal	F				√	
			Bertegur sapa dengan orang baru dikenal	20	Saya malu memulai percakapan dengan orang yang baru dikenal	UF				√	
				21	Saya mendengarkan curhatan teman	F				√	

	Membantu orang lain	Memberikan bantuan pada teman yang membutuhkan	22	Saya membantu mendamaikan teman yang sedang berselisih	F				√	
			23	Saya membiarkan teman yang menjadi korban bully oleh teman lain	UF				√	
			24	Saya membiarkan teman yang belum mengerti pelajaran yang telah diajarkan karena itu resikonya yang tidak memperhatikan guru	UF				√	
		Memberikan bantuan pada guru	25	Saya menawarkan bantuan pada guru meski tidak diminta	F				√	
			26	Saya pura-pura tidak melihat guru yang kesusahan membawa barang	UF				√	
		Membuat percakapan	Berbicara dengan fokus kepada orang lain	27	Saya melanjutkan percakapan dengan orang lain meskipun ada gangguan dari luar	F				√
	28			Saya tidak berani menatap mata lawan bicara	UF				√	
	Berbicara pada teman sesuai dengan situasi		29	Saya berbicara setelah teman menyelesaikan percakapannya	F				√	
			30	Saya berkomentar di luar topik yang dibahas dengan teman	UF				√	
	Bermain secara terorganisir	Bermain dengan mengikuti aturan yang sudah dibuat	31	Saya bermain dengan mengikuti aturan yang berlaku	F			√		
			32	Saya bersedia menerima kekalahan dalam permainan	F			√		
			33	Saya enggan menunggu giliran dalam bermain bersama teman	UF				√	
			34	Saya bermain dengan tidak jujur untuk mendapat kemenangan	UF				√	
	Bersikap positif dengan orang lain	Menampilkan perilaku toleransi pada teman	35	Saya menerima kekurangan yang dimiliki teman	F				√	
			36	Saya menghargai pendapat teman yang berbeda	F				√	
			37	Saya tidak mau berteman dengan orang yang berbeda agama dengan saya	UF				√	
			38	Saya sulit memaafkan kesalahan teman	UF				√	
	Bermain secara informal	Melakukan aktivitas bermain secara bebas	39	Saya bermain dengan teman untuk bersenang-senang	F			√		
			40	Saya bermain dengan semua orang tanpa ada syarat tertentu	F			√		
			41	Saya dibatasi menyampaikan ide kreatif dalam permainan	UF				√	
			42	Saya tidak boleh mengekspresikan emosi dalam aktivitas bermain dengan teman	UF				√	
	Kepemilikan barang milik sendiri dan orang lain	Mampu merawat barang sendiri atau barang orang lain	43	Saya memberi pinjaman barang pada teman yang mampu bertanggungjawab	F				√	
			44	Saya mengembalikan barang milik teman tepat waktu agar tidak rusak	F				√	
			45	Saya meletakkan barang milik teman dengan sembarangan	UF				√	

				46	Saya meninggalkan peralatan sekolah di dalam laci kelas	UF			√		
2	Perilaku terhadap lingkungan sekitar (<i>environmental behavior</i>)	Peduli dengan lingkungan	Menjaga kebersihan lingkungan sekitar	47	Saya membuang sampah di tempat sampah	F				√	
				48	Saya membersihkan tumpahan makanan agar tidak mengganggu orang lain	F				√	
				49	Saya mencoret-coret meja kelas	UF				√	
				50	Saya enggan membersihkan toilet setelah menggunakannya	UF				√	
	Artinya: Bentuk tingkah laku individu secara sosial untuk memahami dan memberi perlakuan kepada lingkungan sekitar yang dimunculkan karena adanya pengaruh pandangan orang lain di sekitarnya berlandaskan dengan norma yang dianut pada lingkungan tertentu.	Menangani keadaan darurat	Berani mengatasi kejadian darurat di lingkungan sekolah	51	Saya melaporkan kecelakaan di sekolah kepada guru	F				√	
				52	Saya membantu memberikan pertolongan pertama pada korban kecelakaan di sekolah	F				√	
				53	Saya menonton korban kecelakaan di sekolah sambil menunggu orang lain yang menolong	UF				√	
				54	Saya takut menolong teman yang mengalami kecelakaan di sekolah	UF					√
	Mobilitas di lingkungan sekitar	Berjalan di lingkungan sekitar dengan tertib	55	Saya masuk kelas kemudian duduk tanpa mengganggu teman lain	F					√	
			56	Saya berjalan dengan mematuhi rambu-rambu lalu lintas	F					√	
			57	Saya berjalan di samping kelas lain yang masih belajar dengan terburu-buru	UF					√	
			58	Saya berlarian di dalam kelas	UF					√	
3	Perilaku yang berhubungan dengan diri sendiri (<i>self-related behavior</i>)	Menerima konsekuensi	Berani menerima konsekuensi atas kesalahan yang dilakukan	59	Saya mengganti barang teman yang tidak sengaja saya rusak	F				√	
				60	Saya mengerjakan tugas tambahan karena nilai ujian jelek	F				√	
				61	Saya tidak setuju bila nilai tugas dikurangi hanya karena menyontek	UF				√	
				62	Saya enggan membersihkan sampah sebagai hukuman	UF				√	
	Artinya: Bentuk tingkah laku individu secara sosial yang dimunculkan	Perilaku etis	Melakukan aktivitas berdasarkan norma yang berlaku di keluarga	63	Saya berbicara dengan orang yang lebih tua menggunakan bahasa yang halus	F				√	
				64	Saya langsung pergi sebelum mendengar nasihat dari orang tua	UF				√	
				65	Saya melaksanakan tugas piket sesuai jadwal	F				√	

karena adanya pertimbangan dan penghayatan dalam diri individu	Melakukan aktivitas berdasarkan norma yang berlaku di sekolah	66	Saya meninggalkan kelas tanpa izin dari guru	UF			√			
		Melakukan aktivitas berdasarkan norma yang berlaku di masyarakat	67	Saya menjenguk tetangga yang sakit	F			√		
			68	Saya nongkrong dengan teman sampai larut malam	UF			√		
	Mengungkapkan perasaan	Bersikap tegas dengan orang lain	69	Saya menolak ajakan teman yang berseberangan dengan aturan	F			√		
			70	Saya berani memberikan kritik pada orang yang berbuat salah	F			√		
			71	Saya diam saja ketika orang lain menghina saya	UF			√		
			72	Saya mudah terpengaruh oleh orang lain walau hal tersebut tidak sesuai dengan hati nurani saya	UF			√		
	Sikap positif terhadap diri sendiri	Memiliki pikiran positif mengenai diri sendiri	73	Saya memiliki peluang untuk berprestasi di sekolah	F			√		
			74	Saya optimis mampu menyelesaikan masalah yang dialami	F			√		
			75	Saya tidak memiliki kemampuan seperti yang teman saya lakukan	UF			√		
			76	Saya mudah menyalahkan diri sendiri	UF			√		
	Perilaku bertanggung jawab	Melakukan tugas pendidikan dengan tanggung jawab	77	Saya rajin berangkat sekolah	F			√		
			78	Saya tiba di sekolah tepat waktu	F			√		
			79	Saya tidak belajar meskipun ada ujian	UF			√		
			80	Saya memakai seragam sekolah semanya	UF			√		
		Melakukan aktivitas di lingkungan masyarakat dengan tanggung jawab	81	Saya mengikuti kerjabakti di kampung	F			√		
			82	Saya ikut menyebarkan berita yang belum pasti di lingkungan rumah	UF			√		
	Merawat diri sendiri	Melaksanakan pola hidup sehat	83	Saya melakukan kegiatan olah raga	F			√		
			84	Saya mengonsumsi makanan yang bergizi	F			√		
			85	Saya tidak mencuci tangan sebelum makan	UF			√		
			86	Saya enggan untuk membersihkan kamar tidur	UF			√		

4	Perilaku yang berhubungan dengan tugas (<i>task-related behavior</i>) Artinya: Bentuk tingkah laku sosial individu yang didorong karena adanya kewajiban tugas yang harus dilakukan untuk mendapatkan penghargaan secara sosial	Mengajukan dan menjawab pertanyaan	Mengajukan dan menjawab pertanyaan tentang mata pelajaran di sekolah	87	Saya bertanya kepada guru setelah mendapat kesulitan mengerjakan tugas atau menjawab apa yang ditanyakan	F				√	
				88	Saya malu menjawab pertanyaan atau bertanya di luar jam pelajaran pada guru	UF				√	
		Perilaku menerima	Memperhatikan orang lain yang berbicara	89	Saya memperhatikan penjelasan guru	F				√	
				90	Saya menyimak presentasi tugas yang disampaikan oleh teman	F				√	
				91	Saya melamun ketika diajak bicara oleh guru	UF				√	
				92	Saya sibuk bermain HP meskipun teman sedang berbicara dengan saya	UF				√	
		Diskusi di kelas	Terlibat aktif dalam menyampaikan pendapat di kelas	93	Saya berani menyampaikan pendapat di kelas meskipun berbeda dengan pendapat teman	F				√	
				94	Saya memberikan alasan untuk pendapat yang diungkapkan dalam forum diskusi	F				√	
				95	Saya hanya menunggu hasil akhir dari diskusi kelas	UF				√	
				96	Saya enggan menyampaikan pendapat karena sudah terwakili oleh teman	UF				√	
		Menyelesaikan tugas	Disiplin menuntaskan tugas sekolah yang diberikan	97	Saya menyelesaikan tugas tepat waktu	F				√	
				98	Saya bersegera mengerjakan tugas yang diberikan di waktu luang	F				√	
				99	Saya menunda-nunda waktu dalam mengumpulkan tugas	UF				√	
				100	Saya lupa mengerjakan tugas pekerjaan rumah (PR)	UF				√	
		Mengikuti arahan	Melaksanakan arahan yang diberikan dari orang yang lebih kompeten	101	Saya mengikuti nasihat yang disampaikan oleh guru	F				√	
				102	Saya mengikuti aturan yang dibuat pihak sekolah	F				√	
				103	Saya menolak mengikuti arahan dari orang tua karena tidak sesuai keinginan	UF				√	
				104	Saya tetap berbicara di kelas dengan teman meskipun sudah ditegur oleh guru	UF				√	
Terlibat kegiatan kelompok	Aktif dalam kegiatan belajar kelompok dengan teman	105	Saya mengikuti belajar kelompok dengan teman di luar jam sekolah	F				√			
		106	Saya berbagi materi dalam mengerjakan tugas kelompok	F				√			
		107	Saya takut menyampaikan usulan pada kelompok belajar karena khawatir ditolak	UF				√			
		108	Saya membiarkan teman-teman saja yang mengerjakan tugas kelompok	UF				√			

	Kerja secara mandiri	Mengerjakan tugas secara mandiri	109	Saya mengerjakan soal ujian sendiri	F			√	
			110	Saya berinisiatif untuk mengerjakan tugas lain setelah tugas utama selesai	F			√	
			111	Saya menunggu bantuan dari teman dalam mengerjakan tugas sekolah	UF			√	
			112	Saya mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru jika teman mengingatkan	UF			√	
	Perilaku terhadap tugas yang diberikan	Mengerjakan tugas sekolah secara serius	113	Saya mengerjakan tugas sekolah dengan sungguh-sungguh sesuai kemampuan	F			√	
			114	Saya mengabaikan gangguan teman untuk fokus mengerjakan tugas di kelas	F			√	
			115	Saya tidak bisa duduk dengan tenang ketika mengerjakan tugas	UF			√	
			116	Saya mudah menyerah dalam mengerjakan tugas yang sulit	UF			√	
	Kualitas pekerjaan	Teliti dalam mengerjakan tugas sekolah	117	Saya memeriksa kembali tugas sekolah sebelum dikumpulkan ke guru	F			√	
			118	Saya mengingat masukan dari guru dalam mengerjakan tugas	F			√	
			119	Saya enggan mencatat poin penting materi pelajaran di sekolah	UF			√	
			120	Saya mengerjakan tugas dengan tergesa-gesa karena ingin cepat selesai	UF			√	

Lampiran 9. Rangkuman Hasil Uji Validitas Isi Gregory oleh *Expert Judgment*

Nomor butir	Dr. Rita Eka Izzaty	Dr. Budi Astuti	Kriteria	Nomor butir	Dr. Rita Eka Izzaty	Dr. Budi Astuti	Kriteria
	Rater 1	Rater 2			Rater 1	Rater 2	
1	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	61	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
2	Kurang Relevan	Sangat Relevan	C	62	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
3	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	63	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
4	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	64	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
5	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	65	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
6	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	66	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
7	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	67	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
8	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	68	Kurang Relevan	Sangat Relevan	C
9	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	69	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
10	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	70	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
11	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	71	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
12	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	72	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
13	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	73	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
14	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	74	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
15	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	75	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
16	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	76	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
17	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	77	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
18	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	78	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
19	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	79	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
20	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	80	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
21	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	81	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
22	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	82	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
23	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	83	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
24	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	84	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
25	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	85	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
26	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	86	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
27	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	87	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
28	Kurang Relevan	Sangat Relevan	C	88	Kurang Relevan	Sangat Relevan	C
29	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	89	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
30	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	90	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
31	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	91	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
32	Kurang Relevan	Sangat Relevan	C	92	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
33	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	93	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
34	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	94	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
35	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	95	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D

36	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	96	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
37	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	97	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
38	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	98	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
39	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	99	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
40	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	100	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
41	Kurang Relevan	Sangat Relevan	C	101	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
42	Kurang Relevan	Sangat Relevan	C	102	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
43	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	103	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
44	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	104	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
45	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	105	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
46	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	106	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
47	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	107	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
48	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	108	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
49	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	109	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
50	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	110	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
51	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	111	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
52	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	112	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
53	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	113	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
54	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	114	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
55	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	115	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
56	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	116	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
57	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	117	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
58	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	118	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
59	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	119	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D
60	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D	120	Sangat Relevan	Sangat Relevan	D

TABULASI SILANG 2X2		RATER 1	
		Kurang Relevan Skor 1-2	Sangat Relevan Skor 3-4
RATER 2	Kurang Relevan Skor 1-2	A	B
	Sangat Relevan Skor 3-4	C	D

$$V_i = \frac{D}{A + B + C + D} = 113/120 = 0.94 \text{ (Validitas Tinggi)}$$

Lambran 10. Hasil Uji Reliabilitas Skala Keterampilan Sosial Siswa

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.961	106

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	362.73	845.385	.557	.957
VAR00002	363.11	847.461	.346	.957
VAR00003	362.76	845.657	.519	.957
VAR00004	363.35	845.953	.357	.957
VAR00005	363.44	861.437	-.024	.958
VAR00006	362.80	848.800	.364	.957
VAR00007	362.77	851.468	.238	.957
VAR00008	363.47	854.902	.150	.958
VAR00009	362.89	849.640	.323	.957
VAR00010	363.10	843.928	.345	.957
VAR00011	363.14	852.397	.211	.957
VAR00012	363.19	855.528	.152	.958
VAR00013	362.59	849.329	.350	.957
VAR00014	362.89	849.297	.352	.957
VAR00015	363.12	850.563	.310	.957
VAR00016	362.65	846.229	.405	.957
VAR00017	362.72	847.265	.461	.957
VAR00018	363.01	845.954	.418	.957
VAR00019	363.39	849.233	.312	.957
VAR00020	363.73	847.591	.283	.957
VAR00021	362.56	848.910	.394	.957
VAR00022	362.99	847.389	.521	.957
VAR00023	362.88	844.133	.478	.957
VAR00024	363.04	848.907	.409	.957
VAR00025	363.31	848.399	.377	.957
VAR00026	362.89	844.376	.573	.957
VAR00027	363.55	868.740	-.239	.958
VAR00028	363.16	845.396	.367	.957
VAR00029	362.90	843.379	.567	.957
VAR00030	363.07	845.892	.496	.957
VAR00031	362.84	847.498	.479	.957
VAR00032	362.78	847.853	.439	.957
VAR00033	362.90	844.911	.453	.957
VAR00034	362.69	845.745	.506	.957
VAR00035	362.64	846.905	.478	.957
VAR00036	362.63	847.194	.436	.957
VAR00037	362.32	850.963	.352	.957
VAR00038	363.04	848.461	.397	.957
VAR00039	362.82	859.224	.043	.958
VAR00040	362.78	848.605	.330	.957
VAR00041	362.94	851.019	.379	.957
VAR00042	363.10	851.761	.219	.957
VAR00043	362.89	852.581	.239	.957
VAR00044	362.86	842.724	.563	.957
VAR00045	362.90	838.831	.630	.957
VAR00046	363.21	849.058	.270	.957
VAR00047	362.61	845.736	.482	.957
VAR00048	362.86	844.225	.469	.957
VAR00049	362.96	841.158	.525	.957
VAR00050	362.59	843.604	.442	.957
VAR00051	363.02	844.211	.507	.957
VAR00052	363.21	845.001	.478	.957
VAR00053	363.05	842.803	.511	.957

VAR00054	363.24	847.314	.337	.957
VAR00055	363.09	847.656	.343	.957
VAR00056	362.74	846.343	.499	.957
VAR00057	363.36	856.380	.106	.958
VAR00058	363.06	844.671	.420	.957
VAR00059	362.78	844.676	.514	.957
VAR00060	363.09	857.941	.077	.958
VAR00061	363.27	844.325	.340	.957
VAR00062	363.02	845.834	.418	.957
VAR00063	362.65	847.633	.416	.957
VAR00064	362.72	842.947	.609	.957
VAR00065	363.15	844.401	.499	.957
VAR00066	362.82	842.561	.578	.957
VAR00067	363.15	851.662	.296	.957
VAR00068	362.88	844.236	.357	.957
VAR00069	362.98	850.262	.274	.957
VAR00070	363.01	848.909	.422	.957
VAR00071	363.42	853.982	.133	.958
VAR00072	363.36	847.465	.296	.957
VAR00073	363.01	842.097	.509	.957
VAR00074	362.77	847.228	.421	.957
VAR00075	363.60	844.789	.395	.957
VAR00076	363.85	849.669	.231	.958
VAR00077	362.75	847.674	.408	.957
VAR00078	362.80	846.355	.417	.957
VAR00079	363.07	848.155	.332	.957
VAR00080	362.70	846.166	.357	.957
VAR00081	363.38	847.414	.337	.957
VAR00082	362.70	847.172	.341	.957
VAR00083	362.91	849.598	.320	.957
VAR00084	362.85	845.308	.539	.957
VAR00085	362.81	840.336	.538	.957
VAR00086	362.85	841.109	.477	.957
VAR00087	363.09	845.564	.446	.957
VAR00088	363.44	849.162	.271	.957
VAR00089	362.85	845.856	.578	.957
VAR00090	362.94	847.648	.482	.957
VAR00091	362.86	843.718	.566	.957
VAR00092	362.87	842.720	.526	.957
VAR00093	363.32	846.689	.384	.957
VAR00094	363.17	847.879	.373	.957
VAR00095	363.35	841.999	.480	.957
VAR00096	363.68	846.506	.347	.957
VAR00097	363.10	840.892	.529	.957
VAR00098	363.03	840.451	.537	.957
VAR00099	363.25	840.909	.464	.957
VAR00100	363.27	844.005	.442	.957
VAR00101	362.90	848.305	.554	.957
VAR00102	362.83	847.582	.499	.957
VAR00103	363.06	841.882	.494	.957
VAR00104	362.91	843.626	.510	.957
VAR00105	363.23	852.420	.239	.957
VAR00106	362.94	848.328	.523	.957
VAR00107	363.17	841.685	.467	.957
VAR00108	362.83	839.274	.590	.957
VAR00109	362.93	845.635	.477	.957
VAR00110	362.95	844.329	.497	.957
VAR00111	363.23	845.837	.394	.957
VAR00112	363.07	840.738	.549	.957
VAR00113	362.82	844.066	.581	.957
VAR00114	363.20	848.735	.359	.957
VAR00115	363.37	845.137	.378	.957
VAR00116	363.57	845.172	.350	.957
VAR00117	362.88	844.117	.508	.957
VAR00118	362.89	847.148	.504	.957
VAR00119	362.97	848.611	.354	.957
VAR00120	363.44	843.780	.402	.957

Lampiran 11. Skala Keterampilan Sosial Siswa untuk *Pretest* dan *Posttest*

INSTRUMEN
SKALA KETERAMPILAN SOSIAL SISWA (PASCA GUGUR)



Disusun oleh:

Arif Fajar Romadhon

NIM 18713251045

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2020

SKALA KETERAMPILAN SOSIAL SISWA

A. Kata Pengantar

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dalam rangka penyelesaian tugas akhir tesis maka dilaksanakan penelitian yang berjudul “Efektivitas Teknik *Behavioral Skills Training* dalam Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Keterampilan Sosial Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 10 Yogyakarta”. Sehubungan dengan hal tersebut, saya bermaksud membagikan skala keterampilan sosial yang bertujuan untuk mendapatkan data penelitian mengenai keterampilan sosial siswa. Data penelitian yang diperoleh bermanfaat bagi pengembangan keilmuan bimbingan dan konseling di sekolah.

Disela-sela kegiatan belajar anda, saya mengharapkan keikhlasan anda dalam meluangkan waktu sebentar untuk mengisi skala keterampilan sosial yang akan disampaikan oleh peneliti.

Skala ini bukan merupakan suatu tes yang akan mempengaruhi nilai raport dan nilai harian siswa. Maka dari itu isilah skala ini dengan sungguh-sungguh serta jujur apa adanya sesuai dengan kondisi masing-masing. Identitas dan jawaban atas pernyataan yang peneliti peroleh tetap dijamin kerahasiaannya

Atas kesediaan anda dalam membantu memberikan informasi, saya mengucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr..Wb.

Yogyakarta, Juli 2020

Peneliti,

Arif Fajar Romadhon

B. Petunjuk Pengisian:

1. Berdoalah sebelum mulai mengisi skala di bawah ini!
2. Tulis identitas terlebih dahulu pada kolom yang telah disediakan!
3. Bacalah setiap item pernyataan di bawah ini dengan seksama dan jawablah sesuai dengan keadaan yang sebenarnya!
4. Jawablah pernyataan dengan memilih salah satu dari empat alternatif jawaban dengan pilihan item jawaban sebagai berikut:
 - a. **SS** : **Sangat Sesuai**
 - b. **S** : **Sesuai**
 - c. **TS** : **Tidak Sesuai**
 - d. **STS** : **Sangat Tidak Sesuai**
5. Jawablah dengan memberikan tanda silang (x) pada kolom yang telah disediakan!
6. Setiap pernyataan harus diisi tidak boleh jawaban kosong.
7. Setelah mengerjakan mohon diteliti dahulu, kemudian harap dikembalikan

C. Identitas Responden

Nama :

Kelas/ No. Absen :

Jenis kelamin :

D. Pernyataan

Skala Keterampilan Sosial Siswa

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya melaksanakan tugas sesuai dengan perintah guru				
2	Saya terpaksa mengerjakan tugas dari guru				
3	Saya memahami peraturan yang ada di sekolah				
4	Saya mengikuti peraturan di sekolah karena dilihat oleh guru				
5	Saya mengedepankan musyawarah dalam menyelesaikan konflik dengan teman				
6	Saya tidak menerima kritikan dari teman				
7	Saya membalas serangan fisik yang dilakukan teman pada saya				
8	Saya dijauhi oleh teman di sekolah				
9	Curhatan saya diacuhkan teman				
10	Saya mengucapkan salam pada semua teman				
11	Saya enggan menjawab sapaan dari teman				
12	Saya memberi salam pada guru				
13	Saya menghindari bertemu guru di jalan karena malu menyapa				
14	Saya menyapa orang yang baru dikenal				
15	Saya malu memulai percakapan dengan orang yang baru dikenal				
16	Saya mendengarkan curhatan teman				
17	Saya membantu mendamaikan teman yang sedang berselisih				
18	Saya membiarkan teman yang menjadi korban <i>bully</i> oleh teman lain				
19	Saya membiarkan teman yang belum mengerti pelajaran yang telah diajarkan karena itu resikonya yang tidak memperhatikan guru				
20	Saya menawarkan bantuan pada guru meski tidak diminta				
21	Saya pura-pura tidak melihat guru yang kesusahan membawa barang				
22	Saya tidak berani menatap mata lawan bicara				
23	Saya berbicara setelah teman menyelesaikan percakapannya				
24	Saya berkomentar di luar topik yang dibahas dengan teman				

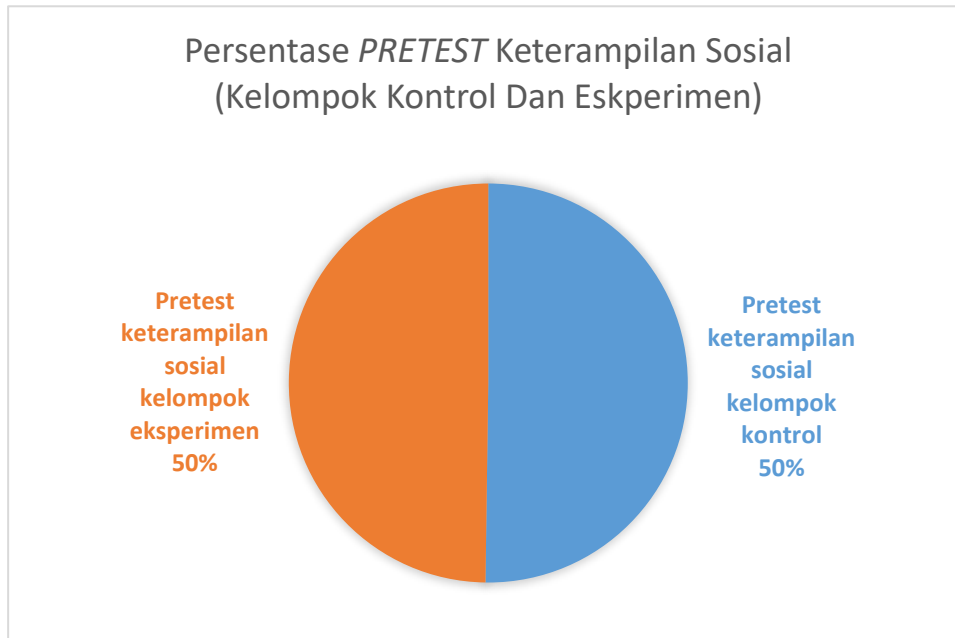
25	Saya bermain dengan mengikuti aturan yang berlaku				
26	Saya bersedia menerima kekalahan dalam permainan				
27	Saya enggan menunggu giliran dalam bermain bersama teman				
28	Saya bermain dengan tidak jujur untuk mendapat kemenangan				
29	Saya menerima kekurangan yang dimiliki teman				
30	Saya menghargai pendapat teman yang berbeda				
31	Saya tidak mau berteman dengan orang yang berbeda agama dengan saya				
32	Saya sulit memaafkan kesalahan teman				
33	Saya bermain dengan semua orang tanpa ada syarat tertentu				
34	Saya dibatasi menyampaikan ide kreatif dalam permainan				
35	Saya mengembalikan barang milik teman tepat waktu agar tidak rusak				
36	Saya meletakkan barang milik teman dengan sembarangan				
37	Saya meninggalkan peralatan sekolah di dalam laci kelas				
38	Saya membuang sampah di tempat sampah				
39	Saya membersihkan tumpahan makanan agar tidak mengganggu orang lain				
40	Saya mencoret-coret meja kelas				
41	Saya enggan membersihkan toilet setelah menggunakannya				
42	Saya melaporkan kecelakaan di sekolah kepada guru				
43	Saya membantu memberikan pertolongan pertama pada korban kecelakaan di sekolah				
44	Saya menonton korban kecelakaan di sekolah sambil menunggu orang lain yang menolong				
45	Saya takut menolong teman yang mengalami kecelakaan di sekolah				
46	Saya masuk kelas kemudian duduk tanpa mengganggu teman lain				
47	Saya berjalan dengan mematuhi rambu-rambu lalu lintas				
48	Saya berlarian di dalam kelas				
49	Saya mengganti barang teman yang tidak sengaja saya rusak				
50	Saya tidak setuju bila nilai tugas dikurangi hanya karena menyontek				
51	Saya enggan membersihkan sampah sebagai hukuman				
52	Saya berbicara dengan orang yang lebih tua menggunakan bahasa yang halus				
53	Saya langsung pergi sebelum mendengar nasihat dari orang tua				
54	Saya melaksanakan tugas piket sesuai jadwal				
55	Saya meninggalkan kelas tanpa izin dari guru				
56	Saya menjenguk tetangga yang sakit				
57	Saya nongkrong dengan teman sampai larut malam				
58	Saya menolak ajakan teman yang berseberangan dengan aturan				
59	Saya berani memberikan kritik pada orang yang berbuat salah				
60	Saya mudah terpengaruh oleh orang lain walau hal tersebut tidak sesuai dengan hati nurani saya				
61	Saya memiliki peluang untuk berprestasi di sekolah				
62	Saya optimis mampu menyelesaikan masalah yang dialami				
63	Saya tidak memiliki kemampuan seperti yang teman saya lakukan				
64	Saya rajin berangkat sekolah				
65	Saya tiba di sekolah tepat waktu				
66	Saya tidak belajar meskipun ada ujian				
67	Saya memakai seragam sekolah semauanya				
68	Saya mengikuti kerjabakti di kampung				
69	Saya ikut menyebarkan berita yang belum pasti di lingkungan rumah				
70	Saya melakukan kegiatan olah raga				
71	Saya mengonsumsi makanan yang bergizi				

72	Saya tidak mencuci tangan sebelum makan				
73	Saya enggan untuk membersihkan kamar tidur				
74	Saya bertanya kepada guru setelah mendapat kesulitan mengerjakan tugas atau menjawab apa yang ditanyakan				
75	Saya malu menjawab pertanyaan atau bertanya di luar jam pelajaran pada guru				
76	Saya memperhatikan penjelasan guru				
77	Saya menyimak presentasi tugas yang disampaikan oleh teman				
78	Saya melamun ketika diajak bicara oleh guru				
79	Saya sibuk bermain HP meskipun teman sedang berbicara dengan saya				
80	Saya berani menyampaikan pendapat di kelas meskipun berbeda dengan pendapat teman				
81	Saya memberikan alasan untuk pendapat yang diungkapkan dalam forum diskusi				
82	Saya hanya menunggu hasil akhir dari diskusi kelas				
83	Saya enggan menyampaikan pendapat karena sudah terwakili oleh teman				
84	Saya menyelesaikan tugas tepat waktu				
85	Saya bersegera mengerjakan tugas yang diberikan di waktu luang				
86	Saya menunda-nunda waktu dalam mengumpulkan tugas				
87	Saya lupa mengerjakan tugas pekerjaan rumah (PR)				
88	Saya mengikuti nasihat yang disampaikan oleh guru				
89	Saya mengikuti aturan yang dibuat pihak sekolah				
90	Saya menolak mengikuti arahan dari orang tua karena tidak sesuai keinginan				
91	Saya tetap berbicara di kelas dengan teman meskipun sudah ditegur oleh guru				
92	Saya berbagi materi dalam mengerjakan tugas kelompok				
93	Saya takut menyampaikan usulan pada kelompok belajar karena khawatir ditolak				
94	Saya membiarkan teman-teman saja yang mengerjakan tugas kelompok				
95	Saya mengerjakan soal ujian sendiri				
96	Saya berinisiatif untuk mengerjakan tugas lain setelah tugas utama selesai				
97	Saya menunggu bantuan dari teman dalam mengerjakan tugas sekolah				
98	Saya mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru jika teman mengingatkan				
99	Saya mengerjakan tugas sekolah dengan sungguh-sungguh sesuai kemampuan				
100	Saya mengabaikan gangguan teman untuk fokus mengerjakan tugas di kelas				
101	Saya tidak bisa duduk dengan tenang ketika mengerjakan tugas				
102	Saya mudah menyerah dalam mengerjakan tugas yang sulit				
103	Saya memeriksa kembali tugas sekolah sebelum dikumpulkan ke guru				
104	Saya mengingat masukan dari guru dalam mengerjakan tugas				
105	Saya enggan mencatat poin penting materi pelajaran di sekolah				
106	Saya mengerjakan tugas dengan tergesa-gesa karena ingin cepat selesai				

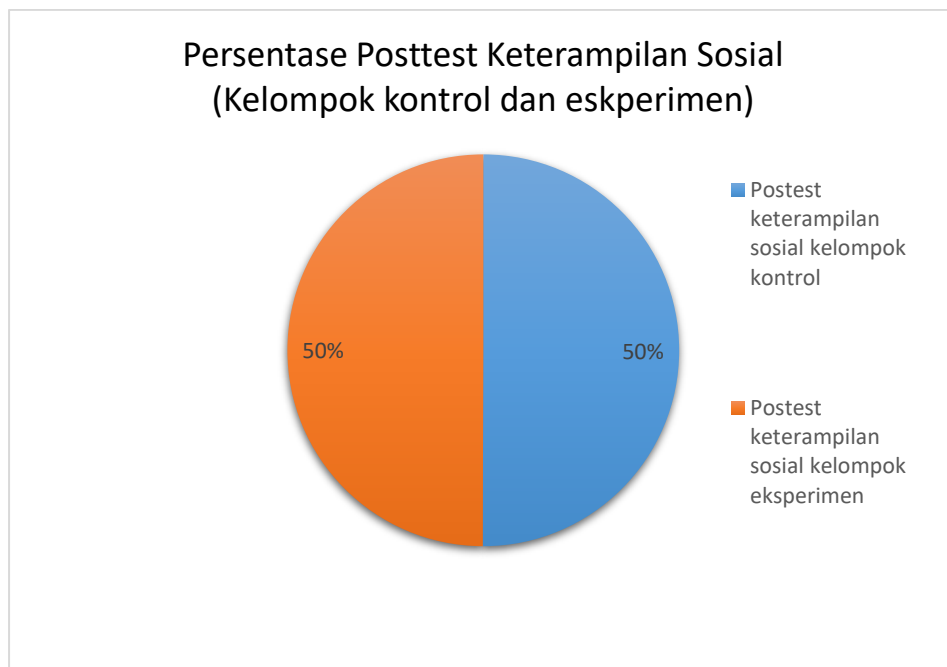
Terimakasih ☺

Lampiran 12. Persentase Nilai Rerata *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Kontrol dan Eksperimen

1. *Pretest* Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Kontrol dan Eksperimen



2. *Posttest* Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Kontrol dan Eksperimen



Lampiran 13. Uji Normalitas *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		pretest eksperimen	posttest eksperimen	pretest kontrol	posttest kontrol
N		35	35	29	29
Normal	Mean	326.6857	333.5143	329.6207	332.2759
Parameters ^a	Std.	27.14641	26.68594	32.89422	34.01354
^b	Deviation				
Most	Absolute	.126	.164	.155	.156
Extreme	Positive	.126	.164	.155	.156
Differences	Negative	-.081	-.094	-.086	-.084
Test Statistic		.126	.164	.155	.156
Asymp. Sig. (2-tailed)		.177 ^c	.019 ^c	.072 ^c	.069 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Lampiran 14. Uji Homogenitas Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

A. Uji Homogenitas Data *Pretest* Keterampilan Sosial Siswa

Test of Homogeneity of Variances

Pretest Keterampilan Sosial

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.239	1	62	.270

B. Uji Homogenitas Data *Posttest* Keterampilan Sosial Siswa

Test of Homogeneity of Variances

Posttest Keterampilan sosial

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
3.313	1	62	.074

Lampiran 15. Uji Wilcoxon Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

A. Uji Wilcoxon *Pretest* dan *Posttest* Kelompok Eksperimen

Test Statistics^a

	Posttest Eksperimen - Pretest Eksperimen
Z	-3.476 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

B. Uji Wilcoxon *Pretest* dan *Posttest* Kelompok Kontrol

Test Statistics^a

	Posttest Kontrol - Pretest Kontrol
Z	-1.493 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.135

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Lampiran 16. Uji Mann-Whitney Data *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan Sosial Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

A. Uji Mann-Whitney Data *Pretest* Keterampilan Sosial

Test Statistics^a

	Pretest Keterampilan Sosial
Mann-Whitney U	499.000
Wilcoxon W	1129.000
Z	-.115
Asymp. Sig. (2-tailed)	.909

a. Grouping Variable: Kelas

B. Hasil Uji Mann-Whitney Data *Posttest* Keterampilan Sosial

Test Statistics^a

	Posttest Keterampilan sosial
Mann-Whitney U	459.500
Wilcoxon W	894.500
Z	-.648
Asymp. Sig. (2-tailed)	.517

a. Grouping Variable: Kelas

Lampiran 17. Surat Keterangan Validasi Instrumen



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
PASCASARJANA

Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 550836, Faksimile (0274) 520326
Laman: pps.uny.ac.id E-mail: humas_pps@uny.ac.id

SURAT KETERANGAN VALIDASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dr. Rita Eka Izaty, M.Si
Jabatan/Pekerjaan : Dosen
Instansi Asal : Jurusan Psikologi, FIP, UNY

Menyatakan bahwa instrumen penelitian dengan judul:

Efektivitas Teknik Behavioral Skills Training dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 10 Yogyakarta dari mahasiswa:

Nama : Arif Fejar Romadhon
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
NIM : 18713251045

(sudah siap/ belum siap)* dipergunakan untuk penelitian dengan menambahkan beberapa saran sebagai berikut:

1. Menyesuaikan antara aspek indikator dan item yang digunakan (*catatan detail ada di draft*)
2. Perbaiki tata bahasa dan penyetikan

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 6 Juli 2020

Validator,



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
PASCASARJANA**

Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 550836. Faksimile (0274) 520326
Laman: pps.uny.ac.id E-mail: lumas_pps@uny.ac.id

SURAT KETERANGAN VALIDASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dr. Budi Astuti, M.Si
Jabatan/Pekerjaan : Dosen PPS UNY
Instansi Asal : UNY

Menyatakan bahwa instrumen penelitian dengan judul:
Efektivitas Teknik Behavioral Skills Training dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 10 Yogyakarta
dari mahasiswa:

Nama : Arif Fajar Romadhon
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
NIM : 18713251045

(sudah siap/~~belum siap~~)* dipergunakan untuk penelitian dengan menambahkan beberapa saran sebagai berikut:

1. Masih ditemukan ketidaksesuaian aspek dengan deskriptor, sehingga berpengaruh pada rumusan item.
2. Perhatikan penerjemahan dan pemakaian indikator agar rumusan item lebih tepat. Hindari double makna dalam penyusunan item.
3. Gunakan kata-kata baku, hindari kata-kata negatif.
4. Perbaiki tata tulis dan redaksi kalimat sesuai catatan.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 12 Juni 2020

Validator,

Dr. Budi Astuti, M.Si

Lampiran 18. Surat Ijin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
PASCASARJANA
Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telp. Direktur (0274) 550835, Asdir/TU (0274) 550836 Fax. (0274)520326
Laman: pps.uny.ac.id Email: pps@uny.ac.id, humas_pps@uny.ac.id

Nomor : 5051/UN34.17/LT/2020
Hal : Izin Penelitian

7 September 2020

Yth. Kepala SMA Negeri 10 Yogyakarta
Jl. Gadean No.5, Ngupasan, Kec. Gondomanan, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55122

Bersama ini kami mohon dengan hormat, kiranya Bapak/Ibu/Saudara berkenan memberikan izin kepada mahasiswa jenjang S-2 Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta:

Nama : ARIF FAJAR ROMADHON
NIM : 18713251045
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

untuk melaksanakan kegiatan penelitian dalam rangka penulisan tesis yang dilaksanakan pada:

Waktu : September 2020 s.d Januari 2021
Lokasi/Objek : SMA Negeri 10 Yogyakarta
Judul Penelitian : Efektivitas Teknik Behavioral Skills Training (BST) dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa Kelas XI SMA Negeri 10 Yogyakarta
Pembimbing : Prof. Dr. Muh. Farozin, M.Pd.

Demikian atas perhatian, bantuan dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih

Wakil Direktur I,



Tembusan:
Mahasiswa Ybs.

Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.
NIP 19640707 198812 1 001

Lampiran 19. Surat Keterangan Selesai Melaksanakan Penelitian



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA, DAN OLAHRAGA
BALAI PENDIDIKAN MENENGAH KOTA YOGYAKARTA
SMAN 10 YOGYAKARTA

SMAN 10 YOGYAKARTA

Jalan Gadean No. 5 Ngapasan Yogyakarta Telp. (0274) 562458 Fax. (0274) 520429
Website: <http://www.sman10yogya.sch.id> Email: sman10_jogja@yahoo.co.id Kode Pos 55123

SURAT KETERANGAN Nomor : 073/2092

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **Sri Moerni, S.Pd, M.Pd**
NIP : 19710110 199702 2004
Pangkat/
Golongan : Pembina, IV/a
Jabatan : Kepala Sekolah

Menerangkan bahwa :

Nama : **Arif Fajar Romadhon**
NIM : 18713251045
Mahasiswa : Universitas Negeri Yogyakarta
Fakultas : Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta
Jurusan : Bimbingan dan Konseling

Yang bersangkutan telah melakukan Penelitian di SMA N 10 Yogyakarta pada Bulan September 2020 s.d Januari 2021 dengan judul:

"EFEKTIFITAS TEKNIK BEHAVIORAL SKILLS TRAINING (BST) DALAM BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KETRAMPILAN SOSIAL SISWA KELAS XI SMA NEGERI 10 YOGYAKARTA"

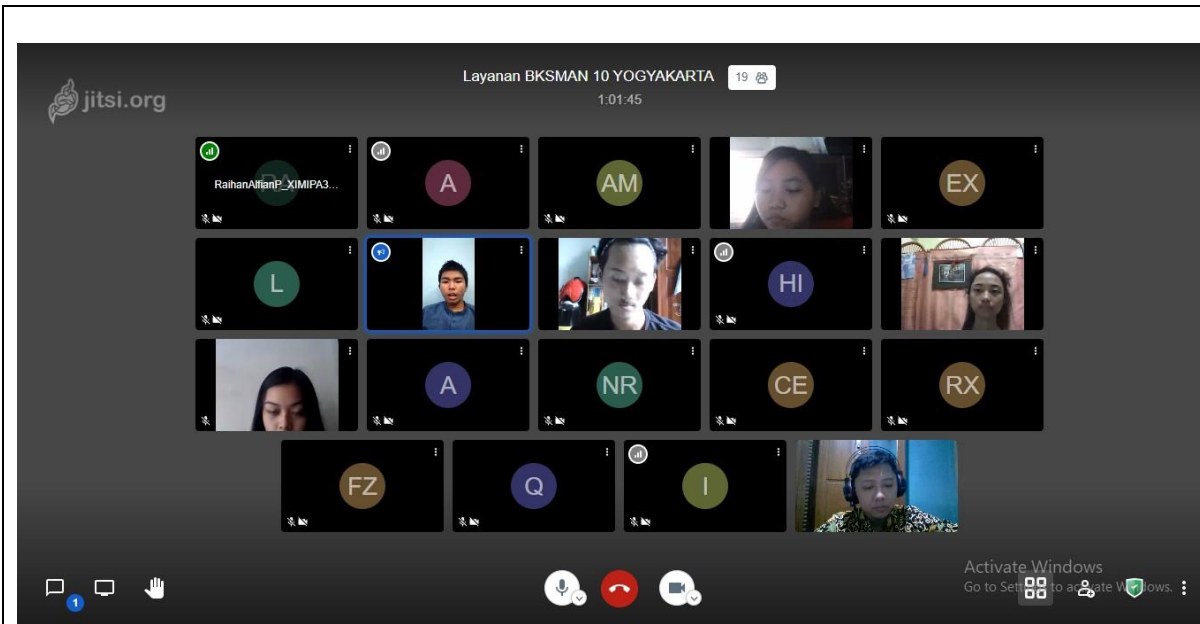
Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 01 Desember 2020
Kepala Sekolah



Sri Moerni, S.Pd, M.Pd
NIP. 19710110 199702 2004

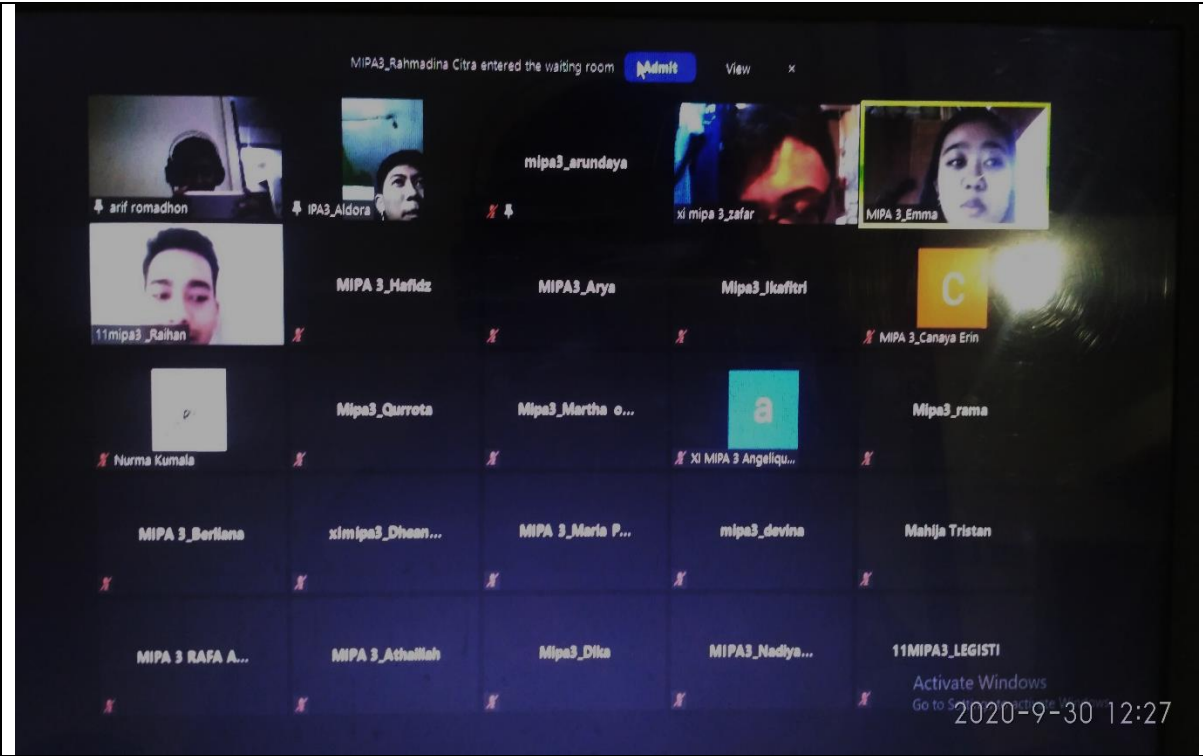
Lampiran 20. Dokumentasi



Bimbingan Kelompok melalui *Jitsi Meeting*



Bimbingan Kelompok melalui *Jitsi Meeting*



Bimbingan Kelompok melalui Zoom Meeting