

## Efektifitas Teknik Modeling Dan *Self Management* Terhadap *Self-Affiliation* Ditinjau Dari Jenis Kelamin Siswa

<sup>1</sup>Petrisia Anas Waluwandja, <sup>2</sup>Yenssy Marvilen Fanggaldae

<sup>1</sup>Bimbinnan dan Konseling, Universitas Persatuan Guru 1945 NTT

<sup>2</sup>Pendidikan Bahasa Inggris, Universitas Persatuan Guru 1945 NTT

Email: [wpetrisia@gmail.com](mailto:wpetrisia@gmail.com)

**Abstrack:** Penelitian bertujuan untuk mengetahui perbedaan *self-affiliation* siswa kelas X SMA PGRI Swasta Kupang berdasarkan teknik modeling dan *self-manajement*, jenis kelamin, dan interaksi teknik modeling dan *self-management* dengan jenis kelamin dalam menentukan kebutuhan afiliasi diri siswa. Metode penelitian yang digunakan adalah *Quasi Eksperimen* dengan rancangan penelitian *Two Factor Design* atau sering disebut desain faktorial 2 X 2. Populasi penelitian adalah semua siswa kelas X SMA PGRI Swasta Kupang yang berjumlah 423 siswa, dengan sampel 100 siswa. Setiap *single group* terdiri dari 25 siswa dimana setiap group dibagi ke dalam kelompok pria dan wanita. Teknik pengambilan sampel menggunakan simple random sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) tidak ada perbedaan afiliasi diri siswa kelas X SMA Swasta PGRI Kupang berdasarkan teknik modeling dan *self management*; (2) tidak ada perbedaan afiliasi diri siswa kelas X SMA Swasta PGRI Kupang berdasarkan jenis kelamin siswa; dan (3) tidak ada interaksi teknik modeling dan *self management* dengan jenis kelamin siswa dalam menentukan kebutuhan afiliasi diri siswa kelas X SMA Swasta PGRI Kupang.

**Kata kunci:** konseling kelompok behavioral, teknik modeling, *self-management*, *self-affiliation*, jenis kelamin

**Abstract:** This research aims to determine the difference of self-times students of grade X SMA Swasta PGRI Kupang based on modeling and self-management techniques, gender, and interaction of modeling and self-management techniques with gender in Student's self-affiliation needs. The research method used is the Quasi-experiment with the two-factor design research plan or often called 2 X 2 factorial design. The population of this study is all students of grade X private school SMA PGRI Kupang, which amounted to 423 students, with samples of 100 students. Every single group consists of 25 students where each group is divided into male and female groups. Sampling techniques using simple random sampling. The results showed that: (1) There is no difference of self-affiliation students of grade X SMA Swasta PGRI Kupang based on modeling and self management techniques; (2) There is no difference of self-affiliated students of grade X SMA Swasta PGRI Kupang based on students' gender; and (3) No interaction of modeling and self-management techniques with the gender of students in determining the need of self-affiliated students of grade X SMA Swasta PGRI Kupang.

**Keyword:** behavioral group counseling, modeling technique, self-management, self-affiliation, gender

Ini adalah artikel dengan akses terbuka dibawah licenci CC BY-NC-4.0

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)



## PENDAHULUAN

Kebutuhan untuk bersekutu dengan orang lain, setia dan patuh kepada teman, berpartisipasi aktif dalam kelompok kekeluargaan, melakukan sesuatu bagi teman-teman, membentuk persahabatan baru, merupakan aspek-aspek penting dari *self-affiliation* dari seseorang (Dharsana, 2014). *Self-affiliation* menunjuk kepada keinginan untuk mengalami kepuasan interpersonal dan kehangatan dari hubungan antara manusia (Ahadzadeh, Wei, Sharif, & Emami, 2014). Atau dengan kata lain *self-affiliation* adalah kebutuhan seseorang untuk selalu bisa bekerjasama dan berpartisipasi aktif dengan orang lain dan kebutuhan akan dukungan dan kehangatan dalam hubungan dengan orang lain yang bersekutu, setia dan patuh kepada teman dan mudah untuk menjalin persahabatan dengan teman yang baru (Agus & I Ketut, 2014).

Pada kenyataannya kebutuhan ber*affiliasi* dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang menyebabkan terjadinya kesenjangan sosial antara siswa satu dengan siswa yang lainnya. Salah satu faktor penyebabnya adalah jenis kelamin. Halpern (Friedman, dkk., 2016) juga berpendapat bahwa anak laki-laki mempunyai kemampuan yang lebih baik sedangkan anak perempuan lebih mahir dalam mengerjakan tugas-tugas membaca dan menulis. Perempuan dideskripsikan sebagai makhluk yang emosional, berwatak pengasuh, mudah menyerah, komunikatif, mudah bergaul dan lemah, subjektif, pasif dan mudah dipengaruhi. Sedangkan laki-laki dideskripsikan sebagai makhluk yang rasional, mandiri, agresif, dominan, berorientasi pada prestasi, dan aktif. Faktor lain yang mempengaruhi berkaitan dengan pola asuh pola asuh orang tua dan lima faktor kepribadian, yaitu: *extraversion*; *agreeableness*; *conscientiousness*; *neuroticism/emotional stability*; dan *openness to experience* (Dami & Curniati, 2018). Sedangkan sejalan dengan penelitian tersebut, penelitian yang dilakukan oleh Oetami (2011) mengenai orientasi kebahagiaan remaja menunjukkan bahwa peristiwa yang membuat paling bahagia bagi remaja laki-laki adalah peristiwa yang berhubungan dengan prestasi, spiritualitas, teman, dan waktu luang, sedangkan bagi remaja perempuan adalah peristiwa yang berhubungan dengan keluarga, mencintai dan dicintai, serta uang. Dengan demikian terlihat bahwa laki-laki dan perempuan memiliki perkembangan fisik

dan emosi yang berbeda, masing-masing dari mereka memiliki persepsi tersendiri terhadap pemenuhan kebutuhan dalam diri. Tidak terkecuali pada pemenuhan kebutuhan *self-affiliation* antara laki-laki dan perempuan (Muqodas, 2012).

Berdasarkan pengamatan peneliti pada siswa di kelas X SMA PGRI Swasta Kupang, peneliti menemukan beberapa kepribadian yang ditunjukkan melalui cara berperilaku, bertindak, dan berpikir selama proses pembelajaran di kelas. Dari dua kelas yang peneliti amati, ternyata banyak siswa yang menunjukkan sikap kurang bisa bergaul seperti bertengkar dengan orang lain, berkianat kepada teman, acuh dengan kelompok tanpa melakukan sesuatu dengan teman-temannya dan juga suka mencari gara-gara. Namun juga ada beberapa siswa yang menunjukkan perilaku mudah bergaul, aktif dengan diskusi kelompok, membantu teman yang mengalami kesulitan. Siswa juga mau melakukan sesuatu bagi teman-temannya dan juga bersahabat dengan teman-temannya di kelas sehingga siswa tersebut dikatakan memiliki *self-affiliation*. Menurut McClelland (dalam Robbins & Judge, 2008) siswa seperti ini akan berjuang berjuang keras untuk persahabatan, lebih menyukai situasi kooperatif daripada situasi kompetitif dan sangat menginginkan hubungan yang melibatkan derajat pemahaman timbal balik yang tinggi.

Secara khusus peneliti mengamati gejala perilaku siswa terkait *self-affiliation*, seperti siswa terlihat mempengaruhi temannya untuk mengerjakan tugas, serta mudah menyakinkan temannya untuk belajar bersama dan mendekati teman karena selalu belajar bersama. Siswa juga mudah menyakinkan teman karena kepandaiaannya dan juga mudah untuk memperoleh kepercayaan dari temannya. Siswa juga ada yang terlihat memiliki hubungan yang baik dengan warga sekolah, suka menyapa teman terlebih dahulu, mudah mengajak temannya bermain bersama dan juga menyapa temannya terlebih dahulu saat bertemu, kemudian siswa juga mudah bergaul dengan kakak tingkatnya dan guru-gurunya sehingga siswa mudah dipercaya oleh guru. Dalam konteks ini siswa memiliki kesadaran sosial dan psikologis yang mendalam yang kemudian menimbulkan dorongan yang kuat akan pentingnya pergaulan (Ali & Asrori, 2010), bahkan menurut Baumeister & Leary (1995), siswa yang memiliki kebutuhan untuk membina hubungan dengan individu lain (afiliasi) dan

diterima oleh individu di lingkungan sekitar dihipotesiskan sebagai kebutuhan psikologis yang mendasar, sama seperti lapar dan haus bagi kebutuhan fisik, sehingga siswa tersebut akan membentuk dan memelihara hubungan interpersonal yang signifikan dan positif.

Selain itu beberapa siswa juga menunjukkan perilaku jarang mendekati teman-temannya dan sulit bergaul. Siswa juga sulit memperoleh kepercayaan dari teman dan gurugurunya. Saat berdiskusi siswa juga nampak sulit untuk mempengaruhi dan menyakinkan teman karena banyak diam, diluar kelas siswa juga sulit untuk mendekati temannya karena sulit untuk membalas senyuman dari temannya. Siswa juga sulit dipercaya guru untuk diserahi tugas-tugas belajar, sulit menyakinkan teman untuk mengerjakan tugas. Di sisi lain juga ada siswa yang menunjukkan sikap seperti siswa yang kurang bisa bergaul seperti bertengkar, berkianat kepada teman, acuh tanpa melakukan sesuatu dengan teman-temannya dan suka mencari gara-gara, siswa terlihat tidak peduli (cuek) dengan lingkungan sekitarnya, dan siswa menunjukkan sikap enggan dan antipati untuk menceritakan pengalaman pribadinya di depan orang banyak bahkan selama pembelajaran berlangsung, serta tidak suka menjadi pusat perhatian orang lain. Dalam hal ini siswa yang jenis kelaminnya perempuan lebih mendominasi rendahnya pemenuhan kebutuhan *afiliasi* sebab kebanyakan siswa perempuan cenderung pasif pendiam dan cuek dengan keadaan sekitarnya sehingga jarang mau mendekati teman-temannya dikelas, mereka cenderung lebih suka berdiam diri di kelas ataupun diluar kelas tanpa melakukan aktivitas apapun. Berdasarkan gejala perilaku yang ditunjukkan oleh siswa di atas, maka dapat dikatakan bahwa siswa tersebut perlu memenuhi kebutuhan bersekutu dengan orang lain (*self-affiliation*).

Pemenuhan kebutuhan afiliasi dapat diatasi melalui teknik-teknik konseling yang memadai dan tepat. Peneliti akan menggunakan teknik modeling, karena dengan teknik tersebut, siswa dapat melihat secara langsung dan mempelajari perilaku yang harus ia ubah melalui perilaku nyata yang dimiliki oleh seorang model.

Teknik modeling mengubah tingkah laku lama yaitu dengan meniru tingkah laku model yang tidak diterima sosial akan tingkah model itu dikanjar atau dihukum (Rochayatun, 2015). Teknik modeling juga lebih dari sekedar mencocokkan perilaku dari orang lain,

melainkan merespresentasikan secara simbolis suatu informasi dan menyimpannya untuk digunakan dimasa depan (Sylviana, Rosra, & Rahmayanthy, 2014). Hasil penelitian membuktikan bahwa teknik modeling merupakan salah satu alternatif yang dapat dipilih untuk diterapkan dan terus dikembangkan dalam rangka meningkatkan karakter toleransi siswa (Hanim & Badrudjaman, 2013).

Teknik kedua yang digunakan dalam penelitian ini adalah *self-management*. *self-management* adalah suatu proses dimana konseli mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri, dengan menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi (Nursalim, dalam Muratama, 2018). Teknik ini berkaitan dengan perilaku dengan orang lain, baik itu perilaku yang mengganggu orang lain dan diri sendiri, perilaku yang sering muncul tanpa diprediksi waktu kemunculannya sehingga kontrol dari orang lain menjadi kurang efektif, perilaku sasaran berbentuk verbal dan berkaitan dengan evaluasi diri dan kontrol diri, maupun tanggung jawab atas perubahan atau pemeliharaan tingkah laku adalah tanggung jawab konseli (Sukadji (dalam Komalasari, Wahyuni & Karsih, 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Kessler & Liddy (2017) dijelaskan bahwa implikasi dalam praktik melalui penggunaan program pengelolaan diri (*self-management*) sangat menjanjikan dalam penanganan rehabilitasi terhadap penetapan tujuan, dan pemecahan masalah pada masalah dewasa ini. Hal ini mengidikasikan bawah teknik *self management* sangat tepat untuk meningkatkan afiliasi diri siswa.

Pemberian strategi *modeling* dan *self-management* ini dilakukan untuk membandingkan dan melihat sejauh mana keefektifan strategi yang peneliti berikan terhadap *self-affiliation* siswa yang ditinjau dari jenis kelamin siswa. Sebab antara siswa yang berjenis kelamin perempuan dan laki-laki memiliki perbedaan tingkah laku dan emosi yang berbeda, masing-masing dari mereka memiliki persepsi tersendiri terhadap pemenuhan kebutuhan bersekutu dan bekerjasama dengan orang lain.. Selain itu juga cara mereka memenuhi kebutuhan tergantung pada persepsi diri terhadap suatu hal sehingga berpengaruh pada perilaku yang ditunjukkan. Hal ini ditandai dengan persentase tingkat pemenuhan kebutuhan antara perempuan dan laki-laki. Akankah siswa yang perempuan mendominasi pemenuhan *self-affiliation* dari

pada siswa laki-laki atau bahkan sebaliknya. Berdasarkan pemaparan, pemikiran, serta fakta yang terjadi di lapangan, peneliti mengangkat tema tentang *self-affiliation* yang akan ditingkatkan menggunakan teknik *modeling* dan strategi *self-management* dalam model Konseling Kognitif Behavioral. Kedua teknik atau strategi ini akan diuji keefektifitasannya terhadap *self-affiliation* yang ditinjau dari jenis kelamin siswa. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan *self-affiliation* menggunakan teknik modeling dan strategi *self-management* dalam model Konseling Kognitif Behavioral ditinjau dari jenis kelamin.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen, mengingat tidak semua variabel dan kondisi eksperimen dapat diatur dan dikontrol secara ketat, sehingga penelitian ini dikategorikan penelitian semu (*Quasi Eksperimen*). Eksperimen adalah suatu cara mentreatment variabel terikat dengan disiapkan pedoman berupa langkah-langkah eksperimen.

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *Two Factor Design* atau sering disebut desain faktorial 2 X 2. Dantes (2012), menyatakan bahwa dalam desain faktorial 2 X 2, perlakuan disusun sedemikian rupa sehingga setiap individu dapat menjadi subyek secara bersamaan dalam dua faktor yang berbeda, yang setiap fokusnya terdiri atas beberapa level. Dalam rancangan penelitian ini skor yang digunakan untuk mengetahui *self affiliasi* siswa kelas X adalah skor *posttes* saja yang dilakukan pada akhir eksperimen. Adapun rancangan penelitiannya adalah sebagai berikut:

A1 : Kelompok siswa yang mengikuti konseling kognitif behavioral dengan teknik *modeling*.

A2 : Kelompok siswa yang mengikuti konseling kognitif behavioral dengan *strategi self managemet*.

B : Kelompok siswa yang berjenis kelamin laki-laki.

B2: Kelompok siswa yang berjenis kelamin perempuan

A1B1: Kelompok siswa yang mengikuti konseling behavioral dengan teknik *modeling* dan

berjenis kelamin laki-laki .

A1B2: Kelompok siswa yang mengikuti konseling kognitif behavioral dengan teknik

*modeling* dan berjenis kelamin perempuan .

A2B1: Kelompok siswa yang mengikuti konseling kognitif behavioral dengan strategi *self managemet* dan berjenis kelamin laki-laki.

A2B2: Kelompok siswa yang mengikuti konseling kognitif behavioral dengan strategi *self-managemet* dan berjenis kelamin perempuan

Pemilihan rancangan analisis ini disesuaikan dengan data yang diharapkan, yaitu perbedaan *self-affiliation* sebagai akibat perlakuan yang diberikan. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah *self-affiliation*. Sebagai variabel bebas adalah Model Konseling Kognitif Behavioral, yang dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu Model Konseling Kognitif Behavioral Teknik *Modeling* (A1) dan Model Konseling Kognitif Behavioral Strategi *Self-managemet* (A2). Sebagai variabel moderator adalah jenis kelamin (B), yang dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu jenis kelamin laki-laki (B1) dan jenis kelamin perempuan (B2). Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan analisis varians dua jalan (ANAVA 2X2). Untuk menguji, terlebih dahulu dilakukan analisis data yang dikumpulkan. Ada tiga tahap dalam menganalisis data penelitian ini yakni: (a) deskripsi data, (b) pengujian persyaratan analisis, dan (c) pengujian hipotesis. Populasi dari penelitian ini adalah semua siswa kelas X SMA PGRI Swasta Kupang yang berjumlah 423 siswa, dengan sampel 100 siswa. Setiap *single group* terdiri dari 25 siswa dimana setiap group dibagi ke dalam kelompok pria dan wanita. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah afiliasi diri Siswa Kelas X SMA Swasta PGRI Kupang dengan menggunakan Konseling Kognitif Behavioral dengan Teknik Modeling dan Strategi *Self-Management* ditinjau dari jenis kelamin. Adapun deskripsi afiliasi diri siswa dapat dilihat pada tabel 1.1

**Tabel 1.** Deskripsi Afiliasi Diri Siswa Menggunakan Teknik Modeling dan *Self Managemet* Ditinjau dari Jenis Kelamin

| Descriptive Statistics            |               |        |                |     |
|-----------------------------------|---------------|--------|----------------|-----|
| Dependent Variable: afiliasi diri |               |        |                |     |
| Kognitif behavioral               | Jenis Kelamin | Mean   | Std. Deviation | N   |
| Modeling                          | Laki-laki     | 135.76 | 6.616          | 25  |
|                                   | – Perempuan   | 134.32 | 10.423         | 25  |
|                                   | Total         | 135.04 | 8.671          | 50  |
| Self Management                   | Laki-laki     | 138.04 | 8.463          | 25  |
|                                   | – Perempuan   | 133.40 | 12.487         | 25  |
|                                   | Total         | 135.72 | 10.814         | 50  |
| Total                             | Laki-laki     | 136.90 | 7.606          | 50  |
|                                   | – Perempuan   | 133.86 | 11.393         | 50  |
|                                   | Total         | 135.38 | 9.757          | 100 |

Berdasarkan tabel 1 ditemukan hasil afiliasi diri siswa setelah menerima perlakuan konseling kognitif behavioral dengan teknik modeling dan *self management* ditinjau dari jenis kelamin dengan rincian 25 siswa berjenis kelamin laki-laki dan 25 siswa berjenis kelamin perempuan untuk setiap teknik, baik itu modeling maupun *self management*, sehingga jumlah 50 siswa untuk teknik modeling dan 50 siswa untuk *self management* dengan total 100 siswa yang dilibatkan dalam penelitian ini. Nilai rerata pada teknik modeling untuk laki-laki

135.76 dan perempuan 134.32, sedangkan standar deviasi laki-laki 6.616 dan perempuan 10.423. Nilai rerata pada teknik *self management* untuk laki-laki 138.04 dan perempuan 133.40, sedangkan standar deviasi laki-laki 8.463 dan perempuan 12.487.

Distribusi frekuensi afiliasi diri pada kelompok siswa dengan menggunakan teknik modeling dapat dilihat melalui tabel 2 dan yang menggunakan teknik *self management* pada tabel 3.

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Afiliasi Diri Siswa Kelompok Modeling

| Kategori      | Range      | N  | %    |
|---------------|------------|----|------|
| Sangat Tinggi | 4,21 – 5,0 | 18 | 36%  |
| Tinggi        | 3,41 – 4,2 | 32 | 64%  |
| Sedang        | 2,61 – 3,4 | 0  | 0%   |
| Rendah        | 1,81 – 2,6 | 0  | 0%   |
| Sangat Rendah | 1,00 – 1,8 | 0  | 0%   |
| Total         |            | 50 | 100% |

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi Afiliasi Diri Siswa Kelompok *Self Management*

| Kategori      | Range      | N  | %    |
|---------------|------------|----|------|
| Sangat Tinggi | 4,21 – 5,0 | 23 | 46%  |
| Tinggi        | 3,41 – 4,2 | 26 | 52%  |
| Sedang        | 2,61 – 3,4 | 1  | 2%   |
| Rendah        | 1,81 – 2,6 | 0  | 0%   |
| Sangat Rendah | 1,00 – 1,8 | 0  | 0%   |
| Total         |            | 50 | 100% |

Dari tabel 2 di atas diketahui bahwa afiliasi diri siswa siswa Kelas X SMA Swasta PGRI Kupang setelah memperoleh konseling kognitif behavioral teknik modeling mengarah dari Tinggi ke sangat tinggi. Tepatnya yaitu 36% siswa memiliki afiliasi diri pada kategori sangat tinggi, dan sebesar 64% pada kategori

tinggi. Sedangkan tabel 3 di atas dapat dilihat bahwa 46% siswa/siswi memiliki afiliasi diri pada kategori sangat tinggi, sebesar 52% pada kategori tinggi, dan 2% pada kategori sedang.

Pengujian hipotesis dilakukan dengan memperhatikan terlebih dahulu uji prasyarat, yaitu uji normalitas dan homegenitas data.

Kedua uji ini dilakukan dengan bantuan *Statistical Packages for Social Sciences* (SPSS)

versi 18. Berikut ini, hasil uji normalitas pada tabel 4 dan homogenitas pada tabel 5.

**Tabel 4.** Hasil Uji Normalitas Afiliasi Diri Siswa

|                                       | Tests of Normality              |     |      |              |     |      |
|---------------------------------------|---------------------------------|-----|------|--------------|-----|------|
|                                       | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |     |      | Shapiro-Wilk |     |      |
|                                       | Statistic                       | df  | Sig. | Statistic    | df  | Sig. |
| Standardized Residual for Afiliasi    | .083                            | 100 | .083 | .981         | 100 | .161 |
| a. Lilliefors Significance Correction |                                 |     |      |              |     |      |

**Tabel 5.** Hasil Uji Homogenitas Afiliasi Diri Siswa

| Levene's Test of Equality of Error Variances <sup>a</sup>   |     |     |      |
|---|-----|-----|------|
| Dependent Variable: afiliasi diri   |     |     |      |
| F   | df1 | df2 | Sig. |
| 3.627   | 3   | 96  | .016 |
| Tests the null hypothesis that the error variance of the dependent variable is equal across groups. |     |     |      |
| a. Design: Intercept + Teknik + Kelamin + Teknik * Kelamin  |     |     |      |

Berdasarkan tabel 4 diatas, hasil analisis menunjukkan bahwa nilai signifikan dari perhitungan *Kolmogorov-Smirnov* lebih tinggi dari 0,05, yakni 0.083. Hal ini berarti data afiliasi diri siswa berdistribusi normal. Sedangkan berdasarkan *output* tabel 5 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.016. Oleh karena nilai nilai sig. 0.016 > 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa varian variabel afiliasi diri

siswa adalah homogen, sehingga homogenitas dalam uji *two way anova* terpenuhi. Sesuai dengan hasil uji normalitas dan homogenitas, maka uji prasyarat telah terpenuhi dan dapat dilanjutkan dengan melakukan uji hipotesis. Selanjutnya, hasil pengujian hipotesis pertama dan kedua dilakukan dengan tehnik analisis variansi (ANAVA) dua arah dengan interaksi. Hasilnya dapat dilihat pada tabel 6.

**Tabel 6.** Hasil Uji ANAVA Afiliasi Diri Siswa

| Tests of Between-Subjects Effects               |                         |     |             |           |      |
|---|-------------------------|-----|-------------|-----------|------|
| Dependent Variable: afiliasi diri               |                         |     |             |           |      |
| Source  | Type III Sum of Squares | df  | Mean Square | F         | Sig. |
| Corrected Model                                 | 306.600 <sup>a</sup>    | 3   | 102.200     | 1.076     | .363 |
| Intercept                                       | 1832774.440             | 1   | 1832774.440 | 19294.563 | .000 |
| Teknik  | 11.560                  | 1   | 11.560      | .122      | .728 |
| Kelamin   | 231.040                 | 1   | 231.040     | 2.432     | .122 |
| Teknik * Kelamin                                | 64.000                  | 1   | 64.000      | .674      | .414 |
| Error   | 9118.960                | 96  | 94.989      |           |      |
| Total   | 1842200.000             | 100 |             |           |      |
| Corrected Total                                 | 9425.560                | 99  |             |           |      |
| a. R Squared = .033 (Adjusted R Squared = .002) |                         |     |             |           |      |

Berdasarkan tabel 6 terlihat bahwa hasil uji hipotesis pertama menunjukkan bahwa nilai

signifikan 0.728>0,05. Kesimpulannya, tidak ada perbedaan afiliasi diri siswa Kelas X SMA

Swasta PGRI Kupang menggunakan teknik modeling dan *self management*. Sedangkan untuk jenis kelamin diperoleh nilai signifikansi  $0,122 > 0,05$ , sehingga tidak ada perbedaan afiliasi diri siswa Kelas X SMA Swasta PGRI Kupang ditinjau dari jenis kelamin, baik itu laki-laki maupun perempuan dalam teknik modeling dan *self management*. Jikalau dilihat dari hasil uji interaksi, ditemukan nilai signifikansi  $0,414 > 0,05$ , artinya tidak ada perbedaan afiliasi diri siswa dengan menggunakan teknik modeling dan *self management* ditinjau dari jenis kelamin.

Oleh karena hasil penelitian menunjukkan tidak ada perbedaan ( $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak), maka dalam penelitian ini tidak dapat dilakukan uji lanjut dengan uji Tukey untuk mengetahui perbedaan rerata afiliasi diri siswa dengan menggunakan teknik modeling dan *self management* ditinjau dari jenis kelamin siswa Kelas X SMA Swasta PGRI Kupang (A1B1, A1B2, A2B1 & A2B2).

## Pembahasan

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan afiliasi diri siswa kelas X SMA Swasta PGRI Kupang setelah menerima konseling kognitif behavioral dengan teknik modeling dan *self-management* ditinjau dari jenis kelamin. Hasil uji hipotesis juga menemukan tidak ada perbedaan afiliasi diri siswa berdasarkan jenis kelamin siswa. Sedangkan Hasil uji terakhir menunjukkan tidak ada interaksi teknik modeling dan *self-management* dengan jenis kelamin siswa dalam menentukan kebutuhan afiliasi diri siswa kelas X SMA Swasta PGRI Kupang.

Berdasarkan data empiris, siswa kelas X SMA Swasta PGRI Kupang yang telah menerima konseling kognitif behavioral dengan teknik modeling (36% sangat tinggi & 64% tinggi) dan *self-management* (46% sangat tinggi & 52% tinggi) berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa ada penerapan teknik modeling dan *self-management* memberi dampak yang signifikan terhadap para siswa. Siswa dengan kebutuhan afiliasi yang kuat mempunyai keinginan untuk membangun dan mempertahankan hubungan yang hangat dan bersahabat dengan orang lain (McClelland dalam Baron, & Byrne, 2003). Keinginan untuk membangun hubungan persahabatan diiringi dengan mencari persetujuan dengan orang lain dan menghindari

konflik. McClelland mengemukakan karakteristik individu dengan kebutuhan afiliasi yang kuat, di antaranya adanya tampil lebih baik jika ada insentif yang mengarah pada afiliasi, mempertahankan hubungan, kerjasama, konformitas, dan menghindari konflik, tingkah laku kepemimpinan yang kurang serta rasa takut akan penolakan. Hal ini juga menunjukkan bahwa siswa mempunyai keinginan yang tinggi untuk menjalin hubungan dengan orang lain dan berinteraksi sosial. Kecenderungan siswa untuk mencari lingkungan baru dan memperbanyak teman secara otomatis membuat siswa dengan kebutuhan afiliasi tinggi lebih banyak berinteraksi dengan orang lain atau senang bergaul. Sesuai dengan pendapat McClelland (dalam Herfina & Ari, 2013) orang yang mempunyai kebutuhan afiliasi tinggi lebih suka bersama orang lain daripada sendirian, sering berinteraksi dengan orang lain, ingin disukai dan diterima oleh orang lain, menyenangkan hati orang lain, menunjukkan dan memelihara sikap setia terhadap teman, dan mencari persetujuan dan kesepakatan orang lain.

Hasil dari observasi partisipasi peneliti juga terlihat siswa yang telah menerima konseling kognitif behavioral dengan teknik modeling dan *self-management* telah mudah bergaul dan senang berinteraksi dengan siswa lain, bahkan dengan guru, pegawai dan satpam. Salah satu tugas perkembangan remaja yang disampaikan Hurlock (1980) bahwa remaja harus mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok atau teman sebaya yang berlainan jenis. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kebutuhan afiliasi siswa yang tinggi menunjukkan siswa ingin memenuhi tugas perkembangan masa remajanya untuk membangun hubungan dan interaksi sosial yang baik dengan teman sebaya maupun orang lain. Hasil penelitian menunjukkan bahwa walaupun tidak ada perbedaan afiliasi diri siswa yang telah menerima perlakuan dengan teknik modeling dan *self-management*, tetapi kedua teknik ini telah memberikan sumbangsih yang signifikan dalam meningkatkan kebutuhan afiliasi diri siswa. Teknik modeling menunjukkan terjadinya proses belajar melalui pengamatan terhadap orang lain dan perubahan terjadi melalui peniruan. Peniruan berarti bahwa perilaku orang lain yang diamati. Proses belajar melalui pengamatan menunjukkan terjadinya proses belajar setelah mengamati perilaku pada orang lain, yaitu dengan penokohan nyata dengan mengubah tingkah laku lama dengan tingkah

laku baru dengan meniru tingkah laku model (Damayanti & Aeni, 2016). Melalui teknik modeling dapat secara efektif meningkatkan kebutuhan afiliasi diri siswa karena siswa dapat mempeleajari secara langsung contoh-contoh perilaku dari model yang mencerminkan afiliasi diri. Hal ini sesuai dengan pernyataan yang disampaikan oleh Yusuf mengenai salah satu faktor yang dapat mempengaruhi karakter, yaitu identifikasi (mengidentifikasi dan meniru penampilan atau tingkah laku moral seseorang yang menjadi idolanya) (Astiasari, Hanim, & Badrudjaman, 2015). Teknik modeling dapat juga diterapkan secara cyber-counseling, karena *cyber-counseling* lebih efektif dibandingkan *face-to-face counseling* (Dami & Waluwandja, 2019).

Adapun tahapan yang terdapat dalam teknik modeling dapat membuat siswa lebih lekat terhadap karakter kebutuhan afiliasi diri, karena terdiri dari proses atensi, retensi, motor reproduksi, serta penguatan dan motivasi. Pada tahap atensi, responden dapat mempelajari apa yang dimaksud dengan kebutuhan afiliasi diri melalui membahas studi kasus yang diberikan oleh peneliti. Pada tahap retensi, responden dapat membentuk perasaan mengenai kebutuhan afiliasi diri dengan melihat dan membahas video yang ditayangkan oleh peneliti. Pada tahap motor reproduksi, responden dapat berlatih untuk mempraktekkan tindakan kebutuhan afiliasi diri dengan melakukan simulasi bersama anggota kelompok. Terakhir, pada tahap penguatan dan motivasi, responden dapat menilai apakah sudah dengan baik menerapkan tindakan kebutuhan afiliasi diri dalam kehidupan sehari-hari dengan melakukan *review* bersama peneliti dan anggota kelompok yang lain.

Teknik *self-management* adalah salatu prosedur yang menuntut seseorang untuk mengarahkan dan mengatur tingkah lakunya sendiri. Penerapan teknik ini dapat meningkatkan kebutuhan afiliasi diri siswa karena siswa dapat mendorong dirinya sendiri, mengatur semua unsur kemampuan yang ada pada dirinya sendiri, dan mengendalikan kemampuan yang dimiliki untuk mencapai afiliasi diri. Prosesnya, siswa dapat mengamati dan mencatat segala sesuatu yang berkaitan dengan masalah afiliasi diri di dalam interaksinya dengan lingkungan sekolah. Di sini siswa dibimbing oleh peneliti untuk melakukan pemantauan pra perilaku dan pasca perilaku. Siswa juga diberi penguatan positif untuk menetapkan kebutuhan afiliasi diri. Selain itu

juga siswa perlu dibuatkan kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri dalam kaitan dengan perencanaan untuk meningkatkan afiliasi diri, bekerjasama dengan teman dan keluarga untuk mengatur kebutuhan afiliasi diri, dan siswa siap menanggung resiko dalam hubungan dengan mengatur kebutuhan afiliasi diri. Dan yang terakhir, siswa mampu menguasai rangsangan dari lingkungan belajar di sekolah agar siswa tetap konsisten dan persisten di dalam meningkatkan kebutuhan afiliasi diri, sehingga tidak terjadi prokrastinasi akademik dan prestasi akademik meningkat (Dami & Loppies, 2018).

## SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) tidak ada perbedaan afiliasi diri siswa kelas X SMA Swasta PGRI Kupang berdasarkan teknik modeling dan *self management*; (2) tidak ada perbedaan afiliasi diri siswa kelas X SMA Swasta PGRI Kupang berdasarkan jenis kelamin siswa; dan (3) tidak ada interaksi teknik modeling dan *self management* dengan jenis kelamin siswa dalam menentukan kebutuhan afiliasi diri siswa kelas X SMA Swasta PGRI Kupang.

Berdasarkan hasil penelitian, diharapkan konselor sekolah dapat meningkatkan penerapan konseling dengan teknik modeling dan *self management*, agar kebutuhan afiliasi diri siswa meningkat, dan mempengaruhi motivasi belajar dan prestasi belajar siswa.

## DAFTAR RUJUKAN

- Ahadzadeh, A. S., Wei, K. K., Sharif, S. P., & Emami, H. (2014). Narcissism, Self-esteem, Communication Apprehension, and Need for Affiliation: Difference between Social Networking Site Users and Non-users. *Taylor's Business Review*, Vol. 4 Issue 2, 135-146.
- Agus, Wirawan, I Ketut. (2014). Penerapan Konseling Rasional Emotif Behavioral dengan Teknik *Self-Instruction Training* Untuk Meningkatkan Academic *Self-Efficacy* Siswa Kelas XI B Akuntansi SMK Negeri 1 Singaraja. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Jurusan Bimbingan

- Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Undiksha, Singaraja.
- Astiasari, R., Hanim, W., & Badrudjaman, A. (2015). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modeling Terhadap Peningkatan Karakter Toleransi (Studi Pre-Experiment Pada Siswa Kelas VII SMP Labschool Jakarta: *Jurnal Insight*, Vol. 4, No.2, 98-103.
- Ali, M., & Asrori, M. (2010). *Psikologi Remaja Perkembangan Anak Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Baron, R.A. dan Byrne, D. (2003). *Psikologi Sosial*. Jilid 1. Alih Bahasa: Ratna Djuwita. Jakarta: Erlangga
- Baumeister, R. F. & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497–529.
- Damayanti, Rika, & Aeni, Tri. (2016). Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling Untuk Mengatasi Prilaku Agresif Pada Peserta Didik SMP Negeri 07 Bandar Lampung. *Konseli: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 03(1), 1-10.
- Dami, Z. A., & Loppies, P. A. (2018). Efikasi Akademik dan Prokrastinasi Akademik Sebagai Prediktor Prestasi Akademik. *Kelola Jurnal Manajemen Pendidikan*, Volume 5, No. 1, 74-85. DOI: <https://doi.org/10.24246/j.jk.2018.v5.i1.p74-85>
- Dami, Z. A., & Curniati, S. (2018). Pola Asuh Autoritatif dan Jenis Kelamin sebagai Prediktor Big Five Personality Factors: Implikasinya Bagi Pelayanan Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 3(4), 182–196. <https://doi.org/10.17977/um001v3i42018p182>
- Dami, Z. A., & Waluwandja, P., A. (2019). Counselee Satisfaction In Face-To-Face and Cyber-Counseling Approach To Help Cyber-Bullying Victims In The Era Industrial Revolution 4.0: Comparative Analysis. *European Journal of Education Studies*, Volume 6, Issue 4, 232-244, doi: 10.5281/zenodo.3344908
- Dantes, Nyoman. (2012). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Andi Offset
- Dharsana, Ketut. (2014). *Model-model Teori, Teknik, Skill Bimbingan Konseling*. Singaraja: Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Undiksha.
- Friedman, Howard.S., Schustack, & Miriam W. (2016). *Kepribadian Teori Klasik dan Riset Modern*. Jakarta: Erlangga.
- Hefrina Rinjani dan Ari Firmanto. (2013). Kebutuhan Afiliasi dengan Intensitas Mengakses Facebook pada Remaja. *Jurnal Psikologi*. Diakses dari <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/viewFile/1359/1454>. Pada tanggal 8 Maret 2019, Pukul 17.05 WITA.
- Hurlock, E.B. (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi 5. Alih Bahasa: Istiwidayanti & Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.
- Kessler, D., & Liddy, C. (2017). *Self Management Support Programs For Persons With Parkinson's disease: An Integrative Riview. Patient Education and Counseling*, 1-9. <http://dx.doi.org/10.1016/j.pec.2017.04.011>.
- Komalasari, G., Wahyuni, E., & Karsih.(2016). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT. Indeks.
- Muratama, M. S. (2018). Layanan Konseling Behavioral Teknik *Self-Management* Untuk Meningkatkan Disiplin dan Tanggung Jawab Belajar Siswa di Sekolah. *Nusantara of Research Universitas Nusantara PGRI Kediri*, Volume 05, Nomor 01, 1-8.
- Muqodas, Idat. (2012). *Cognitive-Behaviour Therapy: Solusi Pendekatan Praktek Konseling di Indonesia. Makalah*. Disajikan pada Seminar & Workshop Internasional Teknik Konseling Kreatif Kontemporer, tanggal 29-30 Oktober 2011 di Bandung.
- Oetami, Putri. (2011). Orientasi Kebahagiaan Siswa SMA, Tinjauan Psikologi Indigenous Pada Siswa Laki-laki dan Perempuan. *Jurnal Humanistik: Vol. VIII No. 2*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Robbins, S.P., & Judge, A.A. (2008). *Perilaku Organisasi Buku 1* (Edisi Kedua Belas) ]. Alih Bahasa Angelica, B., Cahyani, R., & Rosyid, A. Jakarta: Salemba Empat.
- Rochayatun, D. A. (2015). Teknik Modeling Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa SMAN 3 Yogyakarta. *Skripsi*. (tidak

dipublikasikan). Yogyakarta: Fakultas dakwah dan komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.  
Sylviana, N.D., Rosra, M., & Rahmayanthi, R. (2014). Penggunaan Teknik Modeling

Dalam Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Kebiasaan Belajar Pada Siswa. *ALIBIKIN* Jurnal Bimbingan dan Konseling, Vol. 3, No. 3, 1-16.