PENGARUH PENERAPAN METODE *SELF MONITORING* TERHADAP TINGKAH LAKU HIPERAKTIF PESERTA DIDIK KELAS X MULTIMEDIA 1 DI SMK N 2 KEDIRI TAHUN PELAJARAN 2014/2015

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan (S.Pd) Program Studi Bimbingan Dan Konseling
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

Disusun Oleh :
PUJI WAHYUNINGSIH
NPM : 11.1.01.01.0228

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK

INDONESIA **UNP KEDIRI**

2015

Skripsi Oleh :

PUJI WAHYUNINGSIH

NPM : 11.1.01.01.0228

JUDUL :

PENGARUH PENERAPAN METODE *SELF MONITIRING* TERHADAP TINGKAH LAKU HIPERAKTIF PESERTA DIDIK KELAS X MULTIMEDIA 1 DI SMK N 2 KEDIRI TAHUN PRLAJARAN 2014/2015

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk diajukan kepada :

Panitia ujian / sidang jurusan Bimbingan dan Konseling,

FKIP Universitas Nusantara PGRI Kediri

Tanggal : 20 Agustus 2015

Pembimbing I,	Pembimbing II,
Dra. Endang Ragil W.P, M.Pd	**Vivi Ratnawati S. Pd., M.Psi**
NIDN : **0726125801**	NIDN : **0728038306**

ii

Skripsi Oleh :

PUJI WAHYUNINGSIH

NPM : 11.1.01.01.0228

JUDUL :

PENGARUH PENERAPAN METODE *SELF MONITIRING* TERHADAP TINGKAH LAKU HIPERAKTIF PESERTA DIDIK KELAS X MULTIMEDIA 1 DI SMK N 2 KEDIRI TAHUN PRLAJARAN 2014/2015

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian / Sidang Skripsi

Jurusan Bimbingan dan Konseling UNP Kediri

Pada Tanggal : 20 Agustus 2015

Dan dinyatakan telah memenuhi persyaratan

PANITIA PENGUJI		TANDA TANGAN
1. Ketua	: **Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd**	1. .....
2. Penguji I	: **Vivi Ratnawati S. Pd., M.Psi**	2. .....
3. Penguji II	: **Dra. Endang Ragil W.P, M.Pd**	3. .....

Mengesahkan,
Dekan FKIP

Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd
NIDN 0716046202

iii

PENGARUH PENERAPAN METODE *SELF MONITORING* TERHADAP TINGKAH LAKU HIPERAKTIF PESERTA DIDIK KELAS X MULTIMEDIA 1 DI SMK N 2 KEDIRI TAHUN PELAJARAN 2014/2015

PUJI WAHYUNINGSIH
NPM: 11.1.01.01.0228

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan - Program Studi Bimbingan dan Konseling
Dra.Endang Ragil W.P, M.Pd dan Vivi Ratnawati S.Pd.,M.Psi
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi dari hasil pengamatan dan pengalaman peneliti yang pernah melaksanakan kegiatan PPL di sekolah tersebut, bahwa ada beberapa peserta didik yang bertingkah laku secara berlebihan didalam kelas sehingga dapat menimbulkan kegaduhan dalam proses belajar mengajar. Akibatnya sebagian anak yang serius mengikuti pelajaran menjadi terpecah konsentrasinya dan apa yang disampaikan guru tidak dapat diterima dengan baik oleh peserta didik.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh penerapan metode *self monitoring* terhadap tingkah laku peserta didik kelas X-MM 1 di SMK Negeri 2 Kediri TahunPelajaran 2014/2015

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan subyek penelitian peserta didik kelas X-MM 1 SMK Negeri 2 Kediri. Penelitian dilaksanakan dengan cara memberikan perlakuan melalui metode *self* monitoring. Metode ini dilakukan pada 1 kelas dari 2 kelas *sample purposive* yang mempunyai peserta didik dengan kasus yang sama yaitu perilaku hiperaktif. Pada kelas pertama (kelas eksperimen) diberikan perlakuan berupa pencatatan diri sendiri dan orang lain *(self monitoring)*. Kemudian pada kelas kedua (kelas kontrol) diberikan perlakuan berupa diskusi kelompok. Kemudian hasilnya dibandingkan dan memperoleh hasil sebagai berikut.

Jumlah populasi dalam penelitian ini 671 peserta didik dan jumlah sampel 71 peserta didik, dari dua kelas kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Untuk analisis data menggunakan rumus *t-test pre-test* dan *post-test Control Group Design* Suharsimi Arikunto. Dengan membandingkan data dari kelompok kontrol dan kelompok eksperimen sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan.

Berdasarkan rumus *t-test* menyatakan bahwa pengaruh penerapan metode *self monitoring* terhadap tingkah laku peserta didik kelas X-MM 1 di SMK Negeri 2 Kediri Tahun Pelajaran 2014/2015, hasil kelompok kontrol dengan N= 35 diperoleh hasil perhitungan t_{hitung} 8.86 Bila dikonsultasikan dengan t_{tabel} N = 35 pada taraf signifikan 5% di peroleh t_{tabel} 2.021 dengan demikian t hitung lebih besar dari t_{tabel} (8.86 > 2,021) Sedangkan kelompok eksperimen dengan N = 36 diperoleh hasil perhitungan t_{hitung} 12.3 Bila dikonsultasikan dengan t_{tabel} N = 36 pada taraf signifikan 5% diperoleh t_{tabel} 2.021 dengan demikian t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} (12.3>2.021). Artinya dari masing-masing kelompok Ada pengaruh penerapan metode *self monitoring* terhadap tingkah laku peserta didik kelas X-Multimedia 1 di SMK Negeri 2 Kediri Tahun Pelajaran 2014/2015.

Kata kunci: Metode Bimbingan dan Konseling, *Self Monitoring*, Tingkah Laku, Hiperaktif.

I. LATAR BELAKANG

Tingkah laku yang ditunjukkan setiap hari itulah jati diri kita terkadang tanpa disadari tingkah laku kita sangat berlebihan di mata orang lain tetapi bagi kita sipelaku itu sangat wajar apalagi dengan tingkah laku yang tidak kita sadari. Setiap orang juga berhak menilai perilaku kita entah itu baik atau buruk dimata orang lain. Sekarang tergantung kita mau dinilai seperti apa oleh orang lain bila ingin dinilai baik maka bertingkah lakulah yang baik. Ada sebuah kalimat yang mengatakan "*you will get a second chance to make the first impression*'' yang artinya kamu tidak akan mendapatkan kesempatan kedua untuk membuat kesan pertama. Maka berperilaku baiklah bila bertemu dengan orang lain dan bila ingin dikenang dengan hal baik pula.

Bertingkah laku yang baik dan mempunyai emosi yang stabil itu sangatlah susah dan tidak bisa dilakukan oleh semua orang. Dibutuhkan orang tua dan guru yang sabar, serius, ulet, serta mempunyai semangat dedikasi tinggi dalam memahami dinamika kepribadian peserta didik. Perilaku peserta didik usia sekolah saat ini banyak dikeluhkan guru. Para guru mengeluh sikap anak yang sangat sulit di atur emosinya di kelas.

Anak yang selalu mengganggu teman, tidak bisa diam, dan seolah – olah tidak memperhatikan pelajaran di kelas, serta dinyatakan oleh gurunya tidak dapat mengikuti kegiatan belajar didalam kelas, bukanlah anak yang nakal dan juga bukan anak yang malas atau bodoh, namun anak tersebut mengalami gangguan dalam perkembangannya, yaitu gangguan hiperaktif.

Terhadap kondisi peserta didik yang demikian, biasanya para guru sangat susah mengatur dan mendidiknya. Di samping karena keadaan dirinya yang sangat sulit untuk tenang, juga karena anak

hiperaktif sering menggaggu orang lain, suka memotong pembicaraan guru atau teman, dan mengalami kesulitan dalam memahami sesuatu yang diajarkan guru kepadanya. Selain itu juga, prestasi anak hiperatif juga tidak maksimal.

Hiperaktif merupakan salah satu ciri khas yang dimiliki oleh anak ADHD yang didefinisikan sebagai gangguan konsentrasi dan pemusatan perhatian yang mengakibatkan anak tersebut tidak bisa menyerap pelajaran dengan sempurna, tapi hanya sepotong – potong. Anak – anak ini menunjukkan kesulitan secara umum dalam mengontrol perilakunya sendiri. Mereka sering disebut sebagai anak yang "*bertindak tanpa berfikir"* yang menunjukkan kesulitan dan kekurangan anak dalam kemampuan perencanaan dan kemampuan berfikir. ADHD tidak dapat diidentifikasi secara fisik dengan X- ray atau laboratorium. ADHD hanya dapat dilihat dari perilaku yang sangat kentara pada diri anak.

Ada beberapa faktor yang diperkirakan dapat mempengaruhi terjadinya gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktif, yaitu : genetik (keturunan), riwayat proses perkembangan janin yang tidak baik selama dalam kandungan, proses kelahiran yang bermasalah atau tidak normal, akibat penyalah gunaan alkohol atau obat – obatn pada ibu sewaktu hamil, struktur otak tidak normal, pengaruh kuat keracunan dan kontan minasi lingkungan, alergi makanan, kondisi – kondisi kesehatan yang lain (seperti pembengkakkan kelenjar tiroid, epilepsy dan auitis) efeksamping dari pengobatan, keluarga tidak harmonis dan psikososial yang buruk (Parker, 1992; Bell & Peiper, 2000).

Berdasar pada latar belakang identifikasi batasan masalah yang ada, maka perumusan masalah yang dikaji oleh peneliti adalah, "adakah Pengaruh Penerapan Metode *self monitoring* Terhadap Tingkah Laku Hiperaktif peserta didik di SMK N 2 KEDIRI Tahun Pelajaran 2014/2015"

II. METODE

variabel dalam penelitian ini dapat dituliskan sebagai berikut: Variabel bebas (X) Variabel bebas dalam penelitian ini adalh penerapan metode *self monitoring*. Variabel terikat (Y) Variabel terikat adalah suatu gejala akibat dari variabel bebas. Dalam penelitian ini yang merupakan variabel terikat adalah tingkah laku hiperaktif peserta didik.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif. Arikunto (2006:24) menyatakan bahwa pendekatan kuantitatif adalah pendekatan yang menggunakan angka dan statistika sebagai alat untuk pengolahan data dan dasar pengambilan kesimpulan.

Dalam penelitian ini teknik yang diambil adalah teknik penelitian eksperimen. Menurut Sukmanidata (2007:194). Teknik penelitia eksperimental merupakan pendekatan penelitian kuantitatif yang paling penuh. Dalam arti semua persyaratan untuk menguji hubungan sebab akibat.

yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X di SMK NEGERI 2 KEDIRI yang keseluruhan berjumlah 671 siswa. Dalam penelitian yang menjadi populasi adalah seluruh siswa kelas X SMK NEGERI 2 KEDIRI

Dalam penelitian ini dilaksanakan dengan dua kelas sebagai subyek penelitian, kelas pertama sebagai kelas eksperimen dan kelas kedua sebagai kelas kontrol. Pertama masing-masing kelompok diberi pre-test kemudian diberikan perlakuan melalui metode *self monitoring* dan setelah itu di berikan post-tes. Selanjutnya pada kelas eksperimen di beri perlakuan berupa teknik *self monitoring* dengan metode pencatatan diri.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Dari hasil perhitunggan kelas kontrol diperoleh t_{hitung} dengan N-1 = 35-1=34 sebesar 8.86. Jika dibandingkan dengan t_{tabel} dengan taraf signifikansi 5% diperoleh angka 2.021. Dengan demikian, t hitung lebih besar dari t_{tabel} (8.86 > 2.021).Artinya dalam kelompok kontrol yang diberikan metode diskusi melalui teknik *self monitoring* ada pengaruh terhadap perilaku hiperaktifpeserta didik.

Dari hasil perhitunggan kelas eksperimen, diperoleh t_{hitung} dengan N-1 = 36-1= 35 sebesar 12.3. Jika dibandingkan dengan t_{tabel} dengan taraf signifikansi 5% diperoleh angka 2.021 Dengan demikian, t hitung lebih besar dari t_{tabel} (12.3> 2.021). Artinya dalam kelompok eksperimen yang diberikan pencatatan diri melalui teknik *self monitoring* ada pengaruh terhadap sikap hiperaktif peserta didik.

Berdasarkan data yang sudah terkumpul dari hasil penelitian dan pembahasan yang sudah dibahas dapat ditarik kesimpulan bahwa "Ada pengaruh teknik *Self Monitoring* terhadap perilaku hiperaktif peserta didik kelas X SMK PGRI Negeri 2 KEDIRI tahun pelajaran 2014/2015" yaitu kelompok kontrol dengan N=35 memperoleh indeks korelasi sebesar 8.86 dan kelompok eksperimen dengan N=36 memperoleh indeks korelasi 12.3.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto. 1998. *Prosedur Penelitian dalam Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.

Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian(edisi revisi 2010).* Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Azwar Saifuddin. 2011. Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Baron,R.A., & Byrne, D. 1994. Sosial psycology, Understanding Human interaction. Buston: Allyn and Bacon Inc.

Baihaqi, MIF, dan Sugiarmin, M. 2008. *Memahami dan Membantu anak ADHD*. Bandung: PT Refika Aditama.

C:/Users/User_document/11715856.pdf.di unduh pada 01 Juni 2015

Fiske, S.T., & Taylor, S.E. 1991. Social Cognition. Second Edition. Singapure:MC Graw Hill International Editions.

Jawahar, I.M. 2001. Attitudes, self monitoring, and appra isdbehaviors journal of applied psychologi 86 (5). PP 875 – 883.

Monks, F.J., Knoes, A.M.P., Siti Rahayu Haditono. 1992. *Psikologi Perkembangan* Yog*yakarta:* Gadjah Mada University Press.

Robin, stephen. 1996. *Organisational Behavior Concepts. Controversies. Application*. New Jersey: A Simen & Schurter Company.

Robins, S.P. 1996. Perilaku organisasi: Konsep – kontroversi- Aplikasi Jilid 2. Jakarta: PT. Pren Hallindo.

Ronen, T. 1993. *Adapting Treatment Technigues to Childern's Need*. British Jurnal of sosial work, 23. D81 296.

Safaria, S. 2004 Terapi Kognitif – Perilaku untuk Anak. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Suharsimi, Arikunto. 2002. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.

snyder,M.,& Gangestad, S. 1986. *On the Nature of Self Monitoring*: matters of asscesment. Matters of validity. Journal of personality and social psychologi. Vol.51. No. 1, 125 – 139.

Shaw, M.E., 2 Constanzo. P. R. 1982. Theories of social psychology. Second Edition. Tokyo: MC Graw Hill Inc.

Zaviera Ferdinand. 2011. *Anak Hiperaktif*. Yogyakarta:katahati.