

KEEFEKTIFAN KONSELING RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR UNTUK MEREDUKSI PERILAKU MENYONTEK SISWA SMA

Hartono

e-mail: exelez.antoen@gmail.com

SMA Unggulan Darul Hikmah

Jl. Songowareng, Tanjungsari, Jawa Timur 62273

Abstrak: Penelitian ini bertujuan menerapkan konseling *rational emotive behavior* sebagai upaya mereduksi perilaku menyontek siswa SMA. Rancangan penelitian ini dilakukan dengan pendekatan metode kuasi eksperimen dengan desain penelitian *pretest-posttest non-equivalent control group design*. Teknik analisis data dengan uji *Wilcoxon mached-pairs signed*, dengan hasil nilai *Asymp.Sig (2-Tailed)* $0.028 < 0,05$, dimana menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan. Nilai uji Z sebesar $-0,730$ dengan angka *Asymp.Sig (2-Tailed)* $0,466$, karena nilai *Asymp.Sig (2-Tailed)* > 0.05 maka dapat disimpulkan tidak ada perbedaan yang signifikan antara nilai *posttest* dan nilai kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol, maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya konseling *rational emotive behavior* efektif dalam mereduksi perilaku menyontek siswa. Penelitian dilaksanakan mulai dari bulan Januari sampai dengan Maret 2018, yang bertempat di SMA Unggulan Darul Hikmah. Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti mengajukan beberapa saran antara lain (1) guru BK, konseling *rational emotive behavior* dapat diterapkan guru BK untuk mereduksi perilaku menyontek siswa secara praktis dan mudah diterapkan; (2) bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini menggunakan desain penelitian *pretest* dan *posttest control group design*, untuk peneliti selanjutnya dapat menggunakan desain penelitian lain seperti penelitian tindakan dalam BK, atau penelitian eksperimen lainnya.

Kata-kata kunci: konseling *rational emotive behavior*, perilaku mencontek, siswa SMA

THE EFFECTIVENESS OF RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR COUNSELING TO REDUCE SENIOR HIGH SCHOOL STUDENT'S CHEATING BEHAVIOR

Abstract: This study aims to apply *rational emotive behavior* counseling as an effort to reduce cheating behavior of high school students. The design of this study was conducted using a quasi experimental method approach with a *pretest-posttest non-equivalent control group design* research design. Data analysis techniques using *Wilcoxon mached-pairs signed* test, with the *Asymp.Sig (2-Tailed)* $0.028 < 0.05$, which shows a significant difference. The Z test value is -0.730 with the *Asymp.Sig (2-Tailed)* number 0.466 , because of the *Asymp.Sig (2-Tailed)* value > 0.05 , it can be concluded that there is no significant difference between the *posttest* value and the experimental group value with the control group, H_0 is rejected and H_a is accepted which means that *rational emotive behavior* counseling is effective in reducing student cheating behavior. The study was carried out starting from January to March 2018, which took place at Darul Hikmah High School. Based on the results of the study, the researchers proposed several suggestions, among others (1) BK teachers, counseling *rational emotive behavior* can be applied by BK teachers to reduce student cheating behavior practically and can be easily applied; (2) for researchers furthermore, this research uses the *pretest* and *posttest control group design* research models, for the next researcher can use other research designs such as action research in BK, or other experimental research.

Keywords: *rational emotive behavior* counseling, cheating behavior, high-school students

PENDAHULUAN

Sekolah Menengah Atas (SMA) adalah jenjang pendidikan menengah setelah menyelesaikan pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP)

atau yang sederajat. Masa SMA memiliki rentan usia 15-18 tahun dapat dikatakan merupakan masa peralihan seseorang dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa atau yang lebih sering dikenal dengan istilah masa remaja (Anitasari, 2012). Menurut

Habsy (2017a), siswa sekolah menengah atas dapat dikategorikan sebagai masa remaja pertengahan, yang pada saat itu mengalami masa transisi dari sekolah menengah pertama ke sekolah lanjutan tingkat atas, yang merupakan masa penuh gejolak dan menghadapi banyak persoalan, tantangan, serta konflik dalam pencarian identitas dirinya.

Sejalan dengan perubahan-perubahan yang terjadi dalam diri remaja, siswa juga dihadapkan pada tugas-tugas yang berbeda dari tugas pada masa kanak-kanak. Sebagaimana diketahui, dalam setiap fase perkembangan, termasuk pada masa remaja, individu memiliki tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi. Apabila tugas-tugas tersebut berhasil diselesaikan dengan baik, maka akan tercapai kepuasan, kebahagiaan, dan penerimaan dari lingkungan. Keberhasilan individu memenuhi tugas-tugas itu juga akan menentukan keberhasilan individu memenuhi tugas-tugas perkembangan pada fase berikutnya (Santrock, 2003).

Beraneka ragam tingkah laku atau perbuatan remaja yang menyimpang dari moral sering menimbulkan kegelisahan dan permasalahan terhadap orang lain. Penyimpangan moral tersebut dapat berwujud sebagai kenakalan atau kejahatan. Beberapa contoh dari penyimpangan-penyimpangan moral pada remaja yang sering terjadi dan muncul, yaitu (1) pemerkosaan; (2) tawuran; (3) pergaulan bebas; (4) penggunaan narkoba; (5) mabuk-mabukan; (6) membolos; dan (7) perilaku menyontek (Arabzadeh dkk, 2015).

Menyontek merupakan tindak kecurangan dalam tes, melalui pemanfaatan informasi yang berasal dari luar secara tidak sah (Sujana & Wulan, 1994). Perilaku menyontek harus dihilangkan, karena hal tersebut sama artinya dengan tindakan kriminal mencuri hak milik orang lain. Namun nyatanya, perilaku menyontek semakin mengalami peningkatan (McCabe dkk, 2001). Perilaku menyontek telah merambah ke berbagai penjuru, mulai dari tingkat dasar hingga perguruan tinggi. Tak hanya dilakukan oleh siswa maupun mahasiswa yang berprestasi rendah, tetapi juga siswa serta mahasiswa yang berprestasi tinggi pernah melakukannya. Sebagaimana survei yang dilakukan oleh *Who's Who Among American High School Student*, menunjukkan bahwa mahasiswa terpandai mengakui pernah menyontek, untuk mempertahankan prestasinya (Parsons dalam Nurmayasari & Murusdi, 2015).

Menurut McCabe (dalam Hartanto, 2012) menyatakan 74 persen siswa menggunakan teknologi untuk menyontek. Teknologi yang digunakan untuk

menyontek diantaranya kalkulator, *handphone*, dan *laptop*. Berdasarkan penelitian Hetherington dan Feldman (dalam Valiente dkk, 2011), perilaku menyontek dikelompokkan dalam empat bentuk, yaitu (1) individualistik-oportunistik (perilaku menyontek menggunakan catatan); (2) mandiri terencana (mempersiapkan catatan) (*independent-planned*); (3) sosial aktif (*social active*) menyalin atau meminta jawaban orang lain; dan (4) sosial pasif (*social-passive*) memberikan contekan kepada teman yang kesulitan.

Perilaku menyontek disebabkan oleh beberapa faktor, sebagaimana dijelaskan dalam penelitian yang dilakukan oleh Alhazda (dalam Andrestia, 2010), yaitu (1) karena terpengaruh melihat orang lain dalam *cheating*; (2) membuka buku karena soal ujian terlalu membukuk; (3) merasa guru diskriminatif dalam pemberian nilai; (4) adanya peluang pengawasan yang tidak ketat; (5) takut gagal dalam ujian; (6) ingin mendapatkan nilai tinggi tetapi tidak mau belajar; (7) tidak percaya diri; (8) tidak mudah menghafal; (9) terlalu cemas menghadapi ujian; dan (10) mencari jalan pintas dengan pertimbangan daripada mempelajari sesuatu yang belum tentu keluar. Pernyataan tersebut dipertegas oleh Kalasumeir (dalam Setyani, 2007) yang mengemukakan bahwa menyontek dapat dilakukan dengan berbagai bentuk, antara lain (1) menggunakan catatan jawaban sewaktu tes; (2) memberi jawaban yang telah selesai pada teman; dan (3) mengelak dari peraturan-peraturan yang telah ditetapkan.

Hartanto (2012) dalam penelitiannya menyatakan faktor-faktor yang menyebabkan seseorang melakukan perilaku menyontek meliputi (1) kurangnya pemahaman tentang makna belajar, (2) keinginan untuk memperoleh hasil yang lebih baik, (3) masalah mengenai pengaturan waktu, (4) permasalahan nilai yang dianut, (5) menentang atau kurang menghormati aturan yang sudah ada, (6) perilaku yang negatif guru dan kelas, (7) kurangnya pencegahan, (8) tekanan dari teman sebaya, (9) menyontek terjadi karena erosi perilaku, (10) menyontek karena pembiaran oleh guru, (11) menyontek karena tuntutan orang tua akan *ranking*, (12) menyontek merupakan pertarungan dalam diri individu, dan (13) menyontek dikarenakan masalah prokrastinasi.

Menurut Ronney dan Steinbach (dalam Permatasari & Muka, 2017) menyontek didefinisikan sebagai menggunakan cara apapun untuk mendapatkan sesuatu yang tidak adil, yang termasuk berbohong, menutupi kebenaran, penipuan, dan

pelanggaran kepercayaan. Pengertian lain menurut pendapat Wilkinson (Permatasari & Muka, 2017), menyontek adalah menyalin dari siswa lain selama ujian, salah satu dari perbuatan yang tidak baik yang menjadi salah satu dari masalah serius dalam institusi pendidikan, sementara itu Taylor (2003) mendefinisikan menyontek sebagai cara yang tidak jujur untuk mendapatkan jawaban dengan cara yang salah, melanggar aturan atau perjanjian.

Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku menyontek adalah perbuatan tidak jujur yang dilakukan seseorang dengan cara menyalin atau menggunakan catatan yang tidak diperbolehkan saat ujian untuk mendapatkan keuntungan akademik. Perilaku menyontek dapat merugikan diri sendiri dan orang lain (Webster dalam Hartanto, 2012).

Perilaku menyontek dalam penelitian ini adalah perbuatan tidak jujur yang dilakukan seseorang dengan cara menyalin atau menggunakan catatan yang tidak diperbolehkan saat ujian untuk mendapatkan keuntungan akademik. Perilaku menyontek dalam penelitian ini diukur berdasarkan teori Hetherington & Feldman (1964) yang terdiri atas indikator (a) individualistik-oportunistik (perilaku menyontek menggunakan catatan), (b) mandiri terencana/mempersiapkan catatan (*independent-planned*), (c) sosial aktif (*social active*) menyalin atau meminta jawaban orang lain, serta (d) sosial pasif (*social passive*) memberikan contekan kepada teman yang kesulitan.

Untuk mereduksi perilaku menyontek dalam penelitian ini, diambil langkah dengan melakukan konseling. Menurut Habsy (2017b), layanan konseling merupakan bagian integral dari sistem pendidikan nasional yang mengacu pada pencapaian tujuan pendidikan nasional, dan sejalan dengan tujuan bimbingan dan konseling sebagai ilmu.

Pendekatan konseling *rational emotive behavior* dipilih untuk mereduksi perilaku menyontek dalam penelitian ini, dengan asumsi bahwa konseling *rational emotive behavior* yang dalam pemecahan masalah berfokus pada aspek berpikir, menilai, dan memutuskan dengan dimensi-dimensi perasaan. Konseling *rational emotive behavior* merupakan cara terapi untuk konseli dalam menghilangkan cara berpikir yang tidak logis, tidak rasional menjadi rasional. Konseling *rational emotive behavior* adalah konseling yang bertumpu pada teori ABCDE, dimana dalam teori ini dijelaskan bahwa A (*Activatingevent*), B (*Belief*), C (*Consequence*), *antecedent event* (A), dan D (*Disputing*). Hasil dari ABCD adalah E (*Effect*) yakni

proses dari irasional menjadi rasional dan terciptanya perilaku yang positif. Tahap-tahap konseling *REB* yakni *initial stage*, *working stage*, dan *final stage*. Di samping itu, individu juga memiliki kapasitas untuk belajar kembali untuk berpikir rasional. Pendekatan ini bertujuan untuk mengajak individu mengubah pikiran-pikiran irasionalnya menjadi pikiran yang rasional (Dessy dkk, 2013).

Konseling *REB* merupakan pendekatan konseling yang dirancang untuk membantu individu meminimalisir gangguan emosi dan perilaku merusak diri, serta mendorong mereka untuk hidup secara lebih bermakna dan bahagia (Habsy, 2018a). Dalam mencapai tujuan tersebut, konselor *REB* diharapkan membantu konseli untuk (1) berpikir secara lebih rasional (logis, fleksibel dan ilmiah); (2) merasa lebih sehat; dan (3) bertindak lebih efisien dalam rangka mencapai tujuan dan sasaran mereka (Dryden, 2014).

Berdasarkan pemaparan di atas maka disimpulkan bahwa konseling *Rational Emotive Behavior* (*REB*) merupakan konseling yang dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan-permasalahan sosial dan psikologis. Se jauh ini, belum ada penelitian yang membuktikan bahwa konseling *Rational Emotive Behavior* (*REB*) dapat mereduksi perilaku menyontek pada siswa SMA, maka peneliti pun berkeinginan melakukan penelitian lebih lanjut dan kajian secara mendalam terhadap konseling *Rational Emotive Behavior* (*REB*) untuk mereduksi perilaku menyontek siswa SMA.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini, menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan metode kuasi eksperimen dengan desain penelitian *pretest-posttest non-equivalent control group design* (Fraenkel dkk, 1993).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui, konseling *rational emotive behavior* apakah dapat mereduksi perilaku menyontek siswa SMA. Secara garis besar, rancangan desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini dapat diilustrasikan dalam tabel 1.

Tabel 1
Rancangan Penelitian

Siswa	<i>Pretest</i>	Perlakuan	<i>Posttest</i>
Eksperimen	O_1	X	O_2
Kontrol	O_1	-	O_2

Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian dilaksanakan di SMA Unggulan Darul Hikmah. Prosedur intervensi menggunakan konseling kelompok *rational emotive behavior*. Proses konseling dilaksanakan enam kali pertemuan yang masing-masing pertemuan berlangsung sekitar 45 menit. Berikut disajikan waktu penelitian pada tabel 2.

Tabel 2
Waktu Pelaksanaan Penelitian

Pertemuan	Kegiatan	Keterangan	Waktu
Tahap Awal			
Pertemuan I Tanggal: 22 Januari 2018	Konselor menunjukkan keterlibatan dengan konseli (a) berkenalan, (b) pembentukan rapport, (c) ice breaking, (d) menjelaskan proses berlangsungnya konseling, (e) meminta kesediaan konseli mengikuti kegiatan konseling, dan (f) menetapkan tujuan konseling	Konselor bersikap, (a) otentik, hangat, menaruh perhatian pada hubungan yang sedang dibangun, (b) perilaku <i>attending</i> ; (c) bersahabat dan antusias; serta (d) <i>genuine</i> dan tidak menghakimi konseli	45 menit
Tahap Kegiatan			
Pertemuan II Tanggal: 29 Januari 2018	Fokus pada perilaku sekarang, menanyakan masalah yang dihadapi siswa di sekolah (a) fokus pada perilaku siswa saat ini dan (b) konselor memberikan penerapan teknik perubahan pola pikir	(a) menanyakan keinginan konsel, (b) menanyakan apa yang benar-benar diinginkan konseli, dan (c) perubahan pikiran irasional menjadi rasional	45 menit
Pertemuan III Tanggal: 05 Februari 2018	Mengekplorasi permasalahan dan penerapan <i>problem solving</i> , (a) penerapan teknik <i>problem solving</i> ; (b) diskusi permasalahan; dan (c) langkah-langkah penyelesaian masalah	Konselor menanyakan apa yang dilakukan konseli, apa yang dilakukan konseli; cara pandang dalam konseling, akar masalah konseli bersumber dari pikirannya. Konselor menerangkan kepada konseli bagaimana langkah-langkah pemecahan masalah	45 menit
Pertemuan IV Tanggal: 12 Februari 2018	Konseli menilai diri sendiri atau evaluasi. Menilai diri sendiri, dalam pertemuan ini, konselor menunjukkan beberapa video motivasi untuk mengenal diri konseli	Fungsi konselor tidak untuk menilai benar salah perilaku konseli, tetapi membimbing konseli untuk menilai perilakunya saat ini	45 menit
Pertemuan V Tanggal: 19 Februari 2018	Merencanakan tindakan untuk merapkan hasil kerja konseling dalam penetapan perilaku, (a) belajar dari sebuah pensil dan (b) video motivasi jangan menyerah	(a) rencana yang disusun sifatnya spesifik dan konkret dan (b) konselor mendorong konseli untuk merealisasikan rencana yang telah disusunnya bersama konselor	45 menit
Tahap Pengakhiran			
Pertemuan VI Tanggal: 26 Februari 2018	Evaluasi dan tindak lanjut	Konselor dan konseli mengevaluasi kegiatan konseling yang sudah dilaksanakan	45 menit

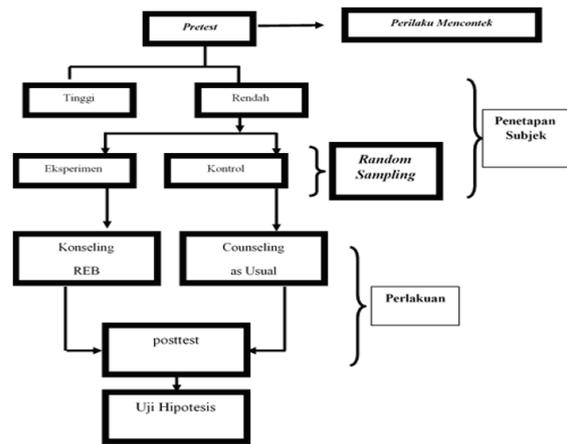
Setelah semua rangkaian perlakuan dilakukan selanjutnya responden diberikan inventori (*posttest*) untuk mengetahui hasil *treatment* sukses atau tidak. Selain itu, *posttest* juga dilakukan untuk mengetahui perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Prosedur Penelitian

Untuk memperjelas eksperimen dalam penelitian ini disajikan prosedur penelitian sebagai

berikut (1) melakukan *pretest*, adalah pengukuran awal dengan menggunakan inventori perilaku menyontek; (2) melakukan *posttest* pada kedua kelompok, antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen; dan (3) menganalisis data dengan statistik menggunakan program SPSS versi 20.00 for Windows dalam rangka mengetahui keefektifan konseling kelompok *rational emotive* perilaku dalam menurunkan perilaku menyontek siswa.

Secara visual, kerangka kerja penelitian diilustrasikan dalam gambar 1.



Gambar 1. Kerangka kerja penelitian

Sumber: Habsy, 2018b

Sampel

Berdasarkan data yang diperoleh dari inventori menyontek, siswa yang terpilih menjadi sampel penelitian berjumlah 6 siswa kelompok eksperimen dan 6 siswa kelompok kontrol, seperti terlihat pada tabel 3.

Tabel 3
Daftar Sampel Penelitian

No	Nama	Usia (tahun)	Kelas
1	NC	15	IPS 2
2	DI	15	IPS 2
3	EN	15	IPS 1
4	MD	15	IPS 2
5	FV	15	IPS 1
6	AR	15	IPS 1
7	BC	15	IPS 2
8	NL	15	IPS 1
9	VW	15	IPS 1
10	RY	15	IPS 2
11	AL	15	IPS 1
12	OL	15	IPS 2

Dari anggota populasi yang teridentifikasi nilai menyontek tinggi, kemudian dirandom untuk menentukan kelompok kontrol dan eksperimen, sehingga dapat dikenali bahwa teknik tersebut menggunakan *purposive random sampling*. Hasil

pengelompokan kelompok kontrol dan eksperimen dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4
Hasil Pengelompokan Kelompok Kontrol dan Eksperimen

Kelompok Eksperimen				Kelompok Kontrol			
No	Nama	Skor	Kategori	No	Nama	Skor	Kategori
1	NC	220	Tinggi	1	BC	143	Sedang
2	DI	220	Tinggi	2	NL	142	Sedang
3	EN	218	Tinggi	3	VW	145	Sedang
4	MD	207	Tinggi	4	RY	135	Sedang
5	FV	204	Tinggi	5	AL	145	Sedang
6	AR	202	Sedang	6	OL	169	Sedang
Rata-rata		211,83		Rata-rata		146,5	

Pengujian validitas dalam penelitian ini dilakukan dengan korelasi *pearson* menggunakan SPSS for Windows versi 20,00. Hasil analisis menunjukkan bahwa semua item memenuhi *standart* r_{table} 0,2960 dengan nilai *alpha cronbach* 0,954 yang menunjukkan item penelitian reliabel.

Prosedur Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan untuk mengukur perilaku menyontek berdasarkan teori Hetherington & Feldman (1964) yang terdiri atas indikator (a) individualistik-oportunistik (perilaku menyontek menggunakan catatan), (b) mandiri terencana/mempersiapkan catatan (*independent-planned*), (c) sosial aktif (*social active*), menyalin atau meminta jawaban orang lain, dan (d) sosial pasif (*social passive*), memberikan contekan kepada teman yang kesulitan. Prosedur pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi inventori perilaku menyontek, penskoran inventori perilaku menyontek, serta uji validitas dan reliabilitas inventori perilaku menyontek.

Teknik Analisis Data

Rumus yang digunakan untuk menghitung keefektifan *treatment* adalah rumus *randomized pretest-posttest control group design*.

$$t = \frac{M_2 - M_1}{\sqrt{\left(\frac{\sum x_1^2 + \sum x_2^2}{N(N-1)}\right) \left(\frac{1}{N_1} + \frac{1}{N_2}\right)}}$$

Keterangan:

M_2 = mean deviasi (d) *posttest-pretest* kelompok eksperimen

M_1 = mean deviasi (d) *posttest-pretest* kelompok kontrol

$\sum x_2^2$ = jumlah kuadrat deviasi kelompok eksperimen

$\sum x_1^2$ = jumlah kuadrat deviasi kelompok kontrol

N = jumlah subjek pada sampel kontrol/eksperimen

Uji-T inilah yang digunakan untuk mengetahui efektif tidaknya pelaksanaan konseling REB untuk mereduksi perilaku menyontek siswa SMA.

Dalam penelitian ini, peneliti mengajukan dua hipotesis yaitu hipotesis kerja (H_a) dan hipotesis nihil (H_0). Kedua hipotesis tersebut adalah sebagai berikut.

H_a : pelaksanaan layanan konseling *rational emotive behavior* efektif untuk mereduksi perilaku menyontek siswa SMA.

H_0 : pelaksanaan layanan konseling *rational emotive behavior* tidak efektif untuk mereduksi perilaku menyontek siswa SMA.

Ketentuan penerimaan dan penolakan hipotesis di atas adalah sebagai berikut.

Terima H_0 jika $t_{hitung} < t_{tabel}$; dengan kata lain H_a ditolak

Tolak H_0 jika $t_{hitung} > t_{tabel}$; dengan kata lain H_a diterima

Adapun harga t_{tabel} yang digunakan adalah pada taraf signifikan 5% dengan $d.b = (N_1 + N_2 - 2)$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

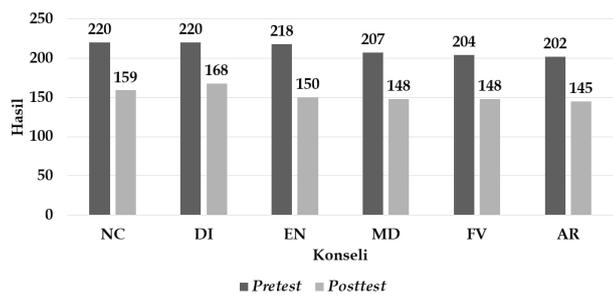
Proses intervensi terhadap subjek yang telah terjaring sebagai kelompok eksperimen dilaksanakan selama 1 bulan, dimulai dari bulan Januari sampai dengan bulan Maret 2018. Intervensi dilakukan oleh peneliti yang berperan sebagai konselor. *Pretest* diberikan di awal intervensi untuk mengetahui perilaku menyontek sebelum pemberian intervensi. Setelah itu diberikan *posttest* untuk mengetahui tingkat perilaku menyontek siswa SMA Unggulan Darul Hikmah Ngimbang-Lamongan. Perbandingan *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen disajikan dalam tabel 5.

Tabel 5
Hasil Pretest dan Posttest Eksperimen

Konseli	Pretest	Hasil	Posttest	Hasil
NC	220	Tinggi	159	Sedang
DI	220	Tinggi	168	Sedang
EN	218	Tinggi	150	Sedang
MD	207	Tinggi	148	Sedang
FV	204	Tinggi	148	Sedang
AR	202	Sedang	145	Sedang

Berdasarkan data perubahan yang terlihat pada tabel 4, perubahan tingkat perilaku menyontek

kelompok eksperimen pada *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada gambar 2.



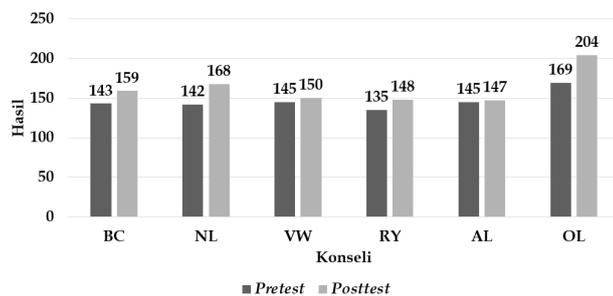
Gambar 2. Perubahan tingkat menyontek saat *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen

Proses penjarangan terhadap kelompok kontrol dilaksanakan 1 bulan. *Pretest* diberikan di awal untuk mengetahui tingkat perilaku menyontek sebelum pemberian intervensi. Setelah intervensi selesai lalu *posttest* diberikan untuk mengetahui tingkat perilaku menyontek dengan keseluruhan proses intervensi. Perbandingan hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol disajikan dalam tabel 6.

Tabel 6 Hasil *Pretest* dan *Posttest* Kelompok Kontrol

Konseli	<i>Pretest</i>	Hasil	<i>Posttest</i>	Hasil
BC	143	Sedang	159	Sedang
NL	142	Sedang	168	Sedang
VW	145	Sedang	150	Sedang
RY	135	Sedang	148	Sedang
AL	145	Sedang	147	Sedang
OL	169	Sedang	204	Tinggi

Berdasarkan data perubahan yang terdapat pada tabel 6, maka perubahan tingkat perilaku menyontek kelompok kontrol pada *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada gambar 3.



Gambar 3. Perubahan tingkat menyontek saat *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol

Pengujian hipotesis

Dalam penelitian ini, peneliti mengajukan dua hipotesa yaitu hipotesis kerja (H_a) dan hipotesis nihil (H_0). Kedua hipotesis tersebut adalah sebagai berikut:

H_a : pelaksanaan layanan konseling *rational emotive behavior* efektif untuk mereduksi perilaku menyontek siswa SMA.

H_0 : pelaksanaan layanan konseling *rational emotive behavior* tidak efektif untuk mereduksi perilaku menyontek siswa SMA.

Untuk mengetahui keefektifan konseling REB kelompok inventori perilaku menyontek siswa, dalam hal ini, ada peningkatan atau penurunan nilai skor di akhir inventori (*posttest*) pada kelompok eksperimen yang secara statistik lebih besar dan signifikan dari kelompok kontrol, maka pengujian hipotesis penelitian ini menggunakan teknik analisis non-parametric *the wilcoxon mached-pairs signed test* dan *two independent sample test mann whitney U* dengan bantuan program SPSS for Windows versi 20.00.

The wilcoxon mached-pairs signed test bertujuan untuk menganalisis peningkatan skor inventori menyontek. Kriteria untuk menerima atau menolak H_0 jika nilai *Asymp.Sig (2-tailed)* > 0,05 maka H_0 diterima dan jika nilai *Asymp.Sig (2-tailed)* < 0,05 maka H_0 ditolak. Hasil uji *the wilcoxon mached-pairs signed test* pada kelompok eksperimen dapat dilihat pada tabel 7 dan 8.

Tabel 7 Statistic

		<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
N	Valid	6	6
	Mising	0	0
Mean		2.1183E2	153.0000
Minimum		202.00	145.00
Maximum		220.00	168.00

Tabel 8 Test Statistics^b

	<i>Posttest-Pretest</i>
Z	-2.201 ^a
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	.028

a. based on positive ranks
b. *wilcoxon signed ranks test*

Pada *output* deskriptif statistik dapat diketahui jumlah subjek penelitian eksperimen sebanyak 6 siswa, pada nilai *pretest* dengan rata-rata skor 2.1183 dan nilai maksimum 220 serta nilai minimum 202, sedangkan untuk nilai *posttest* rata-rata skor 153.00 dengan nilai minimum 145 dan nilai maksimum 168. Selanjutnya, nilai *Asymp.Sig (2-tailed)* sebesar 0,028 < dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan terdapat penurunan nilai menyontek pada kelompok eksperimen. Hasil uji *the*

wilcoxon mached-pairs signed test pada kelompok kontrol disajikan dalam tabel 9 dan 10.

Tabel 9
Statistics

		Pretest	Posttest
N	Valid	6	6
	Missing	0	0
Mean		1.4633E2	162.6667
Minimum		134.00	147.00
Maximum		169.00	204.00

Tabel 10
Test Statistics^b

		Posttest-Pretest
Z		-2.201 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)		.028

a. based on positive ranks

b. *wilcoxon signed ranks test*

Pada *output* deskriptif statistik dapat diketahui jumlah subjek penelitian eksperimen sebanyak 6 siswa. Pada nilai *pretest* dengan rata-rata skor 1,4633 dan nilai maksimum 169 serta nilai minimum 134, sedangkan untuk nilai *posttest* rata-rata skor 162,67 dengan nilai minimum 147 dan nilai maksimum 204. Selanjutnya, nilai *Asymp.Sig (2-tailed)* sebesar $0,028 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan terdapat peningkatan nilai tidak menyontek pada kelompok kontrol. Tabel 11 dan 12 adalah hasil analisis uji hipotesis kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan menggunakan uji *two independent sample test mann whitney U*.

Tabel 11
Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest	Kontrol	6	5.75	34.50
	Eksperimen	6	7.25	43.50
Total		12		

Tabel 12
Test Statistics^b

		Posttest
Mann-Whitney U		13.500
Wilcoxon W		34.500
Z		-.730
Asymp. Sig. (2-tailed)		.466
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]		.485 ^a

a. not corrected for ties

b. grouping variable: *posttest*

Pada *output rank*, dapat diketahui nilai *mean posttest* pada kelompok eksperimen sebesar 7,25, lebih

besar dari kelompok kontrol 5,75. Selanjutnya, pada *output test statistic* nilai uji Z sebesar -0,730 dengan angka *Asymp.Sig (2-tailed)* 0,466, karena nilai *Asymp.sig (2-tailed)* $> 0,05$ maka dapat disimpulkan tidak ada perbedaan yang signifikan antara nilai *posttest* kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol.

Dari hasil analisis dengan dua uji dapat disimpulkan terdapat peningkatan skor inventori tidak menyontek yang signifikan di akhir dibandingkan di awal pada kelompok kontrol, sedangkan pada kelompok eksperimen terjadi penurunan nilai menyontek di akhir inventori dibandingkan nilai di awal. Dengan demikian, H_a diterima dan H_0 ditolak, melalui klasifikasi REB eksperimen dan kontrol sama-sama efektif untuk mereduksi perilaku menyontek.

Pembahasan

Penelitian ini menggunakan konseling *rational emotive behavior* untuk mereduksi perilaku menyontek pada siswa SMA. Dalam proses penelitian, konselor menerapkan konseling REB dengan berbagai macam teknik pendekatan yakni teknik *problem solving*, *work home*, dan perubahan pola pikir. Penjarangan subjek penelitian dilakukan dengan melancarkan inventori perilaku menyontek dari populasi yang teridentifikasi memiliki perilaku menyontek yang paling tinggi.

Berdasarkan alat ukur inventori perilaku menyontek, peneliti menggunakan 12 siswa dari anggota populasi yang memiliki perilaku menyontek paling tinggi. Dari 12 siswa tersebut dilakukan pembagian kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, yang terdiri dari 6 siswa kelompok eksperimen yang mendapatkan perlakuan konseling REB dan 6 siswa kelompok kontrol tanpa perlakuan konseling REB. Berikut ini penjelasan gambaran keefektifan pelaksanaan konseling *rational emotive behavior* untuk mereduksi perilaku menyontek pada masing-masing subjek penelitian.

Keefektifan intervensi pada NC mengalami peningkatan yang cukup tinggi. Hal ini dapat dilihat dari NC merasa bahwa semua mata pelajaran yang ada di sekolah sangat menyenangkan untuk dikerjakan. Pada saat belajar di rumah, NC selalu mengerjakan tugas-tugasnya. Ketika ujian atau ulangan harian, NC sudah tidak pernah meminjam buku temannya untuk dibawa ke dalam kelas saat ujian berlangsung. NC sudah tidak pernah melakukan perilaku menyontek pada saat ulangan, semua itu NC lakukan untuk mendapatkan nilai yang bagus melalui proses pembelajaran. Setelah NC mendapatkan perlakuan konseling *problem solving*, NC memiliki percaya diri yang tinggi dan tidak segan untuk bertanya ketika ada mata pelajaran yang dirasa sulit.

Keefektifan intervensi pada DI mengalami peningkatan yang cukup tinggi. DI sudah percaya diri masuk jurusan IPA yang dulu sering merasa tidak yakin dengan kemampuannya sendiri. DI sudah dapat berpikir bahwa dirinya tidak bodoh, bahkan yakin akan lulus pada waktu ujian nasional nanti. Selain itu karena DI sudah bersemangat masuk ke dalam kelas IPA, jadi menyukai pelajaran Matematika. Pada saat pelajaran Matematika, DI sudah tidak pernah keluar kelas dan selalu mengikuti pelajaran tersebut. Bagi DI pencapaian akademis merupakan hal yang sangat penting, oleh karena itu, berbagai cara dilakukan demi mendapatkan nilai yang bagus, dan DI selalu mengerjakan sendiri ujian Matematika tanpa menyontek temannya lagi. Setelah menerapkan *problem solving*, DI memiliki perilaku yang lebih baik dari sebelumnya. Hal ini yang membuat DI yakin akan kemampuannya, merasa tidak takut dengan pelajaran Matematika dan DI sudah tidak meminta jawaban teman secara terus-menerus.

Keefektifan intervensi pada EN mengalami peningkatan yang cukup tinggi, hal ini terbukti dengan EN sudah tidak malas untuk mengerjakan Pekerjaan Rumah (PR) yang diberikan oleh guru kelasnya. EN sudah tidak pernah menyontek pekerjaan rumah dari teman-temannya. EN juga sudah menganggap kemampuannya sebanding dengan teman-temannya, oleh karena itu, EN selalu mengerjakan PR tanpa menyontek milik teman-temannya. Dengan teknik *home work*, EN sudah tidak memiliki perilaku mencontek yang tinggi, karena setiap PR yang diberikan guru kepadanya selalu dikerjakan tanpa menyontek pekerjaan temannya.

Keefektifan intervensi pada MD meningkat dengan pesat. Sejak masuk SMA, MD tidak pernah yakin dengan kemampuannya tetapi sekarang MD semakin yakin dengan jurusan IPA. MD menganggap bahwa dirinya adalah anak yang pintar. MD mengaku bahwa kemampuannya dalam belajar sama dengan teman-temannya sekarang. Hal ini dibuktikan dengan semua tugas-tugas Pekerjaan Rumah (PR) yang diberikan guru kepadanya selalu dikerjakan sendiri. MD sudah tidak cemas jika teman sekelasnya tidak memberikan contekan Pekerjaan Rumah (PR) kepadanya. Dengan konseling teknik *home work*, MD sudah tidak memiliki perilaku menyontek yang tinggi. Hal ini dibuktikan dengan MD yang selalu mengerjakan sendiri Pekerjaan Rumah (PR) tanpa menyontek milik temannya lagi.

Keefektifan intervensi pada FV. FV mengaku sudah bisa membagi waktu belajarnya dengan bermain musik. FV juga sudah tidak pernah tidak

masuk sekolah selama 2 minggu lagi. FV sudah serius dalam memperhatikan pelajaran, setiap ulangan FV sudah tidak menulis jawaban di kertas dan meletakkan jawaban di dalam bangku sekolah lagi. FV memiliki keinginan untuk mendapatkan nilai akademik yang bagus dengan cara belajar. Dengan teknik *role playing*, FV sudah bisa membagi waktunya untuk bermain dan belajar dengan tepat.

Keefektifan intervensi pada AR sudah sangat pesat sekali, hal ini terbukti dengan AR yang sudah teratur dan bisa membagi waktu dalam sekolahnya. AR sudah tidak malas belajar ketika berada di sekolah, nilai AR juga sudah bagus, ulangan harian AR sudah sama dengan teman sekelasnya. Hal inilah yang membuat AR melakukan apapun untuk mendapatkan nilai akademis yang bagus. Dengan teknik *role playing*, AR sudah menghilangkan tindakan tidak terpuji saat ujian berlangsung, dimana AR sudah tidak menulis jawaban sebelum ujian di dalam meja tulis ataupun menyipakan kertas contekan ke dalam sakunya.

Perubahan perilaku menyontek pada siswa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dilihat dari skor inventori pada saat *pretest* dan *posttest*. Dari hasil analisis statistik terlihat kelompok eksperimen dan kelompok kontrol mengalami peningkatan, kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan konseling REB secara statistik lebih besar daripada kelompok kontrol yang tidak diberikan konseling REB.

Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian sebelumnya yakni konseling *rational emotive behavior* merupakan salah satu bagian dari *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) (Habsy, 2018a). Konseling REB menekankan pada peran penting kognisi dalam mempengaruhi fungsi manusia. Mengubah kognisi seseorang adalah cara yang efektif dalam meningkatkan aspek kognitif, emosi dan perilaku. Ellis (dalam Dryden, 2003) mengakui kognisi, emosi, dan perilaku saling berinteraksi satu sama lain. Seperti yang dikemukakan oleh Ellis (dalam Corey, 2015), "Ketika mereka beremosi, mereka juga berpikir dan bertindak. Ketika mereka bertindak, mereka juga berpikir dan beremosi. Ketika mereka berpikir, mereka juga beremosi dan bertindak."

Ellis mengembangkan teori A-B-C, dan kemudian dimodifikasi menjadi pendekatan A-B-C-D-E-F yang digunakan untuk memahami kepribadian dan untuk mengubah kepribadian secara efektif. Melalui konseling REB, Ellis (dalam Bond & Dryden 1996) mengakui bahwa kognisi, emosi, dan perilaku saling berinteraksi dan saling mempengaruhi. Jika *rational emotive* hanya menekankan pada aspek kognitif dan emosi, maka melalui konseling REB, Ellis mulai

memberikan perhatian pada aspek *behavior* dalam proses perlakuannya.

Berdasarkan pemaparan penelitian di atas, peneliti menggunakan konseling REB dengan teknik *problem solving*, *homework*, dan *role playing* yang dirancang untuk mereduksi perilaku menyontek siswa SMA yang dikategorikan sebagai masa remaja pertengahan, berdasarkan tahap pelaksanaan konseling REB yang dikemukakan oleh (Corey, 2015) yang terdiri dari *initial stage*, *working stage*, dan *final stage*.

Dari penjelasan tersebut terbukti secara empiris bahwa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menunjukkan adanya pandangan yang dimiliki subjek. Subjek NC dan DI merasa tidak yakin dengan kemampuannya sendiri, subjek EN dan MD merasa malas karena yakin dengan kemampuan temannya serta FV dan AR merasa tidak percaya diri dengan dirinya sendiri.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa konseling *Rational Emotive Behavior* (REB) dapat mereduksi perilaku menyontek siswa. Hal tersebut didasarkan pada hasil analisis dimana nilai *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen mengalami penurunan yang signifikan yang dibuktikan melalui uji *the wilcoxon mached-pairs signed test* yang mana nilai *Asymp.Sig (2-tailed)* $0,028 < 0,05$, sehingga menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan. Namun, pada uji *mann whitney U* nilai uji *Z* sebesar $-0,730$ dengan angka *Asymp.sig (2-tailed)* $0,466$, karena nilai *Asymp.sig (2-tailed)* $> 0,05$ maka dapat disimpulkan tidak ada perbedaan yang signifikan antara nilai *posttest* kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol, maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya konseling *rational emotive behavior* efektif dalam mereduksi perilaku menyontek siswa.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti mengajukan beberapa saran, antara lain (a) konseling REB dapat diterapkan konselor di sekolah untuk mereduksi perilaku menyontek siswa. Konseling REB sangat praktis dan mudah untuk diterapkan; dan (b) penelitian ini menggunakan desain penelitian *pretest* dan *posttest control group design*, untuk peneliti selanjutnya dapat menggunakan desain penelitian lain seperti penelitian tindakan dalam BK atau penelitian eksperimen lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Andrestia, M. (2010). *Pengaruh locus of control goal orientation terhadap cheating mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*. Skripsi. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Anitasari, L. (2012). *Hubungan stres dan perilaku merokok pada remaja*. Skripsi. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Arabzadeh, S., Ameli, N., Zeinoddini, A., Rezaei, F., Farokhnia, M., Mohammadinejad, P., Ghaleiha, A., & Akhondzadeh, S. (2015). Celecoxib adjunctive therapy for acute bipolar mania: A randomized, double-blind, placebo-controlled trial. *Bipolar Disorders*, 17(6), 606-614. doi: <https://doi.org/10.1111/bdi.12324>
- Bond, F. W., & Dryden, W. (1996). Why two central REBT hypotheses appear untestable. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 14(1), 29-40.
- Corey, G. (2015). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Canada: Nelson Education.
- Corey, G. (2012). *Case approach to counseling and psychotherapy*. Canada: Nelson Education.
- Dessy, D. A., Suranata, K. S., & Setuti, N. M. (2013). Penerapan konseling rasional emotif dengan teknik kognitif untuk meningkatkan self disclosure siswa kelas X. 6 SMA Negeri 1 Sukasada tahun pelajaran 2012/2013. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 1(1), 1-10. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/issue/view/91>
- Dryden, W. (2014). *Rational emotive behaviour therapy: Distinctive features*. London: Routledge.
- Dryden, W. (2003). *Reason to change: A rational emotive behaviour therapy (REBT) workbook*. London: Routledge.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (1993). *How to design and evaluate research in education (Vol. 7)*. New York: McGraw-Hill.
- Habsy, B. A. (2017a). Model konseling kelompok cognitive behavior untuk meningkatkan self esteem siswa SMK. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 31(1), 21-35. doi: <https://doi.org/10.21009/PIP.311.4>
- Habsy, B. A. (2017b). Filosofi ilmu bimbingan dan konseling indonesia. *Jurnal Pendidikan (Teori dan Praktik)*, 2(1), 1-11. doi: <http://dx.doi.org/10.26740/jp.v2n1.p1-11>
- Habsy, B. A. (2018a). Konseling rasional emotif perilaku: Sebuah tinjauan filosofis. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 2(1), 13-30. doi: <https://doi.org/10.30653/001.201821.25>

- Habsy, B. A. (2018b). Model bimbingan kelompok PPPM untuk mengembangkan pikiran rasional korban bullying siswa SMK Etnis Jawa. *Jurnal Pendidikan (Teori dan Praktik)*, 2(2), 91-99. doi: <http://dx.doi.org/10.26740/jp.v2n2.p91-99>
- Hartanto, D. (2012). *Bimbingan & konseling menyontek: Mengungkap akar masalah dan solusinya*. Jakarta: Indeks.
- Hetherington, E. M., & Feldman, S. E. (1964). College cheating as a function of subject and situational variables. *Journal of Educational Psychology*, 55(4), 212.
- McCabe, M., & Ricciardelli, L. (2001). Parent, peer and media influences on body image and strategies to both increase and decrease body size among adolescent boys and girls. *Adolescence*, 36(142), 225-240. <https://www.questia.com/library/journal/1G1-79251794/parent-peer-and-media-influences-on-body-image-and>
- Nurmayasari, K., & Murusdi, H. (2015). Hubungan antara Berpikir Positif dan Perilaku Menyontek pada Siswa Kelas X SMK Koperasi Yogyakarta. *Empathy: Jurnal Fakultas Psikologi*, 3(1), 8-15. <http://journal.uad.ac.id/index.php/EMPATHY/article/view/3009/1748>
- Santrock, J. W., & Curl, R. M. (2003). *Adolescence (9th ed.)*. New York: McGraw-Hill.
- Setyani, U. (2007). *Hubungan antara konsep diri dengan intensi menyontek pada siswa SMA Negeri 2 Semarang*. Disertasi. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Sujana, Y. E., & Wulan, R. (1994). Hubungan antara kecenderungan pusat kendali dengan intensi menyontek. *Jurnal Psikologi*, 21(1994). <http://i-lib.ugm.ac.id/jurnal/download.php?dataId=4298>
- Taylor, K.R. (2003). *Bracing for cheating and plagiarism*. Diakses melalui <https://www.eddigest.com/sub.php>
- Permatasari, D., & Muka, J. R. (2017). Correlation between self-efficacy and cheating behavior on vocational high school students. *Prosiding 8th ICLICE 2017*.
- Valiente, C., Eisenberg, N., Haugen, R., Spinrad, T. L., Hofer, C., Liew, J., & Kupfer, A. (2011). Children's effortful control and academic achievement: Mediation through social functioning. *Early Education and Development*, 22(3), 411-433. doi: <https://doi.org/10.1080/10409289.2010.505259>