**BAB I**

**PENDAHULUAN**

1. **Latar Belakang Penelitian**

Pendidikan merupakan kebutuhan penting untuk keberlangsungan hidup seseorang. Pada dasarnya sekolah merupakan lembaga formal yang dibentuk secara khusus untuk menyelenggarakan pendidikan bagi masyarakat. Tujuan keberadaan pendidikan persekolahan dimaksudkan untuk mencapai tujuan pendidikan nasional guna meningkatkan kualitas manusia Indonesia, sebagaimana tercantum dalam Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pasal 3 (2003: 3) yaitu:

Untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab

Dalam pendidikan setiap orang mengalami proses belajar dan dari belajar seseorang memperoleh pengetahun, pemahaman, sikap dan nilai yang dapat menunjang perkembangannya. Belajar merupakan sebuah proses pengalaman yang dilalui seseorang dalam hidupnya. Proses belajar berkaitan erat dengan proses perubahan. Dalam pendidikan formal pengukuran dalam proses belajar dapat dilakukan dengan pelaksanaan evaluasi. Pelaksanaan evaluasi dalam sistem pendidikan salah satunya dengan tes atau ujian. Dalam pelaksanaan evaluasi ada standar yang sudah ditentukan oleh masing-masing pihak sekolah. Siswa naik atau tidak kejenjang yang lebih tinggi ditentukan oleh hasil yang diperoleh dari nilai tes atau ujian.

1

Pada saat ini, tidak dapat dipungkiri bahwa seseorang dianggap berprestasi di sekolah jika memperoleh nilai yang tinggi. Akibatnya, banyak siswa yang lebih mementingkan perolehan nilai yang tinggi tanpa mempedulikan prosesnya. Keadaan tersebutlah yang menimbulkan ketakutan siswa sehinga tidak jarang mereka melakukan perbuatan tidak jujur yaitu menyontek..

Ehrlich, dkk (Hartanto, 2012: 4) menjelaskan bahwa menyontek adalah melakukan ketidakjujuran atau tidak fair dalam rangka memenangkan atau meraih keuntungan. Pengertian lain dikemukakan oleh Carprnter (Hartanto, 2012: 10) menyontek secara sederhana dapat dimaknai sebagai penipuan atau melakukan perbuatan tidak jujur. Menurut KBI karangan Purwadarminta (Hartanto,2012: 10) mencontek adalah mencontoh, meniru, atau mengutip tulisan, pekerjaan orang lain sebagaimana aslinya.

Ada beberapa penyebab siswa menyontek seperti yang dikemukakan Akbar (2012) yang terbagi kedalam tiga aspek, diantaranya: Aspek pikiran, bahwa siswa menyontek karena menganggap menyontek adalah hal wajar, menganggap tidak akan ketahuan jika mencontek, menganggap pelajaran yang diujiankan tidak penting, menganggap dirinya tidak pintar, tidak mengetahui materi pelajaran, tidak mengetahui jadwal ujian, tidak mempunyai waktu yang cukup untuk mengerjakan soal; Aspek perasaan, siswa menyontek karena cemas, merasa tertekan, tidak menyukai pelajaran, kurang percaya diri, dan takut untuk gagal; Aspek perilaku, siswa menyontek karena malas atau tidak belajar, menunda-nunda tugas sekolah, jarang masuk kelas, tidak dapat mengatur waktu belajar, keinginan mendapatkan nilai bagus, dan mudah menyerah.

Menyontek berarti seseorang melakukan praktik kecurangan dengan mencontoh atau meniru pekerjaan orang lain, memberi informasi, bertanya, membuat catatan, menyimpan jawaban pada telepon seluler untuk memperoleh keuntungan bagi dirinya sendiri.

Menyontek sudah dianggap lazim bagi kebanyakan siswa, dan seolah-olah menjadi hal yang sulit dihilangkan. fenomena inilah yang kemudian terjadi di SMP Negeri 1 Suppa. Informasi ini diperoleh berdasarkan observasi awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 29 Januari 2016. Informasi ini didapatkan dari hasil wawancara dengan guru mata pelajaran dan beberapa siswa yang mengaku seringkali menyontek saat tes atau ujian dengan melihat jawaban teman di dekatnya, melihat catatan kecil yang telah disiapkan sebelum ujian berlangsung, menyalin dari internet. Berbagai alasan siswa menyontek seperti menunda-nunda waktu belajar, malas belajar, kurang mampu mengatur waktu belajarnya, sehingga tidak memiliki kesiapan menghadapi tes atau ulangan, sementara mereka di tuntut untuk memperoleh nilai yang tinggi.

Menyontek merupakan salah satu bentuk ketidakmandirian siswa dalam belajar yang tidak dapat dibenarkan. Sementara kita ketahui bersama bahwa salah satu tujuan pendidikan adalah memandirikan siswa. Kemandirian siswa adalah perilaku siswa dalam mewujudkan kehendak atau keinginannya secara nyata dengan tidak bergantung pada orang lain, salah satunya dengan tidak menyontek. Karena kemandirian siswa sangat diperlukan sebagai bekal menghadapi tantangan dan tugas perkembangan di masa dewasa. Sebagai siswa agar tidak cenderung menyontek dalam ulangan hendaknya memiliki kesiapan dalam mengahadapi ulangan, karena itu mereka harus belajar dan belajar tidak hanya pada saat akan mengahadapi ulangan saja. Karena hal diatas, maka layanan bimbingan konseling sangat diperlukan. Prayitno (Sukardi & Kusmawati, 2008: 2) mengemukakan bahwa

Bimbingan merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja maupun dewasa, agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri, dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.

Sedangkan konseling menurut Prayitno (Sukardi & Kusmawati, 2008: 26) adalah “ kontak antara dua orang yaitu konselor dan konseli untuk menangani masalah konseli, dalam suasana keahlian yang laras dan terintegritas, berdasarkan norma-norma yang berlaku, untuk tujuan yang berguna bagi konseli”.

Salah satu bentuk pelaksanaan layanan bimbingan konseling sebagai upaya untuk mereduksi kecenderungan menyontek yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan bantuan dengan menggunakan teknik *self management* atau manajemen diri yang merupakan

Salah satu cara untuk membantu siswa dalam mengarahkan, merencanakan, mengatur dan mengelolah, serta mengontrol dirinya sendiri dalam melakukan sesuatu kegiatan terutama dalam belajar sehingga siswa betul-betul dapat memanfatkan waktunya seefesien dan seefektif mungkin. Kusnadi (Saman & Aryani, 2013).

Berdasarkan uraian diatas, maka teknik *self management* diharapkan mampu membantu siswa mengontrol dirinya sendiri baik dalam mengelola pikiran, perilaku dan perasaan guna menghindari atau mengurangi kebiasaan menyontek siswa sehingga mampu mencapai tujuan belajar yaitu mengubah perilaku negatif menjadi perilaku positif. Dalam hal ini peneliti mencoba menerapkan teknik *self management* dalam mereduksi kebiasaan menyontek siswa di SMP Negeri 1 Suppa.

1. **Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka masalah pokok dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut :

1. Bagaimana gambaran pelaksanaan teknik self management dalam mereduksi kebiasaan menyontek siswa di SMP Negeri 1 Suppa?
2. Bagaimana gambaran kebiasaan menyontek siswa di SMP Negeri 1 Suppa sebelum dan setelah diberikan perlakuan?
3. Apakah teknik *self management* dapat mereduksi kebiasaan menyontek siswa di SMP Negeri 1 Suppa?
4. **Tujuan Penelitian**

Mengacu kepada rumusan masalah di atas, maka tujuan pelaksanaan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui gambaran pelaksanaan teknik self management dalam mereduksi kebiasaan menyontek siswa di SMP Negeri 1 Suppa.
2. Untuk mengetahui gambaran kebiasaan menyontek siswa di SMP Negeri 1 Suppa sebelum dan setelah diberikan perlakuan.
3. Untuk mengetahui keefektifan teknik *self management* dalam mereduksi kebiasaan menyontek siswa di SMP Negeri 1 Suppa.
4. **Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat secara teoritis dan praktis sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis
2. Bagi akademisi/lembaga pendidikan khususnya bagi Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, menjadi bahan informasi dan masukan serta pengembangan ilmu pengetahuan dalam upaya meningkatkan mutu mahasiswa khususnya dalam jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan
3. Bagi peneliti, menjadi bahan acuan atau referensi untuk mengkaji lebih dalam sejauh mana pengaruh penerapan teknik konseling *self Management* untuk mereduksi kebiasaan menyonteksiswa.
4. Manfaat praktis
5. Bagi guru pembimbing atau konselor sekolah, diharapkan bisa dijadikan acuan dan masukan dalam pengaplikasian ilmu konseling untuk menangani permasalahan menyontek pada siswa*.*
6. Bagi para mahasiswa, diharapkan dapat dijadikan bahan informai atau rujukan ke depannya jika sudah terjun ke lapangan sebagai seorang konselor sekolah.
7. Bagi siswa, diharapkan mampu menerapkan teknik manajemen diri sehingga dapat mengatur dan mengelolah waktu belajarnya guna menghindari perilaku menyontek.

**BAB II**

**TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA PIKIR, DAN HIPOTESIS**

1. **Tinjauan Pustaka**
2. ***Self Management* (Manajemen Diri/ Pengelolaan Diri)**
3. **Pengertian *Self Management***

Pengertian manajemen diri berangkat pada satu ide penting yaitu tanggung jawab dan kemampuan belajar diri siswa. Edelson (Kusnadi dalam Saman & Aryani, 2013: 96) mengemukakan bahwa Manajemen diri adalah istilah psikologi yang digunakan untuk menjelaskan proses mencapai kemandirian.

Uno (2012), mengemukakan definisi konseptual *Self Management* adalah perilaku siswa yang memiliki tanggung jawab terhadap pengaturan segala perilaku pada diri sendiri bertujuan agar siswa mampu lebih mandiri, dan lebih mampu memprediksikan masa depannya. Manajemen diri merupakan aplikasi terbaru dari pandangan behavioral dalam belajar, yaitu membantu siswa agar mampu mengontrol kegiatan belajarnya. Dalam kamus istilah konseling dan terapi (Mappiare, 2006:297) mengemukakan bahwa:

*Self management* menunjuk pada suatu teknik terapi kognitif-behavior berlandaskan pada teori belajar yang dirancang untuk membantu para siswa mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri ke arah tingkah laku yang lebih efektif.

Pengertian lain dikemukakan Cormier & Cormier (Nursalim, 2013) *Self management* atau pengelolaan diri adalah suatu strategi pengubahan perilaku yang dalam prosesnya konseli mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan menggunakan satu atau lebih strategi terapi secara kombinatif. Wikipedia Bahasa Indonesia (Amiruddin, 2010) di jelaskan bahwa:

8

Manajemen diri adalah kemampuan untuk mengelola pikiran, perilaku dan perasaan dalam diri seseorang untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Dalam manajemen diri terkandung tiga usur utama yakni perasaan (*affection*), perilaku (*behavior*) dan pikiran (*cognition*) yang kemudian disingkat menjadi ABC.

Desmita (Amiruddin, 2010) mengemukakan bahwa manajemen diri adalah struktur yang membantu anak mengorganisasi dan memahami tentang siapa dirinya, yang didasarkan atas pandangan orang lain, pengalaman-pengalamannya sendiri, dan atas dasar penggolongan budaya. Kelola diri atau manajemen diri merupakan teknik konseling yang dapat digunakan untuk membantu konseli mengatur perilakunya sendiri. Mahmud & Sunarty (2012: 96) menyatakan bahwa

Penerapan teknik-teknik ini melibatkan beberapa atau seluruh dari lima komponen dasar berikut: (1) menentukan perilaku sasaran, (2) memantau perilaku sasaran, (3) memilih prosedur yang akan diterapkan dalam mencapai perilaku sasaran, (4) melaksanakan prosedur yang telah dipilih, dan (5) mengevaluasi keefektifan prosedur.

Secara lebih rinci di jelaskan oleh Komalasari, dkk (2011:180), bahwa *self management* adalah suatu prosedur dimana individu mampu mengatur perilakunya sendiri. Menurut Sukadji dalam Komalasari, dkk (2011:180), Masalah-masalah yang dapat ditangani melalui teknik *self management* yaitu:

Perilaku yang tidak berkaitan dengan orang lain, tetapi mengganggu orang lain dan dirinya sendiri, perilaku yang sering muncul tanpa diprediksi waktu kemunculannya, sehingga kontrol dari orang lain kurang efektif, perilaku sasaran berbentuk verbal dan berkaitan dengan evaluasi diri dan kontrol diri, serta tanggung jawab atas perubahan atau pemeliharaan tingkah laku adalah tanggung jawab konseli

.

Dari beberapa pengertian diatas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa manajemen diri adalah suatu usaha dalam membantu siswa guna meningkatkan segala kemampuan yang dimiliki agar dapat mengelolah atau mengontrol pikiran, perilaku dan perasaan untuk mencapai suatu tujuan agar mampu mandiri dan menjadi lebih baik kedepannya.

1. **Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Management***

Diharapkan pelaksanaan strategi ini efektif. Cormier & Cormier (Hartono & Soedarmadji, 2012) menyatakan ada beberapa faktor yang perlu diperhatikan agar pelaksanaan strategi *self management* dapat dilaksanakan secara efektif, yaitu:

1. Ada kombinasi beberapa strategi konseling yang dimana beberapa strategi tersebut berfokus pada *antecedent* dan yang lainnya pada konsekuensi dari perilaku tertentu
2. Konsistensi penggunaan salah satu strategi dalam kurun waktu tertentu
3. Bukti evaluasi diri, penentuan sasaran dengan standar tinggi
4. Menggunakan *self reinforcement* secara tertutup, verbal atau dengan bentuk materi-materi tertentu
5. Adanya dukungan eksternal atau lingkungan

Nursalim (2013) mengemukakan beberapa aspek-aspek strategi *self management* diantaranya:

1. Konseli dilatih pengarahan diri dalam *interview*
2. Konseli mengarahkan diri sendiri melalu tugas pekerjaan rumah
3. Konseli mengamati dan mencatat sendiri tingkah laku yang dikehendaki
4. Menghadiahi diri sendiri setelah keberhasilan langkah-langkah tindakannya dan tugas rumah.
5. **Prinsip-prinsip Pengelolaan Diri atau *Self Management***

Dalam menggunakan suatu teknik konseling tentunya harus berlandaskan pada hal-hal yang mendukung dan menjadi patokan agar teknik ini dapat dipercaya. Teknik *self management* memiliki prinsip-prinsip sebagai dasar dan panduan untuk melakukan teknik *self management* secara efektif.Ada beberapa persyaratan yang perlu diperhatikan dalam menggunakan teknik *self management*, yaitu berhubungan dengan perilaku konseli itu sendiri dan lingkungannya. Perilaku konseli yang akan membantu dalam pelaksanaan pengelolaan diri harus memenuhi lima hal Walker (Purwanta, 2015):

1. Sasaran perilaku harus dinyatakan secara jelas artinya konseli harus mengetahui perilaku yang ingin diubah atau dimodifikasi
2. Perilaku alternatif sebagai *treatmen* perlu diidentifikasi kemungkinan keterlaksanaannya
3. Perilaku pilihan harus ditawarkan kepada konseli, lebih diutamakan perilaku yang diusulkan oleh konseli
4. Tujuan *treatmen* harus dapat diamati dengan jelas dan dapat diukur
5. Konseli harus diberi kemudahan dalam berkonsultasi manakala memerlukan bantuan dalam mengevaluasi atau melaksanakan proses konseling.
6. **Prosedur atau Tahapan-tahapan *Self Management***

William & Long (Hartono & Soedarmadji, 2012) memberikan beberapa langkah-langkah yang dapat digunakan untuk menjalankan teknik *self management.* Adapun langkah-langkahnya sebagai berikut:

1. Menyeleksi tujuan konseling
2. Memonitor perilaku yang menjadi target
3. Mengubah setting kejadian
4. Mengembangkan konsekuensi yang efektif
5. Konsolidasi tujuan yang ingin dicapai

Stewart & Lewis (Nursalim, 2013: 150) mengemukakan empat strategi dalam *self management,* yaitu: 1) *self monitoring,* 2) mengubah stimuli lingkungan, 3) belajar respon alternatif dan, 4) mengubah konsekuensi respon. Berdasarkan Cormier & Cormier (Amiruddin, 2010) dalam mengembangkan kemampuan Manajemen diri (*self management*)itu ada beberapa siasat yang dapat ditempuh, yaitu sebagai berikut:

1. Pantau-Diri (*Self* – *Monitoring*)

Pantau-diri adalah suatu proses mengamati dan mencatat serba-serbi diri sendiri dan interaksinya dengan lingkungannya.

1. Ganjar - Diri ( *Self* – *Reward* )

Ganjar-diri merupakan siasat pengubah perilaku dengan mengatur dan memperkuat perilakunya dengan konsekuensi yang dihasilkannya sendiri. Ganjar-diri ini dapat ditetapkan untuk pengubahan perilaku karena, banyak perilaku individu yang dikendalikan oleh konsekuensi yang dihasilkan sendiri di samping konsekuensi dari luar

1. Kendali Stimulus (*Stimulus*-*control*)

Kendali-stimulus merupakan pengubahan perilaku yang dilakukan oleh siswa dengan cara mengenali rangsangan-rangsangan yang mengendalikan perilaku, mengurangi kemungkinan bertemu dengan rangsangan yang menyebabkan timbulnya perilaku yang tidak diinginkan, meningkatkan rang­sangan yang dapat menyebabkan timbulnya perilaku yang diinginkan, dan mengubah konsekuensi atau waktu kegiatan-kegiatan sebelumnya yang merugikan digantikan dengan pola baru yang mendukung pencapaian tujuan perilaku yang diinginkan

1. Hukum Diri (*Self Punishment*)

Hukuman-diri merupakan siasat pengubahan perilaku dengan cara mengatur dan memperlemah atau menghilangkan perilaku dengan konsekuensi yang dihasilkan sendiri.

Lebih jelasnya menurut cormier & cormier (Amiruddin, 2010) Kesadaran untuk membuat perilaku lebih baik dari biasanya memang sulit, salah satu teknik untuk mengubahnya yaitu dengan teknik self management. Adapun Prosedur aplikasi dalam melakukan teknik Manajemen diri (*self management*) yaitu:

1. Melakukan pemantauan diri dan pengamatan

Memantau kegiatan sehari-hari prilaku apa saja yang telah kita amati. Melakukan pengamatan dengan cara misalnya mencatat perilaku-perilaku yang ingin diubah, perilaku-perilaku yang ingin ditingkatkan.

1. Mengimplementasikan strategi pengendalian diri

Pengendalian diri dalam hal ini beberapa perencanaan, Perencanaan lingkungan melibatkan modifikasi keadaan yang mendahului atau menimbulkan suatu tingkah laku. melalui perencanaan lingkungan seseorang akan belajar mengenali dan memodifikasi tingkah laku. Perencanaan lingkungan ini mencakup lingkungan keluarga konseli, lingkungan sekolah dan lingkungan kegiatan. Misalnya dengan, memikirkan kompensasi-kompensasi yang akan dilakukan jika tidak berhasil menjalankan strategi awal, meminta tolong kepada orang tua, teman, guru untuk selalu membantu konseli dalam menjalankan strategi pengubahan tingkah laku yang ia jalankan.

1. Pemrograman seperti, kelola internal (self Reinforcement, kritik diri), konsekuensi eksternal (kontrak pribadi dan pemberian hak-hak istimewa pada diri).

Menurut Thoresen & Mahoney (Amiruddin, 2010), perilaku pemrograman adalah konsekuensi mengubah perilaku bukannya suatu peristiwa yang mendahului perilaku. Thoresen & Mahoney mengutip contoh perilaku pemrograman sebagai konsekuensi perilaku internal adalah penggunaan self-pujian, mengkritik diri dan memberikan kesan senang atau tidak senang terhadap citra mental. Sedangkan sebagai konsekuensi perilaku eksternal adalah mencakup kontak pribadi misalnya, (jika saya melakukan…., maka saya akan mendapatkan….), dan pemberian token ekonomi. Hal ini akan sangat efektif dalam membantu konseli untuk melakukan pengubahan perilaku dan mempertahankannya.

Soekadji (Purwanta, 2015) mengemukakan paling tidak ada empat tahap, yaitu:

1. Tahap monitor diri atau observasi diri

Dalam tahap ini konseli dengan sengaja dan cermat mengamati perilaku sendiri dengan mencatat jenis, waktu, durasi perilaku, yang ada pada diri konseli yang akan diubah.

1. Mengatur lingkungan

Lingkungan perlu diatur sehingga dapat mengurangi atau meniadakan perilaku yang memungkinkan mendapatkan pengukuhan segera. Pengaturan lingkungan juga bertujuan untuk memilih perilaku aversi yang mungkin dapat ditimbulkan.

1. Tahap evaluasi diri

Dalam tahap ini konseli membandingkan apa yang tercatat sebagai kenyataan dengan apa yang seharusnya dilakukan. Catatan data observasi perilaku yang teratur sangat penting untuk mengevaluasi efisiensi dan efektivitas program. Pada tahap ini konseli diminta untuk melihat pada apa yang dilakukan di tahap pertama, apa benar yang dilakukan pada tahap pertama tersebut benar atau mungkin harus di ubah.

1. Tahap pemberian pengukuhan, penghapusan, atau hukuman

Tahap ini diperlukan kemauan diri yang kuat untuk menentukan dan memilih pengukuh apa yang perlu segera dihadirkan, atau perilaku mana yang segera dihapus, dan bahkan hukuman diri sendiri apa yang harus segera diterapkan.

1. **Kelebihan dan Kelemahan**

Dalam penerapan teknik pengelolaan diri yang bertanggung jawab atas keberhasilan proses konseling berada di tangan konseli, konselor hanya berperan sebagai pencetus gagasan, dan fasilitator yang membantu merancang program serta sebagai motivator. Program *self management* yang dirancang dan dilaksanakan dengan baik mempunyai beberapa keuntungan diantaranya adalah:

1. Menambah pemahaman konseli atau individu terhadap lingkungan dan mengurangi ketergantungan terhadap konselor atau yang lain
2. Praktis, tidak mahal dan gampang
3. Mudah dijawab (Nursalim, 2013)

Rahmawati (2009) mengemukakan bahwa:

kelebihan *self-management* adalah dengan melibatkan klien secara aktif dimana hal itu dapat menimbulkan perasaan bebas dari kontrol orang lain dan meletakkan tanggung jawab perubahan sepenuhnya kepada klien, sehingga klien akan menganggap bahwa perubahan tersebut karena usahanya sendiri, dan perubahan yang terjadi akan bertahan lama.

Kelemahan dari metode *self-management* adalah:

1. Target perilaku seringkali bersifat pribadi dan persepsinya sangat subjektif (tergantung pada klien), terkadang sulit untuk dideskripsikan, sehingga konselor menemukan kesulitan untuk menentukan cara memonitor dan mengevaluasi.
2. Diperlukan motivasi dan komitmen yang tinggi pada diri klien untuk melakukan perubahan.
3. Klien yang mempunyai sifat dependen akan sulit melanjutkan program ini. Klien akan mengalihkan tanggung jawab perubahan kepada konselor dan bukan pada dirinya sendiri. (Rahmawati, 2009)
4. **Kebiasaan Menyontek**
5. **Pengertian Kebiasaan Menyontek**

Kebiasaan menyontek merupakan bertindak curang dalam tes melalui pemanfaatan informasi yang berasal dari luar secara tidak sah (Sujana & Wulan dalam Aryani, dkk: 2009).

Sedangkan Lestari (2005) mengemukakan bahwa kebiasaan menyontek adalah perilaku yang dilakukan untuk menghindari kegagalan akademis dengan cara yang tidak jujur.

Menurut Dellington (Hartanto, 2012:10) menyontek berarti upaya yang dilakukan seseorang untuk mendapatkan keberhasilan dengan cara-cara yang tidak fair (tidak jujur). Sementara Anderman & Murdock (Hartanto, 2012:10) memberikan defenisi yang lebih terperinci. Dia menyatakan bahwa:

Menyontek di golongkan ke dalam tiga kategori: (1) memberikan, mengambil, atau menerima informasi, (2) menggunakan materi yang dilarang atau membuat catatan atau *ngepek,* dan (3) memanfaatkan kelemahan seseorang, prosedur, atau proses untuk mendapatkan keuntungan dalam tugas akademik.

Dari pengertian yang dipaparkan oleh ahli diatas, peneliti kemudian mengemukakan gagasaan bahwa kebiasaan menyontek berarti upaya yang dilakukan seseorang dengan melakukan praktik kecurangan seperti mencontoh atau meniru pekerjaan orang lain, memberi informasi, bertanya, membuat catatan, menyimpan jawaban pada telepon seluler untuk memperoleh keuntungan akademisi bagi dirinya sendiri.

1. **Ciri-ciri Orang Sementara Menyontek**

Hakim (2015) mengemukakan beberapa ciri-ciri siswa yang menyontek saat ujian diataranya:

1. Diawasi tapi balik mengawasi, pada umumnya seorang pengawas ujian sekolah memang bertugas mengawasi siswa yang sedang melaksanakan ujian sekolah. Tetapi ada siswa yang diawasi tapi balik mengawasi pengawas.
2. Terlihat gelisah dan tidak tenang, adalah ciri-ciri siswa sedang menyontek saat ujian. Siswa sering tengok kiri dan kekanan atau menegok kebelakang berarti siswa sedang berusaha meminta jawaban dari teman di dekatnya
3. Menutupi wajah dengan kertas atau dengan punggung teman, ada sebagian murid yang berpikir kalau menutupi wajah dengan kertas atau punggung temannya adalah cara yang efektif agar tidak terlihat oleh pengawas. Tapi sebenarnya cara ini bisa membuat pengawas lebih curiga kepada siswa.

Pendapat lain ciri-ciri menyontek (Kompasiana, 2014) diantaranya:

1. Mengawasi pengawas, disini tugas mengawas bukan pada pengawas, tapi ialah yang mengawasi pengawas
2. Duduk tidak nyaman, kandang tengok kanan kiri mencari jawaban teman
3. Berbisik lirih untuk berdiskusi dengan teman di dekatnya
4. **Indikator Menyontek**

Menyontek merupakan perilaku yang kompleks (rumit). Hetherington & Feldman (Hartanto, 2012) mencoba mengelompokkan empat indikator menyontek, yaitu:

*Individual opportunistic* dapat dimaknai sebagai perilaku dimana siswa mengganti suatu jawaban ketika ujian atau tes sedang berlangsung dengan menggunakan catatan ketika guru keluar dari kelas. *Independent planned* dapat diidentifikasi sebagai menggunakan catatan ketika tes atau ujian berlangsung, atau membawa jawaban yang telah lengkap atau dipersiapkan dengan menulisnya terlebih dahulu sebelum berlangsungnya ujian. *Social active* adalah perilaku menyontek dimana siswa mencopi atau melihat atau meminta jawaban dari orang lain. *Social Pasive* adalah mengizinkan seseorang melihat atau mengcopi jawabannya.

Studi empiris yang dilakukan oleh beberapa ahli menunjukkan beberapa indikator perilaku menyontek, diantarannya: (Hartanto, 2012: 17-20)

Syer & Shore mengemukakan indikator menyontek adalah menyalin secara utuh data dari orang lain. Sementara Brandes mengemukakan dua bentuk menyontek (1) menyalin hasil pekerjaan orang lain pada saat tes dilakukan, (2) menggunakan catatan kecil pada saat tes atau ujian dilaksanakan. Pendapat lain dikemukakan oleh Robinson, dkk, bahwa terdapat lima bentuk menyontek (1) menyalin dari internet, (2) menyalin pekerjaan siswa lain pada ujian sedang berlangsung, (3) membuat jawaban untuk dapat disalin oleh siswa yang lain, (4) menerima jawaban dari orang lain yang telah meyelesaikan ujian, (5) melakukan kolaborasi pada ujian *take home.*

Hal berbeda dikemukakan Akbar (2012) mengenai indikator menyontek yang terbagi atas dua aspek, diantaranya:

1. Aspek meyontek dengan usaha sendiri, seperti:
2. Membawa catatan kecil atau buku
3. Mencari bocoran soal
4. Melihat jawaban pada teman di dekatnya
5. Aspek menyontek dengan kerjasama, seperti:
6. Bertanya pada teman ketika mengerjakan tes atau ujian
7. Menerima *dropping* jawaban dari pihak lain
8. Saling tukar mengerjakan jawaban dengan teman
9. Menyuruh atau meminta orang lain dalam mengerjakan tes atau ujian
10. Memakai HP untuk saling tukar jawaban

Berdasarkan pemdapat ahli diatas, maka peneliti menyimpulkan indikator menyontek sebagai berikut; (a) membuat catatan kecil, (b) memanfaatkan HP, (c) menyalin dari internet, (d) melihat jawaban pada teman didekatnya, (e) mencari bocoran soal, (f) menggunakan buku tes, (g) mengganti jawaban ketika guru atau pengawas keluar kelas, (h) meminta jawaban, (i) menerima jawaban tes dari siswa lain, (j) saling tukar jawaban, (k) bertanya pada teman ketika mengerjakan tes, (l) menyuruh orang lain dalam mengerjakan tes atau ujian, (m) memberi jawaban tes pada teman.

1. **Penyebab Menyontek**

Berbagai literatur menyebutkan berbagi penyebab menyontek, berikut beberapa penyebab menyontek Hartanto (2012):

1. Prokrastinasi dan *Self efficacy*

Prokrastinasi menjadi penyebab yang paling sering ditemui pada siswa yang menyontek. Hal ini terjadi, karena siswa yang diketahui menunda-nunda pekerjaan atau siswa yang tidak memiliki perencanaan waktu belajar yang baik memiliki kesiapan yang rendah dalam mengahadapi ujian atau tes. Pemberian tugas dari guru kepada siswa merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan pemahaman dan kesiapan siswa dalam menghadapi ujian. Siswa yang menunda-nunda pekerjaan pada akhirnya akan memiliki pengetahuan yang rendah mengenai ujian atau tes yang dihadapi.

Siswa yang memiliki *self efficacy* rendah merupakan penyebab lain bagi perilaku menyontek. *Self efficacy* adalah kepercayaan seseorang tentang kemampuan diri dalam bertindak sehingga dalam *self efficacy* diperlukan adanya kecakapan. Siswa dengan keyakinan diri yang tinggi cenderung lebih percaya diri dan mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi dengan lebih baik.

1. Kecemasan yang berlebihan

Penyebab lain dari siswa yang menyontek adalah munculnya kecemasan yang tinggi. Kecemasan pada siswa yang berlebihan memberi stimulus pada otak untuk tidak dapat bekerja sesuai dengan kemampuannya. Keadaan ini mendorong siswa untuk melakukan perilaku menyontek demi menciptakan ketenangan pada dirinya. Kecemasan ini muncul karena ketakutan mendapatkan kegagalan dan adanya ekspektasi siswa untuk sukses yang terlalu tinggi.

1. Motivasi belajar dan berprestasi

Siswa yang tidak memiliki motivasi berprestasi dalam belajar menjadi penyebab lain yang muncul pada perilaku menyontek siswa. Pendapat tersebut dipaparkan oleh Pintrich & Bong (Hartanto, 2012: 25) yang menyatakan bahwa siswa yang memiliki motivasi berprestasi akan berusaha menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang diberikan kepadanya melalui usahanya sendiri dengan sebaik-baiknya.

1. Keterikatan pada kelompok

Siswa yang memiliki keterikatan yang tinggi pada kelompok menjadi penyebab lain bagi perilaku menyontek siswa. Hal ini terjadi karena siswa merasa ada ikatan yang kuat diantara mereka yang mengharuskan mereka untuk saling menolong dan berbagi termasuk dalam menyelesaikan tes atau ujian.

1. Keinginan akan nilai tinggi

Keinginan untuk mendapatkan nilai yang tinggi menjadi penyebab lain bagi perilaku menyontek. Siswa yang berpikir bahwa nilai adalah segalanya akan menghalalkan atau menggunakan berbagai cara untuk mendapatkan nilai yang tinggi, karena dengan mendapatkan nilai yang tinggi mereka akan mendapatkan masa depan yang lebih baik sehingga dikatakan keinginan untuk mendapatkan nilai yang tinggi tersebut menjadi indikasi siswa menyontek.

1. Pikiran negatif

Penyebab lain siswa menyontek ketika mereka mengetahui bahwa jika nilai yang diperoleh jelek atau di bawah standar rata-rata kelas maka dia akan mendapatkan label sebagai anak bodoh dan dijauhi oleh teman-temannya. Selain itu siswa juga memiliki ketakutan mendapatkan marah dari orangtua dan guru mereka, pikiran negatif seperti inilah menjadi salah satu gejala perilaku menyontek siswa.

1. Harga diri dan kendali diri

Tingginya harga diri merupakan penyebab lain bagi perilaku menyontek siswa. Siswa dengan harga diri yang tinggi atau berlebihan memilih untuk melakukan perbuatan menyontek. Menyontek dilakukan siswa untuk menjaga agar harga dirinya tetap terjaga dengan mendapatkan nilai yang tinggi meskipun dilakukan dengan cara yang salah. Siswa yang memiliki kendali diri yang rendah sering menunjukkan gejala perilaku menyontek.

Penyebab lain siswa menyontek, seperti yang dikemukakan oleh Hope (Kartono, 1991) diantaranya:

1. Tekanan yang terlalu besar yang diberikan terhadap hasil studi berupa angka atau nilai yang diperoleh oleh anak dala tes, ulangan, ujian dan sebagainya
2. Pendidikan moril, baik di rumah maupun di sekolah kurang diterapkan kehidupan anak-anak, sehingga kemampuan membedakan yang benar dan salah kurang dikembangkan
3. Siswa yang kurang rajin dalam belajar yang ketinggalan dalam pelajaran, yang menghadapi kesulitan belajar, dan yang kurang bertanggung jawab dalam belajar
4. Pentingnya memiliki banyak teman, dan untuk merasa populer dikalangan teman-teman sekelas. Karena siswa yang menolak permintaan temannya memberikan jawaban biasanya diejek atau dijauhi oleh teman-temannya
5. Memandang menyontek sebagai kesempatan untuk melanggar peraturan sekolah atau untuk memberontak terhadap otoritas dan tata tertib sekolah

Pendapat lain penyebab siswa menyontek dikemukakan Akbar (2012) yang membagi kedalam beberapa aspek, diantaranya:

1. Aspek pikiran, siswa menyontek karena menganggap menyontek adalah hal wajar, menganggap tidak akan ketahuan jika mencontek, menganggap pelajaran yang diujiankan tidak penting, menganggap dirinya tidak pintar, tidak mengetahui materi pelajaran, tidak mengetahui jadwal ujian, tidak mempunyai waktu yang cukup untuk mengerjakan soal.
2. Aspek perasaan, siswa menyontek karena cemas, merasa tertekan, tidak menyukai pelajaran, kurang percaya diri, dan takut untuk gagal
3. Aspek perilaku, siswa menyontek karena malas atau tidak belajar, menunda-nunda tugas sekolah, jarang masuk kelas, tidak dapat mengatur waktu belajar, keinginan mendapatkan nilai bagus, dan mudah menyerah.
4. **Cara Mengatasi** **Kebiasaan Menyontek**

Banyak hal yang dapat dilakukan siswa untuk menghindari atau mengatasi perilaku menyontek diantaranya:

1. Bertanggung jawab terhadap kewaajiban-kewajibannya sebagai siswa, dengan membuat tugas rumah atau belajar jauh sebelum ulangan atau ujian
2. Percaya pada diri sendiri bahwa kau mampu menyelesaikan tugas, ulangan atau ujian
3. Mengembangkan kebiasaan belajar, membuat persiapan sebaik mungkin, sehingga menyontek itu tidak perlu (Santoso dalam Kartono, 1991)
4. Melihat menyontek sebagai kebiasaan yang tidak jujur, yang akhirnya tidak menguntungkan dan bisa menghambat perkembangan potensi yang ada pada diri sendiri
5. Disiplin diri dalam belajar dan dalam melaksanakan apa yang direncanakan
6. Mendiskusikan masalah menyontek dalam kelompok atau dalam kelas secara terbuka, karena hal ini akan menolong siswa membentuk dan mengidentifikasi sistem nilai (Hope dalam Kartono, 1991)
7. **Keterkaitan antara Kebiasaan Menyontek dengan Teknik *Self Management***

Telah dikemukakan bahwa ada beberapa siswa yang seringkali menyontek saat tes atau ujian seperti meminta jawaban pada teman didekatnya, membuat catatan kecil untuk digunakan saat tes. Siswa menyontek disebabkan karena berbagai hal seperti; jarang masuk kelas, tidak dapat mengatur waktu belajar, menunda-nunda waktu belajar, malas belajar dan mudah menyerah.

Salah satu cara mengurangi kebiasaan menyontek siswa adalah melalui teknik *self management.* Sebagaimana yang dikemukakan oleh Uno (2012), bahwa *Self Management* adalah perilaku siswa yang memiliki tanggung jawab terhadap pengaturan segala perilaku pada diri sendiri bertujuan agar siswa mampu lebih mandiri, dan lebih mampu memprediksikan masa depannya. Manajemen diri merupakan aplikasi terbaru dari pandangan behavioral dalam belajar, yaitu membantu siswa agar mampu mengontrol kegiatan belajarnya. Dan dalam kamus istilah konseling dan terapi (Mappiare, 2006:297) mengemukakan bahwa:

*Self management* menunjuk pada suatu teknik terapi kognitif-behavior berlandaskan pada teori belajar yang dirancang untuk membantu para siswa mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri ke arah tingkah laku yang lebih efektif.

Teknik *self management* dapat dipergunakan untuk mengatasi masalah belajar seperti kebiasaan menyontek. Sejalan dengan pendapat Kusnadi (Saman & Aryani, 2013) yang mengatakan bahwa *self management* adalah salah satu cara untuk membantu siswa dalam mengarahkan, merencanakan, mengatur dan mengelolah, serta mengontrol dirinya sendiri dalam melakukan sesuatu kegiatan terutama dalam belajar sehingga siswa betul-betul dapat memanfatkan waktunya seefisien dan seefektif mungkin.

1. **Kerangka Pikir**

Ada ungkapan “posisi menentukan prestasi” pada saat ujian para siswa berlomba menempati tempat duduk tertentu, misalnya dekat dengan siswa yang paling pintar. Berbagai cara dilakukan siswa untuk menyontek seperti menyalin pelajaran di kertas-kertas kecil kemudian diselipkan di tempat tertentu, meminta jawaban pada teman, menyalin dari internet, fenomena ini lah yang ditemukan di sekolah.

Siswa menyontek dipengaruhi oleh tiga aspek yakni aspek pikiran, aspek perasaan, dan aspek perilaku. Dalam hal ini aspek perilaku menjadi pemicu utama siswa menyontek seperti malas belajar, menunda-nunda waktu belajar sehingga diperlukan penanganan yang tepat. Salah satu upaya mengatasi perilaku menyontek yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan bantuan layanan bimbingan konseling dengan menggunakan teknik *self management* atau manajemen diri yang merupakan salah satu teknik dari teori konseling behavior untuk mengubah perilaku siswa seperti malas belajar, menunda-nunda waktu belajar sehingga pada saat akan ada tes atau ujian siswa lebih siap dan percaya diri menghadapinya dan tidak menyontek.

Teknik ini dilaksanakan sebagai upaya untuk memperoleh perilaku manajemen diri yang baik. Dan teknik *self management* ini diharapkan mampu membantu siswa mengontrol dirinya sendiri baik dalam mengelola pikiran, perilaku dan perasaan guna mencapai tujuan belajar yaitu mengubah perilaku negatif menjadi perilaku positif.

Teknik *self management* dianggap penting dalam mengurangi kebiasaan menyontek siswa karena dalam teknik ini dituntut dalam mengarahkan, merencanakan, mengatur dan mengelolah, serta mengontrol dirinya sendiri dalam melakukan sesuatu kegiatan terutama dalam belajar sehingga siswa betul-betul dapat memanfatkan waktunya seefisien dan seefektif mungkin.

Pelaksanaan teknik *self management* dalam mereduksi kebisaan menyontek siswa ada empat tahap yakni tahap Monitor diri: pada tahap ini siswa memonitor dirinya dengan mencatat apa saja yang dilakukan setiap harinya guna untuk mengenali pemicu kebiasaan menyontek yang mereka lakukan dengan mengisi lembar monitor diri mengenai perilaku yang sering dilakukan berdasarkan waktu dan kegiatannya, Setelah siswa memahami perilaku kebiasaan menyontek yang dialami, selanjutnya peneliti mengajak siswa untuk membuat *schedule* perubahan perilaku yang akan dimodifikasi dari tabel yang telah diisi dalam lembar monitor diri. Mengatur lingkungan: pada tahap ini masing-masing siswa menceritakan kegiatan sehari-harinya dirumah maupun disekolah mengenai situasi yang dirasakan yang membuat mereka menyontek. Misalnya, salah satu contoh mengatur lingkungan pertama-tama yang dilakukan yaitu memperhatikan guru saat belajar dikelas sehingga mudah memahami materi pelajaran. Kemudian contoh selanjutnya yaitu dirumah belajar tidak hanya pada saat akan ada ujian. Evaluasi diri: pada tahap ini siswa mengurai faktor penghambat mereka mengelolah diri dan cara mengatasi sebagai solusi terhadap kebiasaan menyontek mereka, dan tahap terkhir Pemberian pengukuhan, penghapusan atau hukuman: pada tahap ini siswa menetapkan peguatan jika berhasil atau hukuman jika gagal melakukan treatment.

Kerangka pikir dalam penelitian ini digambarkan dalam bentuk skema berikut ini:

Pemberian Layanan Bimbingan Konseling dengan Teknik *Self Management:*

1. Tahap Monitor
2. Mengatur Lingkungan
3. Tahap Evaluasi Diri
4. Tahap Pemberian Pengukuhan, Penghapusan atau Hukuman

Kebiasaan Menyontek Siswa

**Gambar 2.1 Skema Kerangka Pikir**

1. **Hipotesis Penelitian**

Berdasarkan tinjauan pustaka dan kerangka pikir yang telah diuraikan di atas, maka hipotesis penelitian ini adalah : “Penerapan teknik *self management* dapat mereduksi kecenderungan menyontek siswa di SMP Negeri 1 Suppa”.

**BAB III**

**METODE PENELITIAN**

1. **Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dimana data penelitiannya berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik. Jenis penelitian *Pre Experimental* yang akan mengkaji penerapan teknik *self management* dalam mereduksi kebiasaan menyontek siswa dengan membandingkan tingkat kebiasaan menyontek siswa sebelum diberikan perlakuan berupa teknik *self management* dengan saat setelah diberikan teknik *self management* di SMP Negeri 1 Suppa. Dengan demikian dalam penelitian ini hanya ada satu kelompok eksperimen yang diberikan *pretest* dan *posttest.*

1. **Variabel dan Desain Penelitian**

Penelitian ini mengkaji dua variabel, yaitu “teknik *self management”* sebagai variabel bebas (X**)** atau variabel yang memberikan pengaruh (*independen*t *variable*) dan Kebiasaan Menyontek sebagai variabel terikat (Y) atau variabel yang dipengaruhi (*dependen*t *variable*).

Desain eksperimen yang digunakan adalah *One Group Pretest-Postest Design* yang dapat digambarkan sebagai berikut:

30

**Tabel 3.1. Desain Penelitian**

|  |
| --- |
| O1  X O2 |

Sumber: Sugiyono, 2015: 111

Keterangan:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| O1 | : | Pengukuran pertama sebelum diberikan perlakuan (pretest) |
| X | : | Treatmen atau Perlakuan (pemberian teknik *self management*) |
| O2 | : | Pengukuran kedua setelah diberikan perlakuan (post test) |

Adapun prosedur pelaksanaan penelitian yaitu dimulai dari tahap perencanaan, *pretest*, pemberian teknik *Self Management,* kemudian *posttest,* adapun prosedur pelaksanaannya yaitu:

1. Penentuan subjek eksperimen dilakukan berdasar pada penentuan sampel yaitu siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Suppa teridentifikasi mengalami kebiasaan menyontek yang tinggi.
2. Pelaksanaan *pretest* terhadap subjek penelitian berupa pemberian angket penelitian yang berisi daftar penyataan tentang kebiasaan menyontek.
3. Tahap perlakuan yaitu pemberian teknik self management yang diberikan terhadap subjek penelitian.
4. Pelaksanaan *posttest* terhadap subjek penelitian berupa pemberian angket penelitian seperti pada pelaksanaan *pretest* tentang tingkat kebiasaan menyonteksiswa.
5. Untuk kebutuhan analisis data, dicari selisih score antara pre-test dan post-test untuk subjek eksperimen. Nilai selisih (gap score) inilah yang dibandingkan dengan *uji wilcoxon*.

Untuk lebih jelasnya berikut disajikan diagram dari penelitian ini:

Kebiasaan Menyontek

Kelompok Eksperimen

Pre-test

Treatment

Pemberian Teknik

*Selg Management*

Post-Test

Kebiasaan Menyontek menurun

***Gambar 3.2: Diagram Penelitian***

1. **Definisi Operasional**

Defenisi operasional merupakan batasan-batasan yang digunakan untuk menghindari perbedaan interpretasi terhadap variabel yang diteliti dan sekaligus menyamakan persepsi tentang variabel yang dikaji, maka dikemukakan defenisi operasional variabel penelitian sebagai berikut:

1. *Self management* ataumanajemen diri adalah suatu usaha dalam membantu siswa guna meningkatkan segala kemampuan yang dimiliki agar dapat mengelolah atau mengontrol pikiran, perilaku dan perasaan untuk mencapai suatu tujuan agar mampu mandiri dan menjadi lebih baik kedepannya. Selain itu, dalam teknik *self management* diharapkan konseli dapat secara aktif dalam proses konseling dan konselor berperan sebagai mentor dan fasilitator jalannya proses kegiatan.
2. Menyontek berarti upaya yang dilakukan seseorang dengan melakukan praktik kecurangan seperti mencontoh atau meniru pekerjaan orang lain, memberi informasi, bertanya, membuat catatan, menyimpan jawaban pada telepon seluler untuk memperoleh keuntungan bagi dirinya sendiri.

1. **Populasi dan Sampel**
2. Populasi

Sugiyono (2015: 117) mengemukakan bahwa yang dimaksud dengan populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dengan demikian populasi merupakan subjek penelitian yang akan diteliti. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Suppa, yang berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara dengan guru mata pelajaran, dan guru BK serta pelaksanaan focus diskusi grup dengan siswa, terdapat 48 siswa yang teridentifikasi pernah melakukan kecurangan dalam hal ini menyontek dengan asumsi bahwa anak tersebut tidak mengerjakan tugasnya sendiri tetapi menyalin pekerjaan temannya, dan meminta jawaban dari temannya pada saat tes atau ujian. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3.2. Penyebaran Siswa yang Menjadi Populasi Penelitian**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **No** | **Kelas** | **Siswa yang teridentifikasi melakukan perilaku menyontek** |
| 1 | VIII A | 6 |
| 2 | VIII B | 7 |
| 3 | VIII C | 8 |
| 4 | VIII D | 9 |
| 5 | VIII E | 9 |
| 6 | VIII F | 9 |
| Jumlah |  | 48 |

Sumber: Guru Mata Pelajaran, Guru BK, Siswa Fokus Diskusi Grup

Oleh karena 48 orang siswa tersebut masih terlalu besar untuk melakukan suatu kegiatan eksperimen, maka ditetapkan subyek penelitian berdasarkan penarikan sampel.

1. Sampel

Sugiyono (2015:118) mengemukakan bahwa yang dimaksud dengan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Penarikan sampel ini dilakukan dengan mempertimbangkan jumlah siswa yang dibutuhkan dalam pelaksanakan Teknik *Self Management* dalam konseling kelompok.

**Tabel 3.3. Penyebaran Siswa yang Menjadi Sampel Penelitian**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **No** | **Kelas** | **Siswa yang teridentifikasi melakukan perilaku menyontek** |
| 1 | VIII B | 3 |
| 2 | VIII C | 5 |
| 4 | VIII F | 2 |
| Jumlah |  | 10 |

Penarikan sampel ini dilakukan dengan mempertimbangkan jumlah siswa yang dibutuhkan dalam pelaksanaan konseling kelompok, sebagaimana yang dikemukakan oleh Yalom (Lubis, 2011:210) bahwa jumlah anggota dalam konseling kelompok terdiri dari 4-12 orang konseli. Agar dinamika kelompok yang berlangsung didalam kelompok dapat efektif bagi pembinaan para anggota kelompok. Untuk itu, peneliti menetapkan 10 orang untuk dijadikan sebagai sampel.Penarikan sampel dalam penelitian ini secara *Simple Random Sampling,* yaitu teknik pengambilan sampel yang setiap anggota mendapatkan kesempatan yang sama dalam suatu populasi untuk dijadikan sampel.

1. **Teknik Pengumpulan Data**

Pengumpulan data sangat dibutuhkan dalam penelitian, sebab dapat menentukan keberhasilan suatu penelitian. Kualitas data ditentukan oleh kualitas alat pengumpulan data yang cukup valid.

Ada dua teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu angket, yang diberikan kepada siswa sebagai responden untuk dijawab dan observasi, yang dilakukan untuk mengamati aktivitas subjek penelitian oleh peneliti. Adapun lebih jelasnya sebagai berikut:

1. Angket

Angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab.

Angket diberikan kepada subjek eksperimen untuk memperoleh gambaran tentang tingkat kebiasaan menyonteksiswa pada saat *pretest* (sebelum diberikan perlakuan) dan *posttest* (setelah diberikan perlakuan). Angket penelitian ini bersifat tertutup, yang terdiri dari item positif dan item negatif yang dilengkapi lima pilihan jawaban yaitu sangat tidak sesuai (STS), tidak sesuai (TS), kurang sesuai (KS), sesuai (S) dan sangat sesuai (SS). Untuk item positif penilaian pilihan jawaban sangat tidak sesuai (STS) = 1, tidak sesuai (TS) = 2, kurang sesuai (KS) = 3, sesuai (S) = 4, dan sangat sesuai (SS) = 5. Sedangkan untuk item negatif pilihan jawaban sangat tidak sesuai (STS) = 5, tidak sesuai (TS) = 4, kurang sesuai (KS) = 3, sesuai (S) = 2, dan sangat sesuai (SS)= 1. Lebih jelasnya sebagai berikut:

**Tabel 3.4. *Pembobotan Item Angket***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kategori** | | |
| **Pilihan Jawaban** | **Positif** | **Negatif** |
| Sangat Sesuai (SS) | 5 | 1 |
| Sesuai (S) | 4 | 2 |
| Kurang Sesuai (KS) | 3 | 3 |
| Tidak Sesuai (TS) | 2 | 4 |
| Sangat Tidak Sesuai (STS) | 1 | 5 |

1. Uji validitas

Uji validitas skala dilakukan dengan menggunakan pengolahan komputer program SPSS v16 *for windows*. Batas penerimaan dengan syarat nilai r yang diperoleh < (lebih kecil atau kurang) dari 0,30. Seperti yang dikatakan oleh Sugiyono (2015: 179) bahwa bila harga korelasi dibawah 0,30 maka dapat disimpulkan bahwa butir instrument tersebut tidak valid, sehingga harus diperbaiki atau dibuang.

1. Uji realibilitas

Suatu alat ukur dikatakan memiliki realibilitas yang baik bilamana alat ukur tersebut dapat memberikan skor yang relatif sama pada seorang responden, jika responden tersebut mengisi angket pada waktu yang tidak bersamaan atau pada tempat yang berbeda, walaupun harus memperhatikan adanya aspek persamaan karakteristik. Reliabilitas untuk instrumen dengan skala Likert umumnya menggunakan analisis item yaitu masing-masing skor item tertentu dikorelasikan dengan skor totalnya. Untuk r < 0,80 dinyatakan tidak reliabel sedangkan jika r ≥ 0,80 maka dinyatakan reliabel (Usman dan Akbar, 2006: 293).

1. Observasi

Teknik observasi dibuat oleh peneliti yang digunakan untuk mencatat reaksi-reaksi dan pertisipasi siswa selama mengikuti teknik *self management* melalui pengamatan secara langsung terhadap subjek penelitian. Adapun aspek-aspek yang diobservasi adalah partisipasi, toleransi, perhatian, dan inisiatif. Cara penggunaannya dengan cara memberi tanda cek (√) pada setiap aspek yang muncul. Adapun kriterianya ditentukan sendiri oleh peneliti berdasarkan persentase kemunculan setiap aspek pada setiap kali pertemuan dengan menggunakan rumus persentase sebagai berikut:

Analisis Individual



Analisi Kelompok

(Rahardjo & Gudnanto: 71-73)

Keterangan:

Nm: Jumlah item yang tercek dari satu siswa

N : Jumlah item dari seluruh aspek yang diobservasi

Nm: Jumlah cek pada item aspek tertentu yang tercek dari seluruh siswa

P : Jumlah siswa

Kriteria untuk penentuan hasil observasi dibuat berdasarkan hasil analisis individu dan kelompok, sehingga diperoleh kriteria sebagai berikut:

**Tabel 3.5. *Kriteria Penentuan Hasil Observasi***

|  |  |
| --- | --- |
| **Persentase** | **Kategori** |
| 80%-100% | Sangat tinggi |
| 60%-79% | Tinggi |
| 40%-59% | Sedang |
| 20%-39% | Rendah |
| 0%-19% | Sangat rendah |

Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini adalah angket dan observasi, yang terlebih dahulu divalidasi oleh ahli untuk mengetahui validasi dan realibilitasnya.

1. **Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data yang digunakan untuk menganalisis data hasil angket pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

* 1. Analisis statistik deskriptif

Analisis statistik deskriptif digunakan untuk memperoleh gambaran tentang tingkat kebiasaan menyontek siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakukan berupa teknik *self management*. Untuk kepentingan tersebut, maka dilakukan perhitungan rata-rata dengan menggunakan rumus berikut ini:



(Tiro, 2008: 120)

Keterangan:

 :Mean (rata-rata)

 :Jumlah

Xi : Nilai X ke i sampai ke n

n : Banyaknya subjek

Guna memperoleh gambaran umum tentang tingkat kebiasaan menyontek yang dialami siswa di SMP Negeri 1 Suppa sebelum dan sesudah perlakuan berupa penerapan teknik *self management*, maka untuk keperluan tersebut, maka dilakukan perhitungan rata – rata skor peubah dengan rumus:



(Rahardjo dan Gudnanto,2013: 72)

Keterangan:

P : Persentase

Nm: Jumlah butir yang menjadi salah satu aspek observasi

n : Jumlah butir pada aspek observasi

f : Frekuensi yang dicari persentasenya

N : Jumlah subjek eksperimen

Gambaran umum tentang kebiasaan menyontek siswa sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) diberikan perlakuan, dilakukan melalui pengukuran terhadap variabel kebiasaan menyontek siswa dengan menggunakan angket sebanyak 27 pernyataan sehingga diperoleh skor ideal tertinggi yaitu 135 (27 x 5 = 135), kemudian dikurangkan dengan skor ideal terendah yaitu 27 (27 x 1 = 27), selanjutnya dibagi ke dalam 5 kelas interval sehingga diperoleh interval kelas 22. Adapun kategori kecenderungan menyontek siswa yaitu:

**Tabel 3.6 Kategorisasi kebiasaan menyontek**

|  |  |
| --- | --- |
| **Interval** | **Kategori** |
| 115-135 | Sangat tinggi |
| 93-114 | Tinggi |
| 71-92 | Sedang |
| 49-70 | Rendah |
| 27-48 | Sangat rendah |

Sumber : Hasil perhitungan skor angket

* 1. Pegujian hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji non parametrik. Menurut Sugiyono (2015) pada dasarnya uji non parametrik memiliki persyaratan yang lebih longgar, dimana data tidak harus terdistribusi normal. Oleh karena itu uji ini sering disebut uji bebas distribusi. Dalam penelitian ini digunakan uji *Wilcoxon* yang dimaksudkan untuk menguji hipotesis penelitian tentang penerapan teknik *self management* untuk mereduksi kebiasaan menyonteksiswa di SMP Negeri 1 Suppa.

Hipotesis penelitian (H0) diterima jika Z (hitung) ≥Z (tabel) atau sign (2 *tailed*) <dari 0,05 hal ini berarti terdapat perubahan tingkat kebiasaan menyontek siswa sebelum dan setelah diberikan perlakuan berupa teknik *self management.* Hipotesis penelitian (H0) ditolak jika Z (hitung) ≤Z (tabel) atau sign (2 *tailed*) >dari 0,05 hal ini berarti tidak terdapat perubahan tingkat kebiasaan menyontek siswa sebelum dan setelah diberikan perlakuan berupa teknik *self management*. Data tersebut diolah melalui komputer program SPSS seri 16.00.