

**EFEKTIVITAS MODEL KONSELING BEHAVIORAL DENGAN STRATEGI  
SELF MANAGEMENT MODEL YATES DENGAN MODEL CORMIER  
TERHADAP PENGEMBANGAN *SELF OUTONOMY*  
DITINJAU DARI POLA ASUH ORANG TUA**

**Oleh : Gede Danu Setiawan<sup>1</sup>**

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis: perbedaan *Self autonomy* antara siswa yang mengikuti teknik Self Management Model Yates dan teknik Self Management Model Cormier, yang ditinjau dari pola asuh orang tua. Disain *the posttest- desaign* dengan desain 2 x 2 faktorial yang digunakan dalam penelitian ini. Sampel penelitian ini adalah 60 siswa kelas X SMA Negeri 2 Singaraja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa yang mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Managament* Model Yates dengan siswa yang mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Managament* Model Cormier. (F= 6.642; p< 0.05). (2) Terdapat perbedaan *Self autonomy* siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* dengan siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection*. (F= 11.714; p<0.05). (3) Terdapat pengaruh interaksi antara teori konseling behavioral dan pola asuh orang tua terhadap *Self autonomy*. (F= 17.98;p<0.05). (4) Terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* dengan siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* setelah mengikuti teori behavioral teknik Self Management Model Yates. (F= 5.008;  $\alpha$ < 2.048). (5) Terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* dengan siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* setelah mengikuti teori behavioral teknik Self Management Model Yates. (F= 7.008;  $\alpha$ < 2.048). (6) Terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* yang mengikuti teori behavioral teknik Self Management Model Yates dengan siswa yang mengikuti Self Management Model Cormier. (F= 3.861;  $\alpha$ < 2.048). (7) Terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Yates dengan yang mengikuti teknik Self Management Cormier. (F= 2.252;  $\alpha$ < 2.048).  
**Kata Kunci:** teknik Self Managament Model Yates, teknik Self Managament Model Cormier, pola asuh orang tua, *Self autonomy*

---

<sup>1</sup>Gede Danu Setiawan adalah Staf Edukatif di di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Unipas

## PENDAHULUAN

Banyak siswa disekolah yang menunjukkan sikap-sikap seperti kebutuhan yang bergantung kepada orang lain, datang dan pergi atas perintah dari orang lain, tidak mampu mengatakan atau menyampaikan pendapat yang sedang dipikirkan, dan dalam pengambilan sebuah keputusan selalu didominasi oleh orang lain. Di sisi lain ada beberapa siswa yang menunjukkan perilaku kebutuhan untuk bisa berdiri sendiri, bisa datang dan pergi sebagaimana diinginkan, mengatakan apa yang sedang dipikirkan, dan dalam mengambil keputusan tidak bergantung dengan orang lain. Berdasarkan perilaku yang ditunjukkan oleh siswa tersebut di atas, maka siswa tersebut dapat dikatakan memiliki kepribadian *Autonomy*.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia kata *Autonomy* atau Kemandirian adalah keadaan dapat berdiri sendiri; tidak bergantung kepada orang lain. Definisi tersebut mengandung indikator (1) berdiri sendiri, (2) tidak bergantung pada orang lain.

Pengertian lain disebutkan oleh seorang ahli seperti Drust (1994:17) mengatakan bahwa “kemandirian merupakan kematangan pribadi, artinya manusia mandiri adalah pribadi bahagia yang sadar bahwa ia mempunyai arti bagi sesama.” Definisi tersebut mengandung indikator (1) kematangan pribadi, (2) pribadi yang memiliki arti bagi sesama.

Ahli lain seperti Dharsana (dalam sertifikat hasil pemeriksaan data psikologi, 2009:2) menyebutkan pengertian dari *Autonomy* adalah kebutuhan untuk bisa berdiri sendiri meliputi bisa datang dan pergi sebagaimana diinginkan, mengatakan apa yang sedang dipikirkan oleh seseorang tidak bergantung pada orang lain dalam mengambil keputusan. Dari definisi tersebut mengandung indikator (1) bisa datang dan pergi sebagaimana diinginkan, (2) Mengatakan apa yang sedang dipikirkan, (3) tidak bergantung dengan orang lain dalam mengambil keputusan.

Siswa merupakan agen perubahan dengan demikian perilaku-perilaku yang muncul yang tidak mencerminkan dari tujuan pendidikan nasional. Dapat dijelaskan definisi pendidikan menurut UU Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 ayat 1 bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat,

bangsa dan negara. Untuk mengembangkan potensi peserta didik secara optimal, maka peserta didik harus bisa mengelola dirinya dengan baik.

Sebagai guru pembimbing disekolah mengetahui terjadi gejala seperti diatas maka sudah pastinya dapat memikirkan beberapa jenis teori, teknik yang ada dalam bimbingan konseling. Untuk meningkatkan *Self Otonomy* siswa terdapat beberapa teknik yang dapat digunakan salah satunya adalah Behavioral. Teori Behavioral dipadukan dengan beberapa teknik didalam teori Behavioral agar memperoleh hasil yang maksimal. Teknik yang digunakan adalah teknik *Self Managment Model Yates* dan *Self Management Model Cormier and Cormier*.

Edelson(<http://www.austism.org/selfmanage.html>) mengemukakan bahwa pada dasarnya *self management* adalah sebuah terminologi psikologis untuk menggambarkan proses pencapaian otonomi diri. *Self management* dalam terminologi pendidikan, psikologis, dan bisnis adalah metode, keterampilan dan strategi yang dapat dilakukan oleh individu dalam mengarahkan secara efektif pencapaian tujuan aktifitas yang mereka lakukan, termasuk didalamnya *goal setting, planning, scheduling, task tracking, dan self-evaluation*.

Menurut pendapat ahli lain seperti Yates 1985 menyebutkan bahwa “pengelolaan diri adalah suatu strategi yang mendorong individu untuk mampu mengarahkan perilaku – perilakunya sendiri dengan tanggung jawab atas tindakannya untuk mencapai kemajuan diri”. Untuk mengembangkan pengelolaan diri secara efektif maka perlu dilakukan langkah – langkah dengan tahapan yang sistematis menggunakan prosedur yang jelas. Ada beberapa langkah-langkah pengembangan dan pelaksanaan pengelolaan diri yang efektif menurut Yates (1995) yaitu, dengan menggunakan prosedur sebagai berikut : (1) melakukan identifikasi terhadap tujuan-tujuan yang ada dalam diri siswa dengan mencatat melalui *log-sheet* (buku harian), (2) melakukan analisis diri untuk mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan yang ada dalam diri siswa dilanjutkan dengan ditampilkan dalam bentuk grafik, (3) melakukan perubahan pengembangan diri dari data kekuatan dan kelemahan yang ada dalam diri siswa, (4) melakukan perbaikan diri pada aspek-aspek yang masih lemah dalam perubahan dan pengembangan perilaku yang disepakati dan diteguhkan dalam sesi pertemuan pengelolaan diri.

Cormier & Cormier (dalam Suarni :2004) juga menyatakan bahwa *Self management* atau pengelolaan diri adalah suatu strategi perubahan perilaku yang

dalam prosesnya konseli mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau kombinasi teknik teurapetik.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa pengelolaan diri atau *self management* adalah strategi menata prilaku individu yang bertujuan untuk mengarahkan dan mengelola dirinya agar dapat mencapai kemandirian dan hidupnya berjalan secara produktif.

Dewasa ini banyak siswa khususnya pada jenjang SMA memiliki masalah-masalah yang berhubungan dengan *self management*. Dari hasil observasi disalah satu sekolah di Singaraja (SMA Negeri 2 Singaraja) terdapat beberapa siswa yang memiliki masalah yang berkaitan dengan rendahnya *self management* atau pengelolaan diri seperti kurang dapat mandiri dalam mengaktualisasi potensi diri yang dimiliki, setiap pilihannya masih didominasi oleh orang lain, kurangnya kreativitas, dan lainnya.

Berkaitan dengan kemandirian Drust (dalam Suarni:2004) mengatakan bahwa “kemandirian merupakan kematangan pribadi, artinya manusia mandiri adalah pribadi bahagia yang sadar bahwa ia mempunyai arti bagi sesama.” Definisi kemandirian juga dikatakan dalam (<http://id.shvooig.com/.../1830070-pentingkah-kemandirian-bagi-anak-tembolok-mirip>) menyatakan bahwa:

Kemandirian itu diartikan sebagai kemampuan diri seseorang untuk menghasilkan “sesuatu” sebagai imbalan atau nilai tukar terhadap apa yang ditumbuhkan, yang dikonsumsi, dimiliki/dinikmati. Pada umumnya orang dengan mudah akan mengatakan bahwa mereka yang telah memiliki penghasilan sendiri untuk mencukupi keperluan hidupnya, itulah orang yang telah mandiri.

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kemandirian adalah kemampuan yang dimiliki seseorang untuk dapat mengatur dirinya sendiri tanpa bergantung pada orang lain. Melihat kondisi siswa-siswa disekolah khususnya di SMA Negeri 2 Singaraja terlihat beberapa siswa memiliki permasalahan kemandirian khususnya dalam mengembangkan potensi yang dimiliki, masih banyak siswa dalam pengembangan potensi disekolah didominasi oleh temannya. Masih juga terdapat beberapa siswa yang dalam mengembangkan diri kurang mengetahui potensi yang dimiliki.

Rendahnya kemandirian atau sering disebut dengan *Self Outonomy* dipengaruhi oleh banyak factor diantaranya berasal dari pembentuk utama dari anak tersebut adalah keluarga. Dalam kaitannya dengan keluarga tidak bias dipisahkan dengan pola asuh

orang tua dirumah, karena orang tua adalah agen utama dalam pembentukan karakteristik dari tiap individu.

Para Ahli seperti Baumrind (dalam Agoes Dariyo,2004:97) membagi pola asuh orang tua menjadi tiga yakni otoritas, permisif, dan demokratis. Pola asuh otoritas, ciri-ciri pola asuh ini, menekankan segala aturan orangtua harus ditaati oleh anak, anak harus menurut dan tidak boleh membantah terhadap apa yang diperintahkan oleh orang tua. Dalam hal ini anak seolah-olah menjadi robot, sehingga ia kurang inisiatif, merasa takut, tidak percaya diri, pencemas, rendah diri, minder dalam bergaul, tetapi disisi lain anak bisa memberontak, nakal, atau melarikan diri dari kenyataan, misalnya dengan menggunakan narkoba ataupun alkohol.

Pola asuh permisif, sifat pola asuh ini, yakni segala aturan dan ketetapan keluarga ditangan anak. Apa yang dilakukan oleh anak diperbolehkan orangtua, orangtua menuruti segala kemauan anak. Anak cenderung bertindak semena-mena, tanpa pengawasan orangtua, ia bebas melakukan apa saja yang diinginkan, anak kurang disiplin dengan aturan-aturan social yang berlaku. Bila anak mampu menggunakan kebebasan tersebut secara bertanggung jawab, maka anak akan menjadi mandiri, kreatif, inisiatif fan mampu mewujudkan aktualisasinya.

Pola asuh demokratis, kedudukan antara orangtua dan anak sejajar. Suatu keputusan diambil bersama dengan mempertimbangkan kedua belah pihak. Anak diberi kebebasan yang bertanggung jawab artinya apa yang dilakukan oleh anak tetapi harus dibawah pengawasan orangtua dan dapat dipertanggung jawabkan secara moral. Orang tua dan anak tidak dapat berbuat semena-mena, anak diberi kepercayaan dan dilatih untuk mempetanggung jawabkan segala tindakannya.

Dengan melihat pendapat ahli diatas tidak meragukan bahwa pola asuh orang tua sangat mempengaruhi *Outonomy* siswa khususnya dalam pengembangan potensi diri, karena tiap pola asuh memiliki cara yang berbeda-beda untuk membebaskan tiap individu untuk dapat mengembangkan (*eksplore*) potensi baik minat maupun bakat yang dimiliki. Seperti contoh individu dengan pola asuh yang otoriter yang menekankan bahwa anak seperti “robot” karena harus menuruti perintah dari orang tuanya baik dalam melakukan apapun, sehingga akibat yang ditimbulkan adalah anak tersebut tidak dapat mandiri untuk mengembangkan potensi yang ada didalam dirinya seharusnya dapat dikembangkan dengan optimal. Siswa dengan pola asuh demokratis akan beda

perkembangan *Outonomy* yang dimiliki karena sifat pola asuh demokratis adalah memberikan anak sebebaskan-bebasnya dengan bertanggung jawab mengembangkan dirinya sesuai dengan bakat dan bakat yang dimiliki sehingga nisacaya siswa dnegan pola asuh demokratis dapat mandiri khususnya dalam mengembangkan potensi yang dimiliki.

Adapun hipotesis dari penelitian ini adalah (1)Terdapat perbedaan *self autonomy* siswa yang mengikuti strategi *Self Management Model Yates* maupun model *Cormier and Cormier*. (2)Terdapat perbedaan *self autonomy* siswa yang memperoleh pola asuh otoriter dan pola asuh demokratis.(3)Terdapat pengaruh interaksi antara implementasi teknik konseling dengan pola asuh orang tua terhadap *Self Outonomy*. (4) Terdapat perbedaan *self autonomy* siswa dengan pola asuh otoriter dan *self autonomy* siswa dengan pola asuh demokratis setelah memperoleh perlakuan dengan strategi *Self Management Model Yates*, (5)Terdapat perbedaan *self autonomy* siswa dengan pola asuh otoriter dan *self autonomy* siswa dengan pola asuh demokratis setelah memperoleh perlakuan dengan strategi *Self Management model Cormier and Cormier*, (6) Terdapat perbedaan *self autonomy* anantara siswa dengan pola asuh otoriter yang memperoleh perlakuan dengan strategi *Self Management Model Yates* maupun model *Cormier and Cormier*, (7)Terdapat perbedaan *self autonomy* anantara siswa dengan pola asuh demokratis yang memperoleh perlakuan strategi *Self Management Model Yates* maupun model *Cormier and Cormier*.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen. Rancangan yang digunakan adalah analisis *two faktor design* atau faktorial 2x2 (2 level variabel eksperimen dan 2 level variabel atribut).

Populasi target dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Kelas X SMA Negeri 2 Singaraja tahun pelajaran 2015/2016. Sedangkan pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Peneliti akan mengambil sampel individu sebanyak 60 orang yang, yaitu 30 orang siswa dengan pola asuh *acceptenace* dan 30 siswa dengan pola asuh *rejection*. Kemudian membaginya menjadi 2 kelompok yaitu untuk kelompok yang diberikan teknik *Self Management Model Yates* dan Model *Cormier and Cormier*.

Data pada penelitian ini dikumpulkan menggunakan kuesioner *Self Autonomy* yang terdiri dari 40 butir soal. Hasil analisis data pada uji coba instrument memberikan harga Alpha Cronbath sebesar 0.939. sesuai kriteria yang telah ditentukan, reliabilitas kuesioner *Self Autonomy* berada pada kategori sangat tinggi. Dengan demikian kuesioner *Self Autonomy* yang diuji cobakan memenuhi kriteria untuk digunakan dalam penelitian ini.

Analisis data yang digunakan terdiri atas empat bagian, yaitu: (1) analisis deskripsi data, (2) uji prasyarat terdiri dari, uji normalitas sebaran data, uji homogenitas, (3) Uji hipotesis menggunakan Analisis Anava Dua Jalur (ANAVA AB), dan selanjutnya melakukan (4) Uji lanjut menggunakan *t-scheffe*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Sebelum melakukan uji hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat analisis. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa *Chi-Kuadrat  $X^2$*  menunjukkan bahwa seluruh kelompok memiliki harga  $X^2$  hitung lebih kecil daripada  $X^2$  tabel. Ini berarti  $H_0$  diterima (gagal ditolak), maka dua kelompok data berdistribusi normal.

Hasil uji homogenitas menunjukkan bahwa menggunakan *Levene's Test of Equality of Error Variance* menunjukkan bahwa taraf signifikansi lebih besar dari 0.05, maka varians setiap sampel sama (homogen), jika signifikansi diperoleh lebih kecil dari 0.05, maka varians setiap sampel tidak sama (tidak homogen). Berdasarkan hasil analisis data telah terbukti bahwa terdapat efektifitas konseling behavioral Teknik Self Management Model Yates dan teknik Self Management Model Cormier terhadap *Self Autonomy* ditinjau dari pola asuh orang tua. Hal ini ditunjukkan dengan hasil sebagai berikut, (1) Terdapat Perbedaan *Self Autonomy* Antara Siswa Yang Mengikuti Teori Konseling Behavioral Teknik Self Management Model Yates Dengan Siswa Yang Mengikuti Teori Konseling Behavioral Teknik Self Managament Model Cormier ( $F=6,624$ ;  $p<0.05$ ), maka  $H_0$  yang menyatakan tidak terdapat perbedaan *Self Autonomy* antara kelompok siswa yang mengikuti konseling behavioral teknik *Self Management Model Yates* dengan siswa yang mengikuti konseling behavioral teknik Self Managament Model Cormier ditolak, sebaliknya  $H_1$  diterima. Jadi simpulannya bahwa terdapat perbedaan *Self Otonomy* antara siswa yang mengikuti teori konseling

behavioral teknik *Self Management Model* Yates dengan siswa yang mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management Model* Cormier. Rata-rata *Self Otonomy* kelompok siswa yang mengikuti teori konseling behavioral *Self Management Model* Cormier ( $\bar{X} = 151,97$ ) lebih rendah daripada siswa yang mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management Model* Yates ( $\bar{X} = 168,37$ ), (2) Terdapat Perbedaan *Self Autonomy* Antara Siswa Yang Diasuh Dengan Pola Asuh *Acceptance* Dan yang Diasuh dengan Pola Asuh *Rejection* ( $F=11,71;p<0.05$ ), maka  $H_0$  yang menyatakan “tidak terdapat perbedaan *Self Otonomy* antara siswa yang memiliki pola asuh *acceptance* dengan siswa yang memiliki pola asuh *rejection*”, ditolak, sebaliknya  $H_1$  diterima. Jadi simpulannya bahwa terdapat perbedaan *Self Otonomy* antara siswa yang memiliki pola asuh *acceptance* dengan siswa yang memiliki pola asuh *rejection*. Rata-rata *self Otonomy* kelompok siswa yang memiliki pola asuh *acceptance* ( $\bar{X} = 161,23$ ), dan rata-rata *Self Otonomy* kelompok siswa yang memiliki pola asuh *rejection* ( $\bar{X} = 144,57$ ). Dari rata-rata tersebut, rata-rata *Self Otonomy* kelompok siswa yang memiliki pola asuh *acceptance* lebih tinggi dari kelompok siswa yang memiliki pola asuh *rejection*. (3) Terdapat pengaruh interaksi antara konseling behavioral dan pola asuh orang tua terhadap *Self Autonomy* ( $F=17,98;p<0.05$ ) maka  $H_0$  yang menyatakan tidak terdapat pengaruh interaksi antara teori konseling behavioral dan pola asuh orang tua terhadap *Self Otonomy* siswa”, ditolak, sebaliknya  $H_1$  diterima. terdapat pengaruh interaksi antara teori konseling behavioral dan pola asuh orang tua terhadap *Self Otonomy*”, diterima. Jadi, simpulannya adalah terdapat pengaruh interaksi antara teori konseling behavioral dan pola asuh orang tua terhadap *Self Otonomy*, (4) Terdapat Perbedaan *Self Autonomy* Antara Siswa Yang Diasuh dengan Pola Asuh *Acceptance* Dengan Siswa Yang Diasuh Dengan Pola Asuh *Rejection* Setelah Mengikuti Teori Konseling Behavioral Teknik *Self Management Model* Yates ( $t=5.008;\alpha<2.048$ ) maka  $H_0$  yang menyatakan “Tidak terdapat perbedaan *self otonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* dengan siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* setelah mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management Model* Yates”, ditolak, sebaliknya  $H_1$  diterima. Jadi simpulannya bahwa Terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* dengan siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* setelah mengikuti teori konseling behavioral teknik



*Self Management Model Yates*”, diterima. Simpulan yang dapat ditarik menyatakan bahwa terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* dengan siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* setelah mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management Model Yates*. Secara deskriptif rata-rata *Self autonomy* kelompok siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management Model Yates* ( $\bar{X}=180.400$ ) lebih tinggi dari pada kelompok siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* yang mengikuti layanan konseling behavioral teknik *Self Management Model Yates* ( $\bar{X}=161.862$ ), (5) Terdapat Perbedaan *Self Autonomy* Antara Siswa Yang Diasuh dengan Pola Asuh *Acceptance* Dengan Siswa Yang Diasuh dengan Pola Asuh *Rejection* Setelah Mengikuti Teori Konseling Behavioral Teknik *Self Management Model Cormier* ( $t=7.008; \alpha < 2.048$ ) maka  $H_0$  yang menyatakan “Tidak terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* dengan siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* setelah mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management Model Cormier*”, ditolak, sedangkan  $H_1$  diterima. Jadi simpulannya bahwa simpulan yang dapat ditarik menyatakan terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* dengan siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* setelah mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management Model Cormier*. Secara deskriptif rata-rata *Self autonomy* kelompok siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management Model Cormier* ( $\bar{X}=164.200$ ) lebih besar daripada kelompok siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management Model Cormier* ( $\bar{X}=138.267$ ), (6) Terdapat Perbedaan *Self Autonomy* Antara Siswa Yang Diasuh dengan Pola Asuh *Acceptance* Yang Mengikuti Teori Konseling Behavioral Teknik *Self Management Model Cormier* Dengan Yang Mengikuti Teori Konseling Behavioral *Self Management Model Cormier* ( $t=3.861; \alpha < 2.048$ ) maka  $H_0$  yang menyatakan Tidak terdapat perbedaan *Need of deference* antara siswa Perbedaan *Self Autonomy* Antara Siswa Yang Diasuh dengan Pola Asuh *Acceptance* Yang Mengikuti Teori Konseling Behavioral Teknik *Self Management Model Cormier* Dengan Yang Mengikuti Teori Konseling Behavioral *Self Management Model Cormier* ditolak, sebaliknya  $H_1$  diterima. Jadi simpulannya bahwa

terdapat perbedaan terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa diasuh dengan pola asuh *acceptance* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Yates dengan yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Cormier. Secara deskriptif rata-rata *Self autonomy* kelompok siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Yates ( $\bar{X}=180.400$ ) lebih besar daripada kelompok siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Cormier ( $\bar{X}=164.200$ ). (7) Terdapat Perbedaan *Self Autonomy* Antara Siswa Yang Diasuh dengan Pola Asuh Rejection Yang Mengikuti Teori Konseling Behavioral Teknik Self Managamant Model Yates Dengan Yang Mengikuti Teori Konseling Behavioral Teknik Self Management Model Cormier ( $t= 2.252$ ;  $\alpha < 2.048$ ) maka  $H_0$  yang menyatakan bahwa Tidak terdapat Perbedaan *Self Autonomy* Antara Siswa Yang Diasuh dengan Pola Asuh Rejection Yang Mengikuti Teori Konseling Behavioral Teknik Self Managamant Model Yates Dengan Yang Mengikuti Teori Konseling Behavioral Teknik Self Management Model Cormier ditolak, sebaliknya  $H_1$  diterima. Jadi simpulannya bahwa terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Yates dengan yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Cormier. Secara deskriptif rata-rata *Need of autonomy* kelompok siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Yates ( $\bar{X}= 161.867$ ) lebih besar daripada kelompok siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Cormier ( $\bar{X} = 138.267$ ).

### **Pembahasan**

Konseling behavioral yang sering disebut sebagai konseling tingkah laku merupakan penerapan beragam teknik dan prosedur yang menerapkan prinsip belajar pada perubahan tingkah laku kearah cara-cara yang lebih adaptif.

Dalam penelitian ini, dua teknik yang digunakan untuk memberikan perlakuan terhadap *Self autonomy*, yaitu teknik Self Management Model Yates dan teknik Self Management Model Cormier. Asumsi yang mendasari penggunaan teknik Self

Management Model Yates menyebutkan bahwa “pengelolaan diri adalah suatu strategi yang mendorong individu untuk mampu mengarahkan perilaku – perilakunya sendiri dengan tanggung jawab atas tindakannya untuk mencapai kemajuan diri” dalam teknik Self management Model Yates terdapat 4 jenis metode yang dikembangkan dalam strategi pengelolaan diri atau *self management* yaitu : (a) pantau diri (*self monitoring*), (b) analisis diri (*self analysis*), (c) mengubah diri (*self change*), (d) pemeliharaan dan pertahanan diri (*self maintance*).Self Managament Model Cormier and Cormier merupakan teknik kedua. Asumsi dasar menggunakan teknik ini karna menurut Cormier & Cormier (dalam Siti Nurzaakiyah, dkk : 13) juga menyatakan bahwa Self management atau pengelolaan diri adalah suatu strategi perubahan perilaku yang dalam prosesnya konseli mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau kombinasi teknik teurapetik. Cormier and Cormier menyebutkan beberapa strategi dari *Self Management* yang dapat diterapkan diantaranya (a) Patau diri (*self monitoring*), (b) *Reinforcement* yang positif (*self-reward*), (c) Penguasaan terhadap ransangan (*stimulus control*).

Temuan empiris pada penelitian ini menyatakan bahwa terdapat perbedaan nilai  $F_{hitung}$  diperoleh sebesar 6,642 dan  $F_{tabel}$  sebesar 4,00. Jika dibandingkan nilai  $F_{hitung}$  dengan  $F_{tabel}$  didapatkan bahwa  $F_{hitung} > F_{tabel}$  dengan taraf signifikansi ( $p$ ) < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol yang menyatakan “tidak terdapat perbedaan *Self Outonomy* antara kelompok siswa yang mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management* Model Yates dengan siswa yang mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management* Model Cormier”, ditolak. Sebaliknya hipotesis alternatif ( $H_1$ ) yang menyatakan bahwa “terdapat perbedaan *Self Outonomy* antara siswa yang mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management* Model Yates dengan siswa yang mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management* Model Cormier”, diterima.

Jadi simpulannya bahwa terdapat perbedaan *Self Outonomy* antara siswa yang mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management* Model Yates dengan siswa yang mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management* Model Cormier. Rata-rata *Self Outonomy* kelompok siswa yang mengikuti teori konseling behavioral *Self Management* Model Cormier ( $\bar{X} = 151,97$ ) lebih rendah daripada siswa

yang mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management Model* Yates ( $\bar{X} = 168,37$ ).

Salah satu faktor yang memengaruhi *Need of autonomy* seseorang adalah pola asuh orang tua. Setiap orang tua memiliki pola asuh yang berbeda antara anak-anaknya. Pola asuh orang tua mempengaruhi perilaku dan sikap anak saat mereka berada di lingkungan pergaulan mereka. Pendidikan dalam keluarga mempengaruhi karakter masing-masing anak, maka dari itu betapa pentingnya pengasuhan, atau pola asuh dan pendidikan orang tua dalam pembentukan dan pertumbuhan anak. Chabib Thoah (1996:109) mengemukakan bahwa pola asuh orang tua adalah suatu cara yang ditempuh orang tua dalam mendidik anak sebagai perwujudan dari rasa tanggung jawab kepada anak. Peran keluarga menjadi penting untuk mendidik anak baik dalam sudut tinjau agama, tinjau sosial kemasyarakatan maupun tinjau individu. Jika pendidikan keluarga dapat berlangsung dengan baik maka mampu menumbuhkan perkembangan kepribadian anak menjadi manusia yang kuat dan mandiri, potensi jasmani dan rohani serta intelektual yang berkembang secara optimal.

Sikap dan perilaku anak yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* tentu akan berbeda dengan sikap dan perilaku anak yang diasuh dengan pola asuh *rejection*. Hal ini tentu saja dipengaruhi oleh cara para orang tua mendidik anak-anaknya. Anak yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* akan lebih disayangi oleh kedua orang tuanya, diberikan kebebasan dan kepercayaan, orang tua selalu memantau perilaku anak, mengembangkan hubungan yang hangat dengan anak, sikap anak yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* akan mampu bertanggung jawab, mau bekerjasama, tetapi anak yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* kadang kala terlalu dimanjakan sehingga akan bersifat egois. Sedangkan perilaku atau sikap anak yang diasuh dengan pola asuh *rejection* akan cenderung lebih pendiam, karena kurangnya perhatian dari orang tua, orang tua juga kurang memperdulikan kesejahteraan anak, dan menampilkan sikap permusuhan atau mendominasi anak, dengan pola asuh yang diterapkan orang tua kepada anak seperti itu maka perilaku anak akan mudah marah, tidak patuh, pemalu, dan sulitnya anak untuk bergaul.

Setiap orang tua memiliki cara atau pola asuh tersendiri dalam mendidik anak-anaknya, namun setiap pola asuh yang diterapkan memiliki sisi positif maupun sisi

negatifnya, itu semua tergantung bagaimana cara anak menyikapi atau menerima pola asuh yang diterapkan oleh orang tuanya.

Temuan empiris penelitian ini menyatakan bahwa terdapat perbedaan *Need of autonomy* antara siswa yang diaasuh dengan pola asuh *acceptance* dengan anak yang disuh dengan pola asuh *rejection*. nilai  $F_{hitung}$  diperoleh sebesar 11,714 dan  $F_{tabel}$  sebesar 4,00. Jika dibandingkan nilai  $F_{hitung}$  dengan  $F_{tabel}$  didapatkan bahwa  $F_{hitung} > F_{tabel}$  dengan taraf signifikansi ( $p$ ) < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol yang menyatakan “tidak terdapat perbedaan *Self Otonomy* antara siswa yang memiliki pola asuh *acceptance* dengan siswa yang memiliki pola asuh *rejection*”, ditolak. Sebaliknya hipotesis alternatif ( $H_1$ ) yang menyatakan bahwa “terdapat perbedaan *Self Otonomy* antara siswa yang memiliki pola asuh *acceptance* dengan siswa yang memiliki pola asuh *rejection*”, diterima.

Jadi simpulannya bahwa terdapat perbedaan *Self Otonomy* antara siswa yang memiliki pola asuh *acceptance* dengan siswa yang memiliki pola asuh *rejection*. Rata-rata *self Otonomy* kelompok siswa yang memiliki pola asuh *acceptance* ( $\bar{X} = 161,23$ ), dan rata-rata *Self Otonomy* kelompok siswa yang memiliki pola asuh *rejection* ( $\bar{X} = 144,57$ ). Dari rata-rata tersebut, rata-rata *Self Otonomy* kelompok siswa yang memiliki pola asuh *acceptance* lebih tinggi dari kelompok siswa yang memiliki pola asuh *rejection*.

Rancangan analisis varians dua jalur dirancang untuk menampilkan *interaction effect* antara teori konseling behavioral dan pola asuh orang tua terhadap *Need of Autonomy*. *Interaction effect* merupakan pengaruh persilangan antara variabel baris dan variabel kolom yang digunakan.

Selanjutnya hasil pengujian interaksi teori konseling behavioral dan pola asuh orang tua terhadap *Need of autonomy* diperoleh nilai  $F_{hitung}$  diperoleh sebesar 17,98 dan  $F_{tabel}$  sebesar 4,00. Jika dibandingkan nilai  $F_{hitung}$  dengan  $F_{tabel}$  didapatkan bahwa  $F_{hitung} > F_{tabel}$  dengan taraf signifikansi ( $p$ ) < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol yang menyatakan “tidak terdapat pengaruh interaksi antara teori konseling behavioral dan pola asuh orang tua terhadap *Self Otonomy* siswa”, ditolak. Sebaliknya, hipotesis alternatif ( $H_1$ ) yang menyatakan bahwa “terdapat pengaruh interaksi antara teori konseling behavioral dan pola asuh orang tua terhadap *Self Otonomy*”, diterima.

Jadi, simpulannya adalah terdapat pengaruh interaksi antara teori konseling behavioral dan pola asuh orang tua terhadap *Self Otonomy*

Karena terdapat pengaruh interaksi yang signifikan antara konseling behavioral dan pola asuh orang tua terhadap *Self autonomy*, maka dilanjutkan dengan pengujian signifikan masing-masing pola asuh orang tua, yaitu pada kelompok siswa yang diasuh dengan pola asuh acceptance dan siswa yang diasuh dengan pola asuh rejection dengan teori konseling behavioral teknik Self Management Model Yates. Hasil penelitian Berdasarkan hasil perhitungan diatas  $t_{hitung}$  diperoleh sebesar 5.008 dan  $t_{(28; 0.05)}$  sebesar 2.048. Jika dibandingkan nilai  $t_{hitung}$  dengan  $t_{(dk;\alpha)}$  didapatkan bahwa  $t_{hitung} > t_{(dk;\alpha)}$  maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol yang menyatakan “Tidak terdapat perbedaan *self otonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* dengan siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* setelah mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management Model Yates*”, ditolak. Sebaliknya, hipotesis alternatif ( $H_1$ ) yang menyatakan bahwa “Terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* dengan siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* setelah mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management Model Yates*”, diterima. Simpulan yang dapat ditarik menyatakan bahwa terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* dengan siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* setelah mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management Model Yates*.

Secara deskriptif rata-rata *Self autonomy* kelompok siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management Model Yates* ( $\bar{X}=180.400$ ) lebih tinggi dari pada kelompok siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* yang mengikuti layanan konseling behavioral teknik *Self Management Model Yates* ( $\bar{X}=161.862$ ).

Dengan membandingkan rata-rata *Self autonomy* kelompok siswa yang diasuh dengan pola asuh acceptance dan kelompok siswa yang diasuh dengan pola asuh rejection ternyata rata-rata *Need of autonomy* kelompok siswa yang diasuh dengan pola asuh acceptance yang mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self management Model Yates* lebih tinggi daripada kelompok siswa yang diasuh dengan pola asuh rejection yang mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self management Model Yates*.

Berdasarkan hasil kajian teori konseling behavioral teknik Self Management Model Cormier terhadap pola asuh *acceptance* dan pola asuh *rejection*, diperoleh  $t_{hitung}$  diperoleh sebesar 7.008 dan  $t_{(28; 0.05)}$  sebesar 2.048. Jika dibandingkan nilai  $t_{hitung}$  dengan  $t_{(dk;\alpha)}$  didapatkan bahwa  $t_{hitung} > t_{(dk;\alpha)}$  maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol yang menyatakan “Tidak terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* dengan siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* setelah mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Cormier”, ditolak. Sebaliknya, hipotesis alternatif ( $H_1$ ) yang menyatakan bahwa “Terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* dengan siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* setelah mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Cormier”, diterima.

Ini berarti simpulan yang dapat ditarik menyatakan terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* dengan siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* setelah mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Cormier.

. Secara deskriptif rata-rata *Self autonomy* kelompok siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Cormier ( $\bar{X} = 164.200$ ) lebih besar daripada kelompok siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Cormier ( $\bar{X} = 138.267$ ).

Berdasarkan kajian diatas, dapat dikatakan bahwa pelaksanaan teori konseling behavioral teknik Self Management Model Cormier terhadap *Self autonomy* memiliki perbedaan pengaruh antara anak yang diasuh dengan *acceptance* maupun anak yang diasuh dengan pola asuh *rejection*

Hasil penelitian ini menunjukkan diperoleh sebesar 3.861 dan  $t_{(28; 0.05)}$  sebesar 2.048. Jika dibandingkan nilai  $F_{hitung}$  diperoleh sebesar 3.861 dan  $t_{(28; 0.05)}$  sebesar 2.048. Jika dibandingkan nilai  $t_{hitung}$  dengan  $t_{(dk;\alpha)}$  didapatkan bahwa  $t_{hitung} < t_{(dk;\alpha)}$  maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol yang menyatakan “Tidak terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Yates dengan yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Cormier”, ditolak. Sebaliknya, hipotesis alternatif ( $H_1$ ) yang menyatakan bahwa “Terdapat perbedaan *Self*

*autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Yates dengan yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Cormier” diterima.

Simpanan yang dapat ditarik menyatakan bahwa terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa diasuh dengan pola asuh *acceptance* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Yates dengan yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Cormier Secara deskriptif rata-rata *Self autonomy* kelompok siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Yates ( $\bar{X} = 180.400$ ) lebih besar daripada kelompok siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Cormier ( $\bar{X} = 164.200$ ).

Hasil penelitian ini menunjukkan perhitungan diatas  $t_{hitung}$  diperoleh sebesar 2.252 dan  $t_{(28; 0.05)}$  sebesar 6.378. Jika dibandingkan nilai  $t_{hitung}$  dengan  $t_{(dk; \alpha)}$  didapatkan bahwa  $t_{hitung} > t_{(dk; \alpha)}$  maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol yang menyatakan “Tidak terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Yates dengan yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Cormier”, ditolak. Sebaliknya, hipotesis alternatif ( $H_1$ ) yang menyatakan bahwa “Terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Yates dengan yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Cormier”, diterima.

Simpanan yang dapat ditarik kesimpulan menyatakan bahwa terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Yates dengan yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Cormier.

Secara deskriptif rata-rata *Need of autonomy* kelompok siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Yates ( $\bar{X} = 161.867$ ) lebih besar daripada kelompok siswa yang



diasuh dengan pola asuh *rejection* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik Self Management Model Cormier ( $\bar{X} = 138.267$ ).

Jadi dari hasil penelitian yang dilakukan di kelas X SMA Negeri 2 Singaraja bahwa terdapat perbedaan efektifitas konseling behavioral teknik *Self Management Model Yates* dan teknik Self Management Model Cormier terhadap *Self Autonomy* ditinjau dari pola asuh orang tua. Namun pengembangan lebih efektif menggunakan konseling behavioral teknik *self Management Model Yates* yang dilaksanakan pada siswa yang memiliki pola asuh *acceptance*.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat diuraikan simpulan peneliti, yaitu sebagai berikut. (1) Terdapat perbedaan *Self autonomy* antara siswa yang mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management Model Yates* dengan siswa yang mengikuti teori konseling behavioral teknik *Self Management Model Cormier*. ( $F= 6.642$ ;  $p< 0.05$ ), (2) Terdapat perbedaan *Self autonomy* siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* dengan siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection*. ( $F= 11.714$ ;  $p<0.05$ ), (3) Terdapat pengaruh interaksi antara teori konseling behavioral dan pola asuh orang tua terhadap *Need of autonomy*. ( $F= 17.98$ ;  $p<0.05$ ), (4) Terdapat perbedaan *Need of autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* dengan siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* setelah mengikuti teori konseling behavioral teknik modeling. ( $F= 5.008$ ;  $\alpha < 2.048$ ), (5) Terdapat perbedaan *Need of autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* dengan siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* setelah mengikuti teori konseling behavioral teknik penguatan positif. ( $F= 7.008$ ;  $\alpha < 2.048$ ), (6) Terdapat perbedaan *Need of autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *acceptance* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik modeling dengan siswa yang mengikuti teori konseling behavioral teknik penguatan positif. ( $F= 3.861$ ;  $\alpha < 2.048$ ), (7) Terdapat perbedaan *Need of autonomy* antara siswa yang diasuh dengan pola asuh *rejection* yang mengikuti teori konseling behavioral teknik modeling dengan yang mengikuti teori konseling behavioral teknik penguatan positif. ( $F= 2.252$ ;  $\alpha < 2.048$ ).

## DAFTAR PUSTAKA

- Corey., Gerald 2003. *teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung : PT. Refika Aditama.
- Edelson(dalam<http://www.autism.org/selfmanage.html>)
- Kartadinata, Sunaryo, et al. 2008. *Penataan Pendidikan Profesi Konselor dan Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Jalur Pendidikan Formal*. Jakarta : Departemen Pendidikan Nasional
- Suarni,Ketut.2004. Meningkatkan Motivasi Berprestasi Sekolah Menengah Umum di Bali dengan Strategi Pengelolaan Diri Model Yates (Studi Kuasi Eksperimental Pada Siswa Kelas 1 SMU di Bali).Disertasi (tidak diterbitkan).Yogyakarta. Universitas Gajah Mada.
- Sukardi.2003. *Metodelogi Penelitian Pendidikan*. Jakarta : PT. Bumi Aksara
- Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 Ayat 1 Tahun 2003*
- Yates, BT.1985. *Self Management : The Science and The Art Of Helping Yourself*. California: Ward Sworth Publishing.Co.