



Contents lists available at [Journal IICET](#)
Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)
ISSN: 2476-9886 (Print) ISSN: 2477-0302 (Electronic)
Journal homepage: <https://jurnal.iicet.org/index.php/jppi>



Efektivitas konseling behavioral dengan teknik modelling dalam menangani perilaku maladaptif siswa madrasah aliyah negeri

Olga Rizki Nadila^{*)}, Saiful Akhyar Lubis
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan, Indonesia

Article Info

Article history:

Received Jul 16th, 2024
Revised Jul 23th, 2024
Accepted Jul 24th, 2024

Keyword:

Behavioral counseling
Modeling techniques
Maladaptive
Learners

ABSTRACT

This research aims to determine the effectiveness of modeling techniques in overcoming maladaptive behavior in class X students at Madrasah Aliyah Negeri. The method used in this research was pre-test post-test only control group design with sampling using a purposive sampling technique, taking a sample of 20 students with the lowest scores and high levels of maladaptive behavior based on the results of the pretest analysis, with the reason that purposive sampling increases methodological accuracy and trustworthiness of data and results by matching the sample to the aims and objectives of the study. The sample used was 20 class X students. Data collection was carried out using a maladaptive behavior questionnaire which has been proven valid and reliable. From the results of research using the t test, it is known that behavioral counseling using modeling techniques is effective in overcoming maladaptive behavior. This can be seen from the results of research data analysis, which shows that $t_{count} = 3.806$, and t_{table} with $db = 18$ and a significance level of 0.05 or 5% is 2.101, so it is obtained that $t_{count} > t_{table}$ ($3.806 > 2.101$) from the post test results of the experimental group is greater than control group. So the conclusion of the alternative hypothesis is accepted in other words. Behavioral Counseling with Modeling Techniques is Effective in Overcoming Maladaptive Behavior in Class X State Madrasah Aliyah Students.



© 2024 The Authors. Published by IICET.
This is an open access article under the CC BY-NC-SA license
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>)

Corresponding Author:

Olga Rizki Nadila,
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
Email: olga0303203207@uinsu.ac.id

Pendahuluan

Pendidikan menurut Djumali adalah suatu bentuk persiapan manusia dalam mengatasi masalah di kehidupan masa kini maupun yang akan datang dan juga sebagai bentuk ikhtiar dalam menumbuhkan dan mengembangkan potensi batin secara fisik maupun mental yang sejalan dengan nilai-nilai yang berada dalam masyarakat dan budaya (Djumali, 2014). Pendidikan adalah suatu proses dalam mengembangkan juga meningkatkan potensi siswa agar menjadi individu yang mandiri di sekolah. Sekolah berperan sebagai lembaga pendidikan formal di mana siswa menjalani proses pembelajaran. Selain itu, sekolah juga merupakan satuan pendidikan yang sangat berguna dalam mengajarkan siswa cara untuk berperilaku baik sesuai dengan norma yang berlaku di lingkungan tempat tinggal mereka. Menurut Undang-Undang RI Nomor 1 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, tujuan utama pendidikan nasional adalah untuk mengembangkan kemampuan dan karakter yang bermartabat, serta mengoptimalkan potensi peserta didik melalui proses pembelajaran yang tersedia di berbagai jalur, jenjang, dan jenis pendidikan. Dengan demikian, harapannya adalah agar siswa dapat mengembangkan diri dan berperilaku sesuai dengan norma-norma yang berlaku di lingkungannya. Namun, saat

ini seringkali terjadi ketidaksesuaian perilaku siswa dengan aturan dan norma yang ada, seperti perilaku maladaptif.

Konseling behavioral merupakan pendekatan terapi tingkah laku yang bertujuan membantu siswa dalam mengubah perilaku yang tidak sesuai dan menggantinya dengan perilaku baru yang lebih adaptif. Melalui proses ini, diharapkan siswa dapat mengembangkan serta mempertahankan perilaku yang lebih positif. Terapi ini juga bertujuan untuk menyelesaikan masalah interpersonal, emosional, dan pengambilan keputusan (Dharsana, 2016). Menurut Corey, konseling behavioral ditandai dengan fokus pada Dustin dan George menyatakan pandangan mereka mengenai konsep manusia dengan cara menjelaskan bahwa perilaku individu tercermin dan dipengaruhi secara khusus oleh lingkungan sekitarnya. Mereka menegaskan bahwa semua perilaku, baik positif maupun negatif, dipelajari melalui interaksi dengan faktor internal (seperti aspek pribadi) dan eksternal (seperti pengaruh lingkungan sosial) (I ketut Dharsana, 2019). Dustin dan George menyatakan pandangan mereka mengenai konsep manusia yaitu, manusia tidak selalu baik atau jahat secara mutlak, tetapi memiliki potensi untuk melakukan tindakan baik maupun buruk, manusia mampu merencanakan dan mengontrol perilaku sesuai dengan keinginan mereka, manusia memiliki kemampuan untuk mempelajari perilaku baru, manusia bisa mempengaruhi dan dipengaruhi oleh perilaku orang lain (lubis, 2015).

Teknik modeling atau representasi adalah metode pembelajaran di mana seseorang mempelajari perilaku dengan mengamati model atau objek, lalu meniru atau mengurangi perilaku yang diamati sambil menggeneralisasi berbagai pengamatan. Proses ini melibatkan kognisi, sehingga bisa disebut sebagai pembelajaran melalui pengamatan perilaku orang lain (Faridah, 2015). Dengan teknik modeling, keterampilan sosial dapat dikembangkan berdasarkan analisis dan peniruan perilaku model. Teknik ini juga bisa mengurangi reaksi negatif, dengan melihat model atau orang lain menghadapi situasi yang menakutkan, siswa bisa mengatasi reaksi emosional yang tidak menyenangkan tanpa menghadapi konsekuensi buruk dari tindakan mereka. Bandura (Usman et al., 2017) menyatakan bahwa model dalam teknik modeling bisa berupa model langsung (seperti konselor, guru, atau teman sebaya) atau simbolis (seperti film, video, foto, atau rekaman audio).

Perilaku maladaptif adalah perilaku yang menyimpang dari norma sosial dan berdampak negatif pada kesejahteraan individu dan kelompok social sering kali dimotivasi dan diperkuat oleh fungsi regulasi pengaruh hedonis, namun bisa menjadi kebiasaan yang terikat stimulus (Swerdlow et al., 2020). Perilaku ini sering menyebabkan konflik, pertengkaran, kekerasan, dan perilaku antisosial lainnya terhadap orang lain hal ini menunjukkan perlunya strategi perilaku untuk meningkatkan keterlibatan sosial, mempertahankan perhatian, dan mengurangi perilaku agresif (Hartley et al., 2008). Perilaku maladaptif terdapat pada kedua ujung dimensi sifat kepribadian non-evaluatif, menantang pandangan tradisional bahwa perilaku maladaptif hanya ditemukan pada salah satu ujung rangkaian sifat (Pettersson et al., 2014). Individu dengan disabilitas intelektual yang parah atau berat lebih cenderung menunjukkan perilaku yang terjadi bersamaan seperti perilaku yang merugikan diri sendiri dan mudah tersinggung (Matson et al., 2008). Perilaku maladaptif lazim terjadi pada individu dengan disabilitas intelektual, sehingga memengaruhi kualitas hidup mereka, dan dapat ditangani secara efektif melalui psikoterapi dan pelatihan komunikasi yang disesuaikan dengan tingkat perkembangan dan gaya komunikasi mereka (Mastilo & Calasan, 2020). Perfeksionisme maladaptif dikaitkan dengan peningkatan agresi dan tindakan menyakiti diri sendiri karena respons afektif negatif yang lebih kuat terhadap umpan balik negatif, yang dapat mengarah pada agresi dan tindakan menyakiti diri sendiri sebagai cara untuk mengatur emosi negatif (Chester et al., 2015). Prosedur analisis perilaku yang diterapkan dapat secara efektif mengendalikan perilaku maladaptif yang parah di kelas, dengan beberapa prosedur lebih efektif dibandingkan prosedur lainnya (Stainback et al., 1979). Beberapa faktor yang memicu perilaku tidak sesuai ini termasuk identitas negatif, kurangnya pengendalian diri, usia, jenis kelamin, rendahnya pencapaian, dan pengaruh dari teman sebaya, rendahnya status sosial ekonomi, serta peran orang tua yang kurang dalam hal pengawasan, dukungan, dan disiplin. Sehingga, perilaku maladaptif siswa bisa dikenali dari dampak perilaku mereka. Terkait perilaku maladaptif, keberadaan guru bimbingan sangat penting untuk memberikan layanan bimbingan dan Pembinaan yang efektif oleh Guru Bimbingan Konseling (BK) melibatkan profesional yang telah menyelesaikan pendidikan khusus di perguruan tinggi dan universitas. Mereka memiliki tanggung jawab, wewenang, serta hak penuh dalam melakukan kegiatan bimbingan konseling. BK memiliki kemampuan dan karakter pribadi yang unik untuk mendukung perkembangan siswa mengatasi masalah yang dihadapinya demi tercapainya perkembangan yang optimal. Penting untuk memahami bahwa perilaku maladaptif harus dihindari guna mengembangkan siswa menjadi pribadi yang dewasa dan mandiri. Untuk mencapai sikap yang baik, siswa memerlukan bantuan dalam mengatasi masalah perilaku maladaptif, salah satunya melalui layanan bimbingan konseling. Layanan ini berguna untuk membantu siswa dalam memberdayakan diri mereka untuk mengembangkan perilaku yang sesuai dengan norma dengan cara mengefektifkan konseling behavioral.

Selain itu, guru BK adalah ahli di bidangnya yang Bimbingan dan konseling oleh para guru dapat membantu siswa mengatasi perilaku yang tidak sesuai di sekolah, serta memberikan bantuan dan arahan agar mereka dapat tumbuh dan berkembang secara mandiri dengan maksimal. Dimana upaya bimbingan dan konsultasi guru dapat membantu mengatasi perilaku maladaptif yang terjadi di sekolah. Hasil observasi yang peneliti lakukan pada tanggal 20 Maret 2024 tepatnya pada hari Rabu di sekolah Madrasah Aliyah khususnya kelas X peneliti melihat bahwa banyak peserta didik yang terlambat datang ke sekolah, kehadiran yang tidak teratur dan absensi sering terjadi, serta beberapa siswa sering meninggalkan kelas selama jam pelajaran berlangsung, dan juga sering terlibat dalam pertengkaran dengan teman. Selanjutnya peneliti juga melakukan wawancara dengan peserta didik pada hari 25 Maret 2024 hari Senin mengenai kendala tentang perilaku yang mengarah maladaptive. Disini peneliti memperoleh informasi banyak masih banyak peserta didik yang sering bolos sekolah tanpa alasan yang jelas, berkelahi dan susah untuk mengontrol emosi dan diketahui juga alasan berkelahi di lingkungan sekolah dikarenakan ingin membantu teman dan menganggap hal itu sudah wajar dilakukan. Peserta didik juga mengatakan kurangnya perhatian dari orangtua serta tidak ada batasan pergaulan sehingga peserta didik bebas untuk memilih lingkungan sosialnya.

Hasil observasi tersebut juga diperkuat lagi wawancara dengan Bimbingan Konseling di sekolah Madrasah Aliyah Negeri dan hasilnya para guru menemukan banyak peserta didik tidak berpakaian rapi, tidak menaati tata tertib sekolah, sering membolos dan terdapat peserta didik yang di skors (tidak bersekolah tiga hari) karena sering terlambat masuk sekolah dan sudah melebihi Batasan. Mengamati permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan Tinjauan Terhadap Permasalahan "Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik Modelling untuk Mengatasi Perilaku Maladaptif pada Siswa Kelas X Madrasah Aliyah Negeri."

Metode

Dalam penelitian ini, peneliti menerapkan pendekatan penelitian kuantitatif. Pendekatan kuantitatif melibatkan penggunaan angka, dimulai dari pengumpulan data hingga analisis hasilnya. Pemahaman kesimpulan akan lebih baik jika disertai dengan tabel, grafik, bagan, atau visualisasi lainnya (Hamdi, A. S & Bahrudin, 2015). Metode kuantitatif mengungkapkan asumsi paradigma positivis (Firestone, 1987). Desain penelitian yang digunakan adalah *pretest-posttest control group design*. Karena rata-rata perubahan sebelum-sesudah pada kelompok perlakuan dikurangi rata-rata perubahan sebelum-sesudah pada kelompok kontrol dibagi dengan simpangan baku pretes yang dikumpulkan adalah metode yang paling akurat untuk memperkirakan ukuran efek dalam desain kelompok kontrol *pretest-posttest-control* (Morris, 2008). Desain pretest yang diperluas mungkin bermanfaat untuk mengevaluasi program, karena desain tersebut memberikan variabel kontrol yang unik untuk mengevaluasi (Entwistle, 1961). Desain kuasi-eksperimental yang diusulkan mencapai validitas internal dan eksternal yang tinggi, menjadikannya alternatif yang lebih ketat dibandingkan desain pretest-posttest satu kelompok dalam berbagai pengaturan penelitian (Johnson, 1986). Yaitu dengan memberikan kuesioner di awal penelitian sebelum di treatment itu disebut *pretest*, kemudian setelah ditreatment kemudian diberi kuesioner kembali itu disebut *posttest*.

Tabel 1 <Format Pretest Posttest Control Group Design>

Kelas	Pretest	Perlakuan	Posttest
Eksperimen	O ¹	X	O ²
Kontrol	O ³	-	O ⁴

Keterangan : 1) O¹:Pretest yang diberikan pada kelas eksperimen, 2) O²:Pretest yang diberikan pada kelas kontrol, X:Perlakuan dengan pendekatan behavioral teknik modeling; 3) Perlakuan pembelajaran yang ada di sekolah; 4) O², Posttest yang diberikan pada kelas eksperimen; 5) O⁴, Posttest yang diberikan pada kelas kontrol

Populasi penelitian didasarkan pada objek penelitian yang merupakan suatu data dengan mempunyai ciri atau karakteristik tertentu sehingga dapat ditetapkan peneliti untuk dianalisis dan diambil kesimpulan dari data tersebut (Hatmawan & Riyanto, 2020) sedangkan sampel penelitian merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi tersebut. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas X Madrasah Aliyah Negeri tahun pelajaran 2023/2024 yang berjumlah 64 siswa yang terdiri dari dua kelas yaitu kelas X-O yang berjumlah 33 siswa dan kelas X-Q yang berjumlah 31 siswa.

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling, dengan alasan, pengambilan sampel purposif meningkatkan ketelitian metodologis dan kepercayaan data dan hasil dengan mencocokkan sampel dengan maksud dan tujuan penelitian (Campbell et al., 2020), dimana sampel dipilih berdasarkan karakteristik tertentu atau sifat tertentu. Sebelumnya telah diketahui bahwa peneliti mengambil sampel 20 siswa dengan skor

terendah dan tingkat perilaku maladaptif tinggi berdasarkan hasil analisis pretest. Untuk menentukan kelas yang akan menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dilakukan pengundian seluruh populasi sebagai berikut: 1) Dua kelas akan diundi untuk menentukan mana yang menjadi kelompok eksperimen dan satu lagi akan menjadi kelompok kontrol. Jika nomor pertama yang keluar, kelas tersebut akan menjadi kelompok eksperimen. Jika nomor kedua yang keluar, kelas tersebut akan menjadi kelompok kontrol; 2) Hasil undian menunjukkan bahwa kelas pertama yang keluar.

Penelitian ini melibatkan dua faktor, yakni variabel bebas (X) yang mencakup Konseling Behavioral menggunakan teknik Modelling, dan variabel terikat (Y) yang merupakan tingkat maladaptif pada peserta didik. Peneliti menggunakan analisis statistik deskriptif untuk menganalisis data yang dikumpulkan. Uji validitas dan reliabilitas dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS versi 29.0. Untuk menunjukkan inovasi penelitian ini dibandingkan dengan studi sebelumnya, peneliti melakukan perbandingan terhadap variabel

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini dilakukan pada Madrasah Aliyah Negeri tahun ajaran 2023/2024, dilaksanakan pada bulan Maret dengan tujuan untuk mengumpulkan hasil penelitian tentang perilaku maladaptif peserta didik melalui distribusi instrumen. Hasil dari distribusi instrumen tersebut menjadi dasar awal dalam merancang layanan konseling behavioral menggunakan teknik modeling untuk peserta didik.

Uji Validitas dan Realibitas

Uji Validitas

Uji validitas biasa digunakan untuk menentukan suatu kuesioner tersebut apakah dapat dianggap sah atau tidak. pada penelitian ini, validitas dihitung menggunakan program SPSS versi 29 dengan membandingkan nilai r hitung dengan nilai r tabel. Jika nilai r hitung lebih besar dari nilai r tabel, maka item pertanyaan dianggap valid, dan sebaliknya. Dengan jumlah sampel (n) sebanyak 30, setelah dikurangi 2 menjadi 28, nilai r tabel untuk signifikansi 5% adalah 0,361. Berdasarkan hasil pengujian, kuesioner ini menunjukkan hasil validitas sebagai berikut

Tabel 2 <Hasil Uji Validitas>

No soal	r hitung	r tabel	Ket
Item 1	0.509	> 0,361	Valid
Item 2	0.535	> 0,361	Valid
Item 3	0.490	> 0,361	Valid
Item 4	0.536	> 0,361	Valid
Item 5	0.626	> 0,361	Valid
Item 6	0.702	> 0,361	Valid
Item 7	0.537	> 0,361	Valid
Item 8	0.802	> 0,361	Valid
Item 9	0.802	> 0,361	Valid
Item 10	0.725	> 0,361	Valid
Item 11	0,456	> 0,361	Valid
Item 12	0,601	> 0,361	Valid
Item 13	0,789	> 0,361	Valid
Item 14	0,468	> 0,361	Valid
Item 15	0,602	> 0,361	Valid
Item 16	0,527	> 0,361	Valid
Item 17	0,716	> 0,361	Valid
Item 18	0,743	> 0,361	Valid
Item 19	0,501	> 0,361	Valid
Item 20	0,470	> 0,361	Valid

Sumber :Data Peneliti , 2024.

Dapat dilihat dari tabel 1 dapat diketahui bahwa pada pernyataan dalam kuesioner valid r hitung lebih besar dari r tabel . Kemudian ke 20 variable tersebut dilakukan uji realibitas

Uji Realibilitas

Realibilitas adalah suatu indeks dapat dipercayai atau dapat diandalkan. Adapun hasil realibilitas sebagai berikut :

Tabel 3 <Jumlah Sampel (Responden)>

	N	%
Cases Valid	30	100.0
Excluded ^a	0	.0
Total	30	100.0

Sumber : Data Peneliti, 2024.

Tabel tersebut menyajikan informasi bahwa jumlah sampel atau responden yang dianalisis menggunakan program SPSS adalah 30 orang. Selanjutnya, nilai r tabel yang didapatkan dengan menggunakan tingkat signifikansi 5% adalah 0.374.

Tabel 4 <Uji Realibilitas>

Cronbach's Alpha	N of Items
0,752	21

Sumber : Data Peneliti, 2024.

Uji Persyaratan Analisis

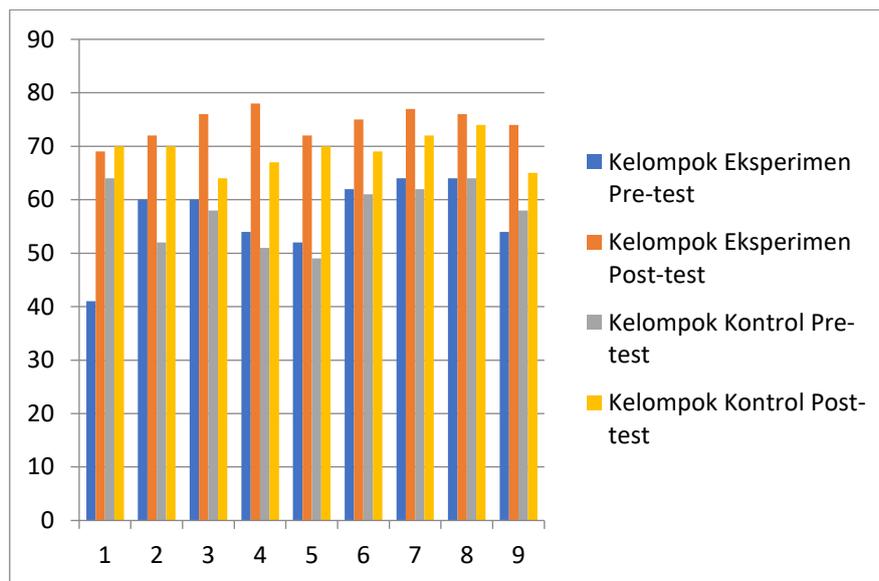
Setelah ditetapkan kepada siswa-siwa yang menjadi anggota sampel, kemudian seluruh anggota dibagi menjadi menjadi 2 yaitu : kelompok kontrol dan eksperimen. Pembagian kelompok berdasarkan dari pengacakan atau undian kertas. Kelompok eksperimen diberikan treatment berupa konseling behavioral teknik modeling untuk mengurangi perilaku maladaptif yang dibagi menjadi 3 kali pertemuan, sedangkan untuk kelompok kontrol diberikan perlakuan sesuai dengan layanan di sekolah tanpa menggunakan teknik modeling. Setelah pemberian treatment selesai, maka proses selanjutnya seluruh anggota diberikan kuesioner untuk post-test. Dari hasil penskoran diperoleh data tentang maladaptif dalam tabel di bawah ini:

Tabel 5 <Rekapitulasi Data Pretest dan Posttest Maladaptif>

No	Kelompok Eksperimen		No.	Kelompok Kontrol	
	Pretest	Posttest		Pretest	Posttest
1	41	69	1	64	70
2	60	72	2	52	70
3	60	76	3	58	64
4	54	78	4	51	67
5	52	72	5	49	70
6	62	75	6	61	69
7	64	77	7	62	72
8	64	76	8	64	74
9	54	74	9	58	65
10	61	77	10	62	73

Sumber : Data Peneliti, 2024.

Untuk melihat kejelasan data mengenai pengukuran awal dan pengukuran akhir pada perilaku maladaptif dapat dilihat juga dalam diagram dibawah ini :



Gambar 1 <Diagram hasil Pre-test dan Post-test>

Uji Normalitas

Tabel 6 <Hasil Uji Normalitas>

Kelas	Kolmogorov-Smirnov			
	Statistic	df	Sig.	
Hasil	PretestKont	.199	10	.200*
	PosttestKont	.173	10	.200*
	PretestEks	.201	10	.200*
	PosttestEks	.171	10	.200*

Sumber : Data Peneliti, 2024.

Uji Homogenitas

Menurut (Nuryadi et al., 2017), Uji homogenitas yaitu suatu prosedur yang berguna untuk menunjukkan bahwa dua atau lebih kumpulan berasal dari satu populasi yang sama. Uji homogenitas hail pre-test dan post-test dilakukan pada nilai kelas eksperimen dan kelas kontrol. Pengujian homogenitas hasil data tersebut menggunakan cara uji Levene Statistic dengan aplikasi SPSS 29,0.

Tabel 7 <Hasil Uji Homogenitas>

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Based on mean	0.42	1	18	.841
Based on mean	0.12	1	18	.913
Based on median and with adjusted df	0.12	1	17.625	.913
Based on trimmed mean	0.50	1	18	.826

Sumber : Data Peneliti, 2024.

Dari hasil uji homogenitas di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikasi (Sig.) konseling behavioral dengan teknik modeling untuk mengatasi perilaku maladaptif pada peserta didik adalah sebesar 0,826. Karena nilai Sig, 0.826 > 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data hasil konseling behavioral dengan teknik modeling dapat mengatasi perilaku maladaptif pada peserta didik adalah sama atau homogeny.

Uji T Paired

Efektivitas layanan konseling behavioral dengan teknik modeling untuk mengatasi perilaku maladaptif peserta didik dapat dilihat dari perbandingan sebelum treatment dan sesudah treatment. Untuk melihat perbandingannya dilakukan uji t untuk mengetahui efektivitas konseling behavioral dengan teknik modeling

untuk mengatasi perilaku maladaptif pada pesertadidik. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini sebagai berikut: 1) Ha, Efektivitas konseling behavioral dengan teknik modeling efektif dalam mengatasi perilaku maladaptif pada peserta didik kelas X Madrasah Aliyah Negeri 2; 1) Ho, Efektivitas konseling behavioral dengan teknik modeling tidak efektif dalam mengatasi perilaku maladaptif pada peserta didik kelas X Madrasah Aliyah Negeri.

Ha : $\mu_1 \neq \mu_0$

Ho : $\mu_1 = \mu_0$

Tabel 8 <Independent Samples Test>

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
		F	Sig.	t	df
HasilBelajar	Equal variances assumed	.042	.841	3.806	18
	Equal variances not assumed			3.806	17.804

Tabel 9 <Uji Independent Sample T-test>

	Levene's test for equality of variances		Paired Differences						
	F	Sig	T	df	Sig (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95 % Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
Equal variances assumed	.042	.841	3.806	18	.001	5.300	1.392	2.375	8.225
Equal variances not assumed			3.806	17.804	.001	5.300	1.392	2.375	8.228

Sumber : Data Peneliti, 2024.

Dari hasil uji t di atas dapat diketahui bahwa mean adalah sebesar 5.300, dan diperoleh $t_{hitung} = 3.806$, dan t_{tabel} dengan $db = 18$ dan taraf signifikansi 0,05 atau 5% adalah 2,101, maka diperoleh perbandingan $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($3.806 > 2,101$) dan juga nilai sig (2-tailed) sebesar $0.001 < 0,05$ maka Ho ditolak dan Ha diterima artinya konseling behavioral dengan teknik modeling efektif dalam mengatasi perilaku maladaptif pada peserta didik kelas X Madrasah Aliyah Negeri.

Bila dilihat, hal ini dapat dibandingkan dengan penelitian lain: Penelitian yang dilakukan oleh Priyo Utomo (2020) dalam jurnal yang berjudul "Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik Modelling untuk Mengatasi Perilaku Agresif pada Peserta Didik Kelas VII B SMP NEGERI 07 BANDAR LAMPUNG" menyatakan bahwa layanan konseling behavioral menggunakan teknik modeling efektif dalam mengatasi perilaku negatif. Hasil pengujian menunjukkan bahwa nilai thitung sebesar 4,063 dengan derajat kebebasan (df) 9, dibandingkan dengan ttabel sebesar 2,262 pada tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Karena nilai thitung lebih besar dari ttabel, ini mengindikasikan penolakan Ho (hipotesis nol) dan penerimaan Ha (hipotesis alternatif). Pada penelitian ini memiliki variabel yang berbeda yaitu sikap maladaptif sedangkan penelitian priyo utomo variabel nya sikap agresif. Selanjutnya pada Penelitian yang dilakukan oleh Nur Azizah (2018) dalam skripsi yang berjudul "Secara efektif, penelitian menunjukkan bahwa penggunaan konseling behavioral dengan teknik modeling berhasil meningkatkan minat belajar siswa Kelas VIII SMP KARTIKA II-2 Bandar Lampung pada tahun ajaran 2017/2018. Metode penelitian yang digunakan adalah quasi experimental dengan desain Non-equivalent Control Group Design. Analisis menggunakan uji t menunjukkan penolakan terhadap hipotesis nol (Ho) dan penerimaan terhadap hipotesis alternatif (Ha), yang mengindikasikan bahwa konseling behavioral dengan teknik modeling efektif dalam meningkatkan minat belajar siswa."

Pembahasan

Berdasarkan hasil pengujian pada hipotesis pertama, perbandingan skor sebelum dan sesudah konseling behavioral dengan teknik modeling menunjukkan peningkatan dalam mengatasi perilaku maladaptif pada peserta didik kelas X Madrasah Aliyah Negeri. Hasil ini mengindikasikan bahwa hipotesis pertama penelitian ini dapat diterima. Analisis juga menunjukkan bahwa kelompok eksperimen, yang menerima konseling dengan teknik modeling, lebih efektif dalam mengurangi perilaku maladaptif dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya menerima layanan standar sekolah tanpa teknik modeling.

Penggunaan konseling behavioral dengan teknik modeling terbukti efektif dalam mengubah perilaku maladaptif peserta didik. Analisis hipotesis dan observasi menyatakan adanya perubahan positif dalam tingkah laku peserta didik selama proses treatment. Langkah-langkah teknik modeling, seperti yang dijelaskan oleh Corey (Komalasari et al., 2011), terdiri dari lima langkah sebagai berikut: 1) Pada tahap rasional, konselor menjelaskan tujuan, prosedur, dan strategi yang akan digunakan dalam sesi konseling; 2) Dalam memberikan contoh, konselor menunjukkan model atau media seperti video kepada konseli untuk dijadikan sebagai contoh atau referensi; 3) Tahap praktek melibatkan konseli dalam melakukan latihan atau praktik setelah memahami perilaku yang dipelajari; 4) Evaluasi dilakukan oleh konselor dan konseli untuk menilai kemajuan dan hasil dari layanan konseling yang telah diberikan.

Berikut adalah ringkasan dari langkah-langkah penelitian dalam menerapkan konseling behavior dengan teknik modeling, berdasarkan langkah-langkah menurut Corey pada kelompok eksperimen: 1) Perencanaan: Peneliti merencanakan sesi konseling seminggu sekali selama satu bulan. Diskusi dilakukan untuk menganalisis informasi dari peserta didik dan mencapai titik masalah. Motivasi juga diberikan dalam proses ini; 2) Tujuan: Peneliti mengklarifikasi tujuan yang ingin dicapai peserta didik, yaitu mengubah atau mengurangi perilaku yang tidak diinginkan untuk membentuk perilaku baru; 3) Penerapan: Peneliti mulai memberikan konseling dan treatment kepada peserta didik terkait masalah mereka, seperti membolos sekolah. Kelompok eksperimen menyaksikan model dalam film yang menunjukkan perilaku maladaptif dengan konsekuensi negatif, dan model yang menunjukkan perilaku adaptif dengan konsekuensi positif. Diskusi dilakukan setelah menonton film; 4) Follow-up: Jika tidak ada perkembangan yang signifikan, peneliti melakukan follow-up dengan memberikan motivasi dan dukungan tambahan kepada peserta didik melalui pendekatan modeling.

Untuk kelompok kontrol, yaitu guru BK di sekolah, mereka menerapkan pelayanan bimbingan dan konseling sesuai dengan pola 17 yang mencakup bimbingan pribadi, sosial, belajar, karir, berkeluarga, dan keberagaman. Layanan tersebut meliputi orientasi, penyaluran, informasi, pelajaran, konseling individu dan kelompok, bimbingan kelompok, konsultasi, serta mediasi. Setiap sekolah diharapkan memiliki konselor yang melayani 150 siswa, sesuai dengan regulasi yang ditetapkan oleh Menteri Pendidikan dan Kebudayaan serta Kepala Badan Administrasi Kepegawaian Negara nomor 0433/P/1993.

Dari wawancara dengan guru BK Madrasah Aliyah Negeri., diketahui bahwa layanan personal dan kunjungan ke rumah lebih banyak digunakan untuk mengubah sikap maladaptif siswa dibandingkan jenis layanan bimbingan dan konseling lainnya. Hal ini karena siswa lebih terbuka dalam berbicara mengenai masalah mereka melalui layanan tersebut. Namun, jika tidak ada perubahan sikap, kunjungan ke rumah juga dianggap penting. Selain itu, guru BK juga menjelaskan bahwa mereka bekerja sama dengan guru kelas dan kesiswaan untuk mengatasi masalah siswa, selain menggunakan layanan bimbingan belajar.

Dari pernyataan di atas terlihat bahwa layanan yang digunakan untuk mengurangi sikap maladaptif di lingkungan Sekolah Madrasah Aliyah Negeri hanya melibatkan layanan personal dan kunjungan ke rumah. Guru BK tidak menggunakan layanan lain seperti penempatan dan distribusi, kemampuan konten, informasi, pengajaran kelompok, konseling kelompok, dan orientasi. Ini sebenarnya juga bisa membantu mengurangi sikap maladaptif siswa. Namun, guru bimbingan dan konseling tidak bisa disalahkan karena tidak tersedianya jam khusus untuk mereka masuk ke kelas. Guru bimbingan dan konseling di Madrasah Aliyah Negeri menghadapi kendala karena tidak ada jam khusus untuk masuk ke kelas dan waktu yang tidak kondusif. Kendala ini membuat mereka kesulitan dalam membantu siswa mengurangi sikap maladaptif. Setelah tahapan ini selesai, dilakukan tes akhir (post-test) pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan menggunakan angket yang sama seperti pada tes awal (pre-test). Perilaku menyimpang terjadi ketika seseorang kesulitan menyesuaikan diri dengan situasi atau lingkungan (Horman, Y. Y., Moku & Purwanto, 2018). Selain itu, mereka mungkin juga tidak memiliki keterampilan untuk mengelola emosional mereka sendiri, sehingga rentan dipengaruhi oleh teman-teman mereka di berbagai lingkungan seperti rumah, sekolah, atau masyarakat. Secara umum, perilaku menyimpang melibatkan pelanggaran terhadap norma-norma sosial yang ada, termasuk norma agama, moral, peraturan sekolah, dan keluarga.

Penyimpangan dari norma hukum khususnya dapat dianggap sebagai kenakalan remaja, dapat dilihat sebagai berikut: 1) faktor fisik seperti struktur tubuh, sistem saraf, kelenjar, dan otot dalam pengaturan perilaku manusia. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa gangguan pada sistem-sistem ini dapat berkontribusi pada munculnya gejala gangguan jiwa. Oleh karena itu, kondisi fisik yang baik adalah kunci untuk proses adaptasi neurologis yang optimal; 1) Faktor psikologis (pengalaman, pembelajaran, dan penentuan nasib sendiri), pengalaman dan proses pembelajaran yang salah dapat menimbulkan perilaku pribadi yang tidak tepat. Selain itu, penentuan nasib sendiri memainkan peran penting dalam proses penyesuaian karena berperan dalam mengendalikan arah dan mode penyesuaian. Pentingnya kemampuan seseorang untuk mengendalikan diri dan beradaptasi dalam situasi yang tidak menguntungkan. Ini menunjukkan bahwa kesuksesan atau kegagalan dalam penyesuaian tidak hanya ditentukan oleh kondisi eksternal, tetapi juga oleh kemampuan individu untuk mengarahkan dan mengelola diri sendiri (Susanto Ahmad, 2018); 1) Menurut hukum perkembangan, individu mencapai tingkat kematangan yang berbeda-beda, sehingga pola penyesuaiannya juga bervariasi sesuai dengan tingkat perkembangan dan kematangan yang mereka capai; 1) Faktor lingkungan seperti keluarga, pengaruh orangtua, lingkungan masyarakat, dan lingkungan sekolah, serta dukungan sosial dari orangtua, guru, masyarakat, dan teman sebaya dapat mempengaruhi perilaku peserta didik (Hartati, 2015). Artinya jika lingkungan positif maka akan memberikan pengaruh yang positif pula kepada peserta didik (Choiri, 2017). Sebaliknya jika lingkungan yang tidak memberikan perlakuan positif akan menimbulkan kesalahan satu-satunya adalah perilaku maladaptif.

Dari penjelasan diatas maka dapat disimpulkan perilaku maladaptif adalah suatu bentuk perilaku yang melanggar norma-norma di sekolah (Anisah, 2015), keluarga maupun masyarakat, perilaku tersebut ditunjukkan dengan adanya gejala-gejala seperti sifat cemas, membolos, susah mengendalikan emosi dan berkelahi. Perilaku maladaptif terjadi karena tidak mampu dalam menanggapi lingkungan, serta kurang perhatian dari orang yang terdekat dan juga tidak adanya pengendalian dari dalam diri.

Simpulan

Kesimpulan dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa Konseling Behavioral dengan Teknik Modelling efektif dalam mengatasi perilaku maladaptif pada peserta didik kelas X Madrasah Aliyah Negeri. Hasil analisis data menunjukkan bahwa terhitung sebesar 3.806 melebihi nilai tabel (2.101) dengan derajat kebebasan 18 dan taraf signifikansi 0,05. Hal ini mengindikasikan bahwa perbedaan hasil post test antara kelompok eksperimen dan kontrol adalah signifikan secara statistik. Saran untuk guru bimbingan dan konseling adalah menerapkan konseling behavioral dengan teknik modeling untuk mengurangi perilaku maladaptif pada peserta didik. Selain itu, peserta didik dapat dibimbing untuk mengembangkan kemampuan dalam mengendalikan emosi mereka, sehingga perilaku maladaptif dapat diminimalkan secara efektif.

Referensi

- Anisah, A. . (2015). Gangguan perilaku pada anak dan implikasinya terhadap perkembangan anak usia sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar*, 1(2), 5–20.
- Campbell, S., Greenwood, M., Prior, S., Shearer, T., Walkem, K., Young, S., Bywaters, D., & Walker, K. (2020). Purposeful sampling: complex or simple? Research case examples. *Journal of Research in Nursing*, 25(8), 652–661. <https://doi.org/10.1177/1744987120927206>
- Chester, D. S., Merwin, L. M., & DeWall, C. N. (2015). Maladaptive perfectionism's link to aggression and self-harm: Emotion regulation as a mechanism. *Aggressive Behavior*, 41(5), 443–454. <https://doi.org/10.1002/ab.21578>
- Choiri, M. M. (2017). Upaya pemanfaatan lingkungan sekitar sebagai sumber belajar anak. *Refleksi Edukatika : Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 8(1).
- Dharsana, K. (2016). *Model-model konseling*. BK FIP Universitas Pendidikan Ganesha.
- Djumali, D. (2014). *Landasan pendidikan*. Gava Media.
- Entwisle, D. R. (1961). Interactive Effects of Pretesting. *Educational and Psychological Measurement*, 21(3), 607–620. <https://doi.org/10.1177/001316446102100307>
- Faridah, D. . (2015). *Efektivitas teknik modeling melalui konseling kelompok untuk meningkatkan karakter rasa hormat peserta didik (kuasi eskperimen terhadap siswa kelas X di SMK Muhammadiyah 2 Bandung Tahun Pelajaran 2014 / 2015)*.
- Firestone, W. A. (1987). Meaning in Method: The Rhetoric of Quantitative and Qualitative Research. *Educational Researcher*, 16(7), 16–21. <https://doi.org/10.3102/0013189X016007016>
- Hamdi , A. S & Bahrudin, E. (2015). *Metode penelitian kuantitatif aplikasi dalam pendidikan*. Deepublish.

- Hartati, E. (2015). Hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku maladaptif siswa di SMP N 3 Kedungwuni Kabupaten Pekalongan. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 3, 11–16.
- Hartley, S. L., Sikora, D. M., & McCoy, R. (2008). Prevalence and risk factors of maladaptive behaviour in young children with Autistic Disorder. *Journal of Intellectual Disability Research*, 52(10), 819–829. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2008.01065.x>
- Hatmawan, A. A., & Riyanto, S. (2020). *Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan dan Eksperimen*. CV Budi Utama.
- Horman, Y. Y., Mokal, B., & Purwanto. (2018). Peran keluarga dalam mencegah perilaku menyimpang (Studi pada remaja pengguna lem ehabon di kelurahan karama kecamatan singkil. *Jurnal Administrasi Public*, 4, 53.
- I ketut Dharsana, I. K. (2019). Cognitive counseling with reframing techniques to intervene in self aggression. *Proceedings of the 5th Interbational Conference on Education and Technology*. <https://doi.org/https://doi.org/10.2991/icet.19.2019.15>
- Johnson, C. W. (1986). A More Rigorous QUASI-Experimental Alternative to the One-Group Pretest-Posttest Design. *Educational and Psychological Measurement*, 46(3), 585–591. <https://doi.org/10.1177/0013164486463011>
- Komalasari, Gantina, & Dkk. (2011). *Teori Teknik Konseling*. Indonesia.
- lubis, N. lumongga. (2015). *Memahami dasar-dasar konseling*. Kencana.
- Mastilo, B., & Calasan, S. (2020). Maladaptive behavior in people with intellectual disabilities. *Биомедицинска Истраживања*, 11(1), 54–63. <https://doi.org/10.5937/bii2001054m>
- Matson, J. L., Cooper, C., Malone, C. J., & Moskow, S. L. (2008). The relationship of self-injurious behavior and other maladaptive behaviors among individuals with severe and profound intellectual disability. *Research in Developmental Disabilities*, 29(2), 141–148. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2007.02.001>
- Morris, S. B. (2008). Estimating Effect Sizes From Pretest-Posttest-Control Group Designs. *Organizational Research Methods*, 11(2), 364–386. <https://doi.org/10.1177/1094428106291059>
- Pettersson, E., Mendle, J., Turkheimer, E., Horn, E. E., Ford, D. C., Simms, L. J., & Clark, L. A. (2014). Do maladaptive behaviors exist at one or both ends of personality traits? *Psychological Assessment*, 26(2), 433–446. <https://doi.org/10.1037/a0035587>
- Stainback, W., Stainback, S., & Dedrick, C. (1979). Controlling Severe Maladaptive Behaviors. *Behavioral Disorders*, 4(2), 99–115. <https://doi.org/10.1177/019874297900400210>
- Susanto Ahmad, M. . (2018). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah : Konsep, Teori, dan Aplikasinya*. Kencana.
- Swerdlow, B. A., Pearlstein, J. G., Sandel, D. B., Mauss, I. B., & Johnson, S. L. (2020). Maladaptive behavior and affect regulation: A functionalist perspective. *Emotion*, 20(1), 75–79. <https://doi.org/10.1037/emo0000660>
- Usman, Irvan, Puluhlawa, M., & Bin Smith, M. (2017). modeling simbolis dalam layanan bimbingan dan konseling. *Proceeding Seminar Dan Lokakarya Nasional Revitalisasi Laboratorium Dan Jurnal Ilmiah Dalam Implementasi Kurikulum Bimbingan Dan Konseling Berbasis Kkni*. <http://journal2.um.ac.id/index.php/sembk/article/viewFile/1273/647>.