

## **IMPLEMENTASI KONSELING BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK PENGUATAN POSITIF UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU PERCAYA DIRI SISWA SMK TI BALI GLOBAL DENPASAR TAHUN PELAJARAN 2023/2024**

**Ni Putu Chintya Pradnya Suari<sup>1,\*</sup>, Dr. Dra. Ni Wayan Suastini, M.Pd.<sup>2,\*</sup>, Ni Komang Sri  
Yuliasitini, S.Pd., M.Pd.<sup>3,\*</sup>**

Universitas PGRI Mahadewa Indonesia  
Jln. Seroja No. 57, Kelurahan Tonja, Kota Denpasar, Indonesia

\*Pos-el [chintyasuari1@gmail.com](mailto:chintyasuari1@gmail.com)

### **Abstrak**

Dalam penelitian ini menggunakan penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling ( PTBK). bertujuan untuk meningkatkan perilaku percaya diri siswa kelas XI RPL 3 SMK TI Bali Global Denpasar Tahun Pelajaran 2023/2024 melalui Implementasi Konseling Behavioral Dengan Teknik Penguatan Positif. Berdasarkan hasil wawancara, observasi, penyebaran kuesioner, hasil yang didapatkan jika seorang murid laki – laki berinisial GH yang memiliki permasalahan terhadap perilaku percaya diri. Setelah ditelaah lebih lanjut penyebab utama dari perilaku kurang percaya diri siswa tersebut dikarenakan malu akan suara yang bisa terbelang cempreng untuk ukuran anak laki – laki. Oleh karena itu penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, dengan pelaksanaan tiap siklus terdiri dari 4 pokok kegiatan yakni, perencanaan, pelaksanaan, observasi, evaluasi, dan refleksi. Dari hasil sebelum diberikan tindakan didapatkan persentase percaya diri sebesar 50,6% terkategori rendah, Adapun setelah dilakukan siklus I persentase meningkat sebesar 56% terkategori cukup tinggi namun dikarenakan tingkah laku siswa masih belum menunjukkan perilaku yang signifikan maka kembali dilakukan tindakan pada siklus II dan memperoleh hasil 65,33% yang terkategori cukup tinggi, walaupun kategori yang didapatkan sama kategori di siklus 1 dan siklus II sama yaitu cukup tinggi namun jika dilihat dari rentangan presentase cukup menunjukan hasil yang signifikan, dan observasi langsung juga sudah memperlihatkan bahwa siswa tersebut menunjukan peningkatan perilaku percaya diri.

***Kata kunci : Konseling Behavioral, Penguatan Positif, Perilaku Percaya Diri.***

## PENDAHULUAN

Sekolah berfungsi sebagai lembaga formal yang mengarahkan, mendidik, dan mengajar siswa agar suatu saat nanti dapat menjadi manusia yang produktif dengan memperluas pengetahuan mereka. Meskipun pendidik sering menghadapi tantangan, sekolah mencakup individu-individu dengan karakteristik yang berbeda-beda. Setiap siswa memiliki keunikan yang harus dipahami, termasuk potensi, kemampuan, motivasi, minat, dan karakteristik fisik serta psikis yang berbeda. Keragaman ini berkembang secara dinamis dalam berbagai lingkungan dan latar belakang, membentuk tipe yang unik dan mempengaruhi perilaku mereka secara individual.

Menurut David dan Nicholas (2011:29), perilaku yang tidak diinginkan dari siswa dapat berdampak pada proses pembelajaran di berbagai tingkatan. Pada tingkat individu, kemampuan siswa untuk memahami keterampilan yang diajarkan di kelas dapat terganggu. Pada tingkat kelompok, gangguan bisa muncul ketika siswa merasa enggan untuk berpartisipasi dalam diskusi, yang disebabkan oleh kurangnya kepercayaan diri, sehingga dapat menghambat prestasi belajar mereka (Hulu & Laoli, 2023).

Namun, ironisnya dalam realitas

lapangan, ketika peneliti melakukan penelitian di SMK TI Bali Global Denpasar yang mayoritas siswanya memiliki tingkat kecerdasan tinggi dan kemampuan IT yang sangat baik, terdapat satu murid di dalam kelas yang menunjukkan rendahnya rasa percaya diri dalam bersosialisasi. Kasus ini melibatkan seorang murid yang berbeda dalam perilaku dibandingkan dengan teman-teman sekelasnya, Observasi ini mengungkap gejala-gejala awal seperti kecemasan dalam menangani tugas yang mempengaruhi emosi siswa, kurang semangat dalam mengikuti pelajaran, siswa tampak grogi saat berinteraksi dengan guru, cenderung diam saat penjelasan dari guru, merasa malu ketika diminta berbicara di depan kelas, enggan berpartisipasi dalam diskusi kelompok, dan menghindari situasi komunikasi. Diperkuat lagi oleh pernyataan dari guru BK dan guru wali, meskipun siswa tersebut rajin hadir di sekolah dan rajin mengerjakan tugas, hasil wawancara dengan guru wali menunjukkan bahwa saat magang (PKL), siswa tersebut jarang aktif secara online. Setelah magang selesai, baru guru wali dapat memantau secara langsung siswa tersebut, dan guru wali khawatir bahwa hal ini akan berdampak pada masa depannya. Oleh karena itu, guru wali merekomendasikan

siswa tersebut sebagai subjek penelitian. Selain itu, peneliti juga melakukan wawancara dengan guru BK mengenai mengapa permasalahan tersebut tidak terselesaikan selama kelas X. Guru BK menjelaskan bahwa BK di sekolah tersebut tidak memiliki waktu mengajar, sehingga sulit untuk memantau siswa di kelas secara langsung. Guru BK mengandalkan laporan dari wali kelas atau guru lain yang mengajar untuk menangani masalah-masalah seperti ini. Untuk menguji kebenaran pernyataan tersebut, peneliti melakukan observasi awal di kelas XI RPL 3 SMK TI Bali Global Denpasar. Berdasarkan temuan ini, peneliti berupaya mengatasi permasalahan siswa dengan memberikan bantuan konseling behavioral menggunakan teknik penguatan positif, seperti memberikan pujian dan motivasi, untuk meningkatkan perilaku percaya diri siswa.

Salah satu metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa adalah dengan menggunakan pendekatan konseling behavioral. Pendekatan behavioral menganggap bahwa setiap perilaku dapat dipelajari. Proses pembelajaran perilaku melibatkan kematangan dan proses belajar (Rosjidan, 1994, hal. 10). Dengan pendekatan ini, perilaku lama yang tidak diinginkan dapat digantikan dengan

perilaku baru yang lebih positif.

Berdasarkan pada latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah yang diajukan adalah apakah implementasi konseling behavior dengan teknik penguatan positif dapat meningkatkan perilaku percaya diri siswa di kelas XI RPL 3 SMK TI Bali Global Denpasar Tahun Pelajaran 2023/2024?

#### **METODE PENELITIAN**

Menurut Wardani (2007:1.4), Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) adalah jenis penelitian yang dilakukan oleh guru di dalam kelasnya sendiri dengan melakukan introspeksi terhadap praktik mengajarnya. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kualitas kinerja sebagai guru agar dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Menurut Wardani (2007:3.15), terdapat berbagai masalah dalam proses pembelajaran yang perlu difokuskan untuk diperbaiki, seperti masalah dalam meningkatkan perilaku percaya diri siswa. Upaya untuk mengatasi masalah ini disesuaikan dengan akar penyebabnya, yang dilakukan melalui penerapan konseling behavioral dengan menggunakan teknik penguatan positif.

Penulis memilih jenis penelitian ini untuk menangani masalah nyata yang dihadapi oleh peneliti, dengan tujuan menguji efektivitas solusi yang

diterapkan. Model yang digunakan terdiri dari empat komponen utama: tindakan, perencanaan, pengamatan, dan refleksi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan. Penelitian tindakan dipilih karena bertujuan menemukan solusi konkret terhadap masalah siswa, khususnya dalam meningkatkan kepercayaan diri, menggunakan pendekatan konseling behavioral dengan teknik penguatan positif.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Pengumpulan Data Awal**

Subjek penelitian ini adalah siswa berinisial GH yang memiliki permasalahan mengenai perilaku percaya diri. Dari hasil pengumpulan data awal, mengenai perilaku percaya diri siswa didapati bahwa Siswa GH mendapatkan skor 76 dengan persentase 50,6% terkategori rendah. Semua ini membuktikan bahwa siswa perlu mendapatkan penanganan yang khusus tentunya dengan memberikan layanan implementasi konseling behavioral dengan penguatan positif guna meningkatkan perilaku percaya dirinya

### **Tindakan Siklus I**

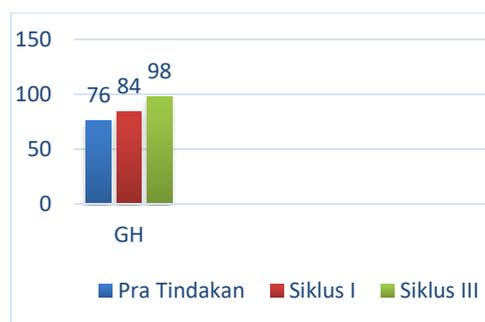
Pada data awal memperoleh skor 76 dalam kategori rendah. Adapun setelah dilakukannya konseling behavioral dengan bentuk konseling individu dengan teknik penguatan positif terdapat

peningkatan skor sebesar 84 dan sudah masuk ke kategori cukup tinggi dengan persentase 10,5% namun masih jauh rentangnya dengan teman sekelas. Adapun peningkatan perilaku yaitu mampu membuat rencana-rencana, menghargai dan mendengarkan dengan baik ketika teman berbicara, perlahan-lahan bisa menyelesaikan tugas walaupun sedang memiliki permasalahan, menyadari bahwa teman sekelas tidak ada yang menjauhi siswa, muncul perasaan senang saat membuat kelompok, sudah bisa berdiskusi dengan teman sekelas, perlahan-lahan dapat mengendalikan diri ketika cemas saat berbicara di depan kelas

### **Tindakan Siklus II**

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan. Terlihat bahwa peningkatan perilaku percaya diri Siswa GH kelas XI RPL 3 SMK TI Bali Global Denpasar Tahun Ajaran 2023/2024 setelah dilakukannya tindakan siklus ke II mengalami peningkatan yang signifikan. Siswa GH pada pelaksanaan siklus I memperoleh skor 84 yang masih terkategori cukup tinggi sehingga dilaksanakan kembali tindakan siklus II yang membuahkan hasil peningkatan skor sebanyak 98 dalam terkategori cukup tinggi walaupun kategori pada siklus I dan siklus II masih dalam kategori yang sama namun skor yang diperoleh

berbeda baik secara skor maupun peningkatan persentase di siklus I peningkatan sebesar 10,3% dan di siklus ke II ini menunjukkan persentase sebesar 65,33% dengan demikian dapat dilihat bahwa implemetasi konseling behavioral dengan teknik penguatan positif dapat meningkatkan perilaku percaya diri siswa GH.



**Grafik 1.**  
**Data awal, siklus I, Siklus II**  
**Peningkatan Perilaku**  
**Percaya Diri**

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan pembahasan pada bab sebelumnya dan hasil penelitian mengenai implementasi konseling behavior dengan teknik penguatan positif untuk meningkatkan perilaku percaya diri siswa SMK TI Bali Global Denpasar Tahun ajaran 2023/2024, maka penulis memberikan kesimpulan bahwa :

1.Implementasi konselin behavioral dengan teknik penguatan positif pada siswa kelas XI RPL SMK TI Bali Global Denpasar Tahun Pelajaran 2023/2024

sudah diterapkan, hal ini diketahui dengan konseling yang rutin dilakukan untuk memecahkan masalah siswa dan siswa dapat meningkatkan perilaku percaya diri

2.Mengimplementasikan konseling behavior dengan teknik penguatan positif dapat mengatasi perilaku percaya diri siswa dapat dilihat terjadinya perubahan pada perilaku siswa yan sudah dapat meningkatkan perilaku percaya diri

3.Siswa GH yang pra tindakan mendapatkan skor 76 dengan persentasi 50,6% yang terkategori rendah setelah dilakukannya tindakan siklus 1 mendapatkan skor 84 dengan persentasi peningkatan sebanyak 56% yang terkategori cukup tinggi, adapun setelah dilaksanakan siklus II mendapatkan skor 98 dengan persentasi 65,3% yang terkategori cukup baik. Walaupun kategori di siklus I dan siklus II mendapatkan kategori yang sama yaitu cukup baik namun persentasi menunjukkan perubahan peningkatan perilaku percaya diri siswa

### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitia yang telah dilakukan dan kesimpulan ynag dapat diuraikan di atas, adapun saran ynag disampaikan sebagi berikut :

1. Bagi Siswa

Melalui hasil penelitian yang telah dilaksanakan, diharapkan siswa dapat memanfaatkan serta mengimplementasikan layanan konseling

behavioral dengan teknik penguatan positif

## 2. Bagi Guru

Diharapkan guru mampu memanfaatkan hasil penelitian yang telah dilakukan sebagai bahan perbandingan atau dapat digunakan sebagai pedoman untuk mengatasi permasalahan perilaku percaya diri

## 3. Bagi Sekolah

Peneliti mengharapkan penelitian ini dapat bermanfaat bagi pihak sekolah sebagai masukan dalam penyusunan program untuk dapat meningkatkan perilaku percaya diri dan diharapkan adanya jam mengajar kepada Guru BK di sekolah

## 4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya agar hasil penelitian dapat digunakan sebagai dasar pengembangan atau pedoman untuk peneliti berikutnya atau sejenis

## Daftar Rujukan

1261-Article Text-4606-1-10-20210826.  
(n.d.).

Artikel, I., KEPERCAYAAN DIRI SISWA Zulfriadi Tanjung, M., & Huri Amelia, S. (2017). *Electronic) JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia*. 2(2), 1–4. <http://jurnal.iicet.org/index.php/jrti>

Asri, N. L., Suarni, N. K., Arum, D., Jurusan, W., & Konseling, B. (2014). EFEKTIVITAS KONSELING BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK POSITIVE REINFORCEMENT UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA

DIRI DALAM BELAJAR PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 2 SINGARAJA TAHUN PELAJARAN 2013/2014. In *Ejournal Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling* (Vol. 2, Issue 1).

Asrul, O. :, Alang, H., Bimbingan, J., Islam, P., Dakwah, F., Uin, K., & Makassar, A. (n.d.). *TEKNIK PELAKSANAAN TERAPI PERILAKU (BEHAVIOUR)*.

[https://www.google.com/amp/s/sindyarsita.wordpress.com/2013/04/29/behavior-therapy/amp/ayom\(m ali\)](https://www.google.com/amp/s/sindyarsita.wordpress.com/2013/04/29/behavior-therapy/amp/ayom(m%20ali)). (n.d.).

*BAB II TINJAUAN PUSTAKA 2.1 Kepercayaan Diri 2*. (n.d.).

Dewa, O. :, & Sudyana, K. (n.d.). *KONSELING BEHAVIORAL DAN PENGUATAN POSITIF DALAM MENINGKATKAN PERILAKU SOSIAL PESERTA DIDIK*.

Hulu, J. J., & Laoli, J. K. (2023). Pengaruh Teknik Reinforcement Terhadap Perilaku Off-Task Behavior Siswa SMK Swasta Kristen BNKP Gunungsitoli. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 4(2), 743–753.

<https://doi.org/10.54373/imeij.v4i2.270>

Putri, D., Bimbingan, S., Konseling, D., Nursalim, M., & Dan, B. (n.d.). *KONSELING INDIVIDU TEKNIK KONTRAK PERILAKU UNTUK MENGURANGI PERILAKU OFF TASK SISWA KELAS VII-D SMP NEGERI 2 GRESIK*.

Ulfa<sup>1</sup>, M., Satria, W., Tanod<sup>3</sup>, J., Pgri,  
<sup>123</sup>stkip, & Lampung, B. (n.d.). *Jurnal  
Ilmiah Mahasiswa Program Bimbingan  
dan Konseling STKIP PGRI Bandar  
Lampung*. <http://eskripsi.stkipgribl.ac.id/>

(1261-Article Text-4606-1-10-20210826,  
n.d.)

Suastini, N. W. ., & Dwiyani, K. (2021).  
PENERAPAN KONSELING  
BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK  
PENGUATAN POSITIF UNTUK  
MENINGKATKAN MINAT  
MEMBACA SISWA KELAS VII SMP  
NEGERI 3 SEMARAPURA TAHUN  
PELAJARAN 2020/2021. *Jurnal  
Bimbingan Dan Konseling: Kajian Dan  
Aplikasi*, 11(12), 23-29.

<https://doi.org/10.59672/jbk.v11i12.1261>

Karpika, I. P. ., & Wijayanti, N. luh P. A.  
(2021). PENERAPAN KONSELING  
BEHAVIORAL UNTUK  
MENINGKATKAN MINAT BELAJAR  
SISWA KELAS XII MIPA 2 SMA  
NEGERI 1 MENGWI BADUNG TAHUN  
2020/2021. *Jurnal Bimbingan Dan  
Konseling: Kajian Dan Aplikasi*, 11(12), 1-  
8.

<https://doi.org/10.59672/jbk.v11i12.1257>

Asri, Ni L., et al. "Efektivitas Konseling

Sri Rochani, Mulyani. 2021. Metodologi  
Penelitian. Bandung. Widina Bhakti  
Persada Bandung.

Behavioral dengan Teknik Positive  
Reinforcement untuk Meningkatkan Rasa  
Percaya Diri dalam Belajar pada Siswa  
Kelas VIII SMP Negeri 2 Singaraja Tahun  
Pelajaran 2013/2014." *Jurnal Ilmiah  
Bimbingan Konseling Undiksha*, vol. 2, no.  
1, 2014.

Supriyanto, A. (2012). MENGATASI  
PERILAKU TERLAMBAT DATANG  
KE SEKOLAH MELALUI LAYANAN  
KONSELING INDIVIDUAL  
PENDEKATAN BEHAVIORISTIK  
DENGAN TEKNIK BEHAVIOR  
SHAPING DI SMP NEGERI 19  
SEMARANG TAHUN AJARAN  
2011/2012. *Indonesian Journal of  
Guidance and Counseling: Theory and  
Application*, 1(1).

<https://doi.org/10.15294/ijgc.v1i1.1077>

Nur Fadhilah Umar, Abdul Saman. 2020.  
E-Modul Konseling Behavioral.  
Makassar.

Zahwa Juhi, Komaruddin, xhila Jannati.  
2023. Konseling Individu Dengan Teknik  
Self Management Untuk Mengurangi  
Perilaku Agresif Pada Santri. *Educational  
Journal* (Vol.3).

